



H a n d b u c h für den schmalen Geldbeutel

**Leitfaden für Menschen mit wenig Geld
in der Stadt Konstanz und den
umliegenden Gemeinden**



Das Handbuch wird an Menschen mit wenig Geld kostenlos abgegeben. In anderen Fällen freuen wir uns auch über eine kleine Spende.

Die Kosten für den Druck dieser Broschüre wurden vom Ortsverein der Arbeiterwohlfahrt Konstanz übernommen. Dafür möchten wir uns ganz herzlich bedanken.

Es ist beabsichtigt das Handbuch immer weiter zu aktualisieren.

Auf den Internetseiten der Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Konstanz, des Caritasverbands Konstanz e.V., der Konstanzer Tafel und der Stadt Konstanz ist das Handbuch als PDF abrufbar und als Download erhältlich.

Das Handbuch ist unter anderem erhältlich bei:

| | |
|----------------------------|--|
| Arbeiterwohlfahrt Konstanz | Chérisy-Str. 15-17, 78467 Konstanz und Friedrichstraße 21, 78464 Konstanz |
| Caritasverband Konstanz | Uhlandstr. 15, 78464 Konstanz Inselgasse 7, 78462 Konstanz |
| Fairkauf Konstanz | Gartenstraße 48, 78462 Konstanz |
| Diakonisches Werk | Wollmatinger Str. 22, 78467 Konstanz |
| Jobcenter Konstanz | Konzilstraße 9, 78462 Konstanz |
| SKF Konstanz | St. Stephans-Platz 39a, 78462 Konstanz |
| Konstanzer Tafel | Max-Stromeyer-Straße 1, 78467 Konstanz |

1. Auflage © Juni 2015

Dies Handbuch wurde erstellt in Zusammenarbeit von Arbeiterwohlfahrt, Caritasverband, Konstanzer Tafel und der Stadt Konstanz

„Handbuch für den schmalen Geldbeutel“

Was soll mit diesem Handbuch erreicht werden?

Gutes Haushalten ist für viele Menschen notwendiger denn je. Sinkenden Einkommen stehen häufig steigende Preise gegenüber. Die Einschnitte und Veränderungen in den sozialen Sicherungssystemen verursachen bei vielen Haushalten herbe Einschnitte. Es wird für viele Menschen immer wichtiger, bewusst mit dem knappen Geld umzugehen.

Es ist uns ein Anliegen, dass sich die von Armut betroffenen oder bedrohten Menschen ganz einfach und gut verständlich über die Grundlagen des sozialen Netzes in Deutschland und über die Angebote in der Stadt informieren können. Gleiches gilt für die Mitbürger in der Stadt Konstanz und die ehrenamtlichen Helfer.

Die Spaltung in arm und reich ist nicht mehr zu übersehen. Betroffen von dieser Entwicklung sind nicht nur diejenigen, die jetzt bereits mit einem Einkommen an oder unter der Armutsgrenze auskommen müssen. Betroffen sind wir alle! Durch die zunehmende Spaltung in Gewinner und Verlierer verändert sich unser Zusammenleben. Anstatt von Werten wie Solidarität, Nächstenliebe und Chancengleichheit wird unser Leben zunehmend durch Vorurteile, Abgrenzung und Ausgrenzung beeinflusst.

Ganz gezielt möchten wir mit unserem Handbuch auch die Mitarbeiter in den Wohlfahrtsverbänden, Jobcentern, Kommunen, Kirchen, Tafeln, Vereinen und sozialen Initiativen ansprechen. Sie begegnen bei ihrer Arbeit tagtäglich den Menschen, die auf die solidarischen Leistungen unserer Gesellschaft angewiesen sind.

Das Wissen über grundlegende Rechte trägt dazu bei, dass die gesetzlichen Regelungen auch in Anspruch genommen werden können. Dazu bedarf es jedoch auch einer niederschweligen, einfühlsamen und zugewandten Information.

Das Handbuch ist ein Produkt von vielen beteiligten Menschen und Institutionen. Wir möchten damit einen praktischen Beitrag dazu leisten, dass Menschen sich gegenseitig unterstützen können und gegenseitiges Vertrauen gestärkt wird.

Ute Seifried
Stadt Konstanz

Jochen Trautner
Caritas Konstanz

Manfred Winter
Arbeiterwohlfahrt

Anita Hoffmann
Konstanzer Tafel

Handbuch für den schmalen Geldbeutel

Inhaltsübersicht:

Im Handbuch für den schmalen Geldbeutel sollen die wichtigsten Informationen für Menschen mit wenig Geld möglichst klar verständlich dargestellt werden. Unser Ziel ist es, den von Armut betroffenen Menschen und den potentiellen Helfern möglichst viele Informationen zu geben, die dazu beitragen können die schwierigen Lebenslagen aus eigener Kraft zu bewältigen.

Unser Handbuch besteht aus zwei Teilen.

Im ersten Teil geben wir einen Überblick über die wichtigsten gesetzlichen Regelungen zur sozialen Sicherung.

Im zweiten Teil werden die Initiativen, Organisationen und Institutionen vorgestellt, die auf unterschiedlichste Weise Hilfestellungen für Menschen mit wenig Geld anbieten. Wenn wir in unserer Auflistung wichtige Anlaufstellen ausgelassen haben, freuen wir uns über jeden Hinweis dazu.

Die Informationen zu Hilfen für Kinder aus Familien mit wenig Geld waren uns bei der Erstellung des Handbuchs ein besonderes Anliegen. Zur nachhaltigen Bekämpfung der Armut ist es aus unserer Sicht erforderlich, dass Hilfen und Förderung so früh wie möglich angeboten werden. Wir unterstützen die Idee zum Aufbau von **Präventionsnetzwerken gegen Kinderarmut**.

Wir bitten um Verständnis dafür, wenn im Handbuch fehlerhafte Informationen enthalten sind. Gerade bei Adressen, Öffnungszeiten und Namen ist dies nahezu nicht zu vermeiden.

Wir freuen uns über Rückmeldungen, Ergänzungen, Veränderungen und Verbesserungen. Dadurch wird das Handbuch aktueller.

Internetversion unter: <http://www.awo-konstanz.de/handbuch/>

Rückmeldungen bitte an: arbeitslosenzentrum@awo-konstanz.de

Wir freuen uns darüber, wenn interessierte Initiativen aus anderen Regionen eine ähnliche Broschüre erstellen wollen und bieten dazu unsere Unterstützung an.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Personen, Initiativen und Institutionen, die uns bei der Erstellung des Handbuchs unterstützt haben.

Inhaltsverzeichnis Teil 1

| | | |
|-----------|--|----------|
| 1. | Die wichtigsten sozialen Leistungen im Überblick | 7 |
| 1.1 | Arbeitslosengeld II, nach dem SGB II (Hartz IV) | 8 |
| 1.1.1 | Arbeitslosengeld (Alg) nach dem SGB III | 9 |
| 1.2 | Grundsicherung nach dem SGB XII, Sozialhilfe | 10 |
| 1.3 | Wohngeld nach dem Wohngeldgesetz (WoGG) | 11 |
| 1.4.1 | Kindergeld (BKGG) | 12 |
| 1.4.2 | Kinderzuschlag | 13 |
| 1.4.3 | Das Paket für Bildung und Teilhabe | 13 |
| 1.5 | Jugendhilfe nach dem SGB VIII | 14 |
| 1.6 | Betreuungsgeld | 15 |
| 1.7 | Elterngeld | 16 |
| 1.8 | Bundesausbildungsförderungsgesetze (BAföG)/ Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) | 17 |
| 1.9 | Asylbewerberleistungsgesetz | 18 |
| 1.10 | Prozesskostenhilfe | 18 |

Inhaltsverzeichnis Teil 2

| | | |
|-----------|--|-----------|
| 2. | Hilfen und Beratung in meiner Stadt / Soziale Leistungen | 19 |
| 2.1 | Grundsicherung für Arbeitssuchende, SGB II, „Hartz IV“ | 19 |
| 2.2 | Grundsicherung im Alter, wegen Erwerbsminderung, SGB XII | 20 |
| 2.3 | Wohngeld / Wohngeldstellen | 20 |
| 2.4 | Kindergeld /Kinderzuschlag / Kindergeldstelle | 21 |
| 2.5 | Jugendhilfe / Jugendamt | 21 |
| 2.6 | Nachteilsausgleiche bei Schwerbehinderung / Amt für Gesundheit und Versorgung | 22 |
| 2.7 | Prozesskostenhilfe / Beratungshilfe | 22 |
| 2.8 | Sozialpass Stadt Konstanz | 23 |
| 2.9 | Wohlfahrtsverbände im Landkreis | 24 |
| 3. | Beratung und Hilfen für Kinder und Familien | 25 |
| 3.1 | Beratungsstellen | 25 |
| 3.1.1 | Krisenhilfe / Frauenhäuser / Telefonseelsorge | 27 |
| 3.1.2 | Kursangebote für Kinder und Eltern / Pädagogische Hilfen | 29 |
| 3.1.3 | Familienhilfen / Kuren / Treffpunkte | 31 |
| 3.2.1 | Familie gründen / Kinder bis zu 3 Jahren | 34 |
| 3.2.2 | Angebote für Kinder von 3 bis 6 Jahren | 37 |

| | | |
|-----------|---|-----------|
| 3.2.3 | Angebote für Kinder 6 bis 15 Jahre | 38 |
| 3.3 | Freizeit / Erholung / Kinder- und Jugendzentren | 39 |
| 3.4 | Kinderkleidung | 40 |
| 3.5 | Lernhilfen, freie Träger | 41 |
| 3.6 | Soziale Vergünstigungen/Sozialpass/Paket für Bildung und Teilhabe | 42 |
| 3.7 | Hilfsfonds für Kinder | 43 |
| 4. | Angebote für besondere Personengruppen | 44 |
| 4.1 | Frauen / Männer | 44 |
| 4.2 | Menschen mit Behinderung | 44 |
| 4.3 | Senioren | 46 |
| 4.4 | Menschen mit Migrationshintergrund / Asylsuchende / Flüchtlinge | 48 |
| 5. | Angebote / Hilfen für Menschen in besonderen Lebenslagen | 50 |
| 5.1 | Arbeitslosigkeit / Sozialberatung / Hilfe bei Anträgen | 50 |
| 5.1.1 | Beschäftigung / Ehrenamt | 52 |
| 5.2 | Initiativen / Selbsthilfe | 53 |
| 5.3 | Suchterkrankungen | 56 |
| 5.4 | Psychische Erkrankungen | 56 |
| 5.5 | Schulden | 57 |
| 5.6 | Wohnsitzlosigkeit, Hilfen bei Wohnungsverlust | 58 |
| 5.7 | Straffälligkeit | 58 |
| 5.8 | Studierende | 59 |
| 6. | Günstige Angebote für den Alltag | 60 |
| 6.1 | Kleidung | 60 |
| 6.2 | Möbel / Haushaltsgegenstände | 61 |
| 6.3 | Lebensmittel | 61 |
| 6.4 | Mittagessen | 62 |
| 6.5 | Tauschen, Teilen, Schenken, Sparen | 63 |
| 6.6 | Fahrtkosten sparen / Bus und Bahn | 65 |
| 6.7 | Bildung und Freizeit / Internet | 65 |
| 7. | Interessante Wegweiser, Broschüren und Internetadressen | 66 |
| 7.1 | Haushaltsplanung, Wie komme ich mit meinem Geld zurecht? | 69 |
| 8. | Anhänge | 73 |
| 9. | Stichwortverzeichnis | 76 |

1. Die wichtigsten sozialen Leistungen im Überblick

An dieser Stelle stellen wir Ihnen die wichtigsten sozialen Leistungen zur Verhinderung von (bitterer) Armut und Verelendung vor.

Es wird in unserer Gesellschaft immer Auseinandersetzungen darüber geben, was wir unter dem Begriff Armut verstehen. Ab wann ist man arm? Das können wir an dieser Stelle nicht diskutieren.

Wir stellen hier die rechtlichen Grundlagen dar. Der Gesetzgeber hat zur Frage „**wo beginnt die Armut?**“ das „**soziokulturelle Existenzminimum**“ definiert. Wer über ein Einkommen verfügt, das unter diesem Existenzminimum liegt, hat Anspruch auf die **Grundsicherung**.

Die Sozialgesetzgebung in Deutschland ist in weiten Teilen über die zwölf Sozialgesetzbücher (SGB I bis XII) geregelt. Für unseren Zusammenhang, „**wenig Geld - Armut - staatlich garantierte soziale Leistungen**“ haben die **Sozialgesetzbücher II und XII** eine ganz besondere Bedeutung. Bestandteil beider Bücher sind die gesetzlichen Regelungen zur Grundsicherung. Weiterhin von Bedeutung sind in diesem Zusammenhang noch die Bücher I, III, VIII und IX.

SGB I - Allgemeiner Teil

SGB II - Grundsicherung für Arbeitssuchende (Hartz IV)

SGB III - Arbeitsförderung

SGB IV - Gemeinsame Vorschriften für die Sozialversicherung

SGB V - Gesetzliche Krankenversicherung

SGB VI - Gesetzliche Rentenversicherung

SGB VII - Gesetzliche Unfallversicherung

SGB VIII - Kinder- und Jugendhilfe

SGB IX - Rehabilitation und Teilhabe behinderter Menschen

SGB X - Sozialverwaltungsverfahren und Sozialdatenschutz

SGB XI - Soziale Pflegeversicherung

SGB XII - Sozialhilfe - (Grundsicherung im Alter / bei Erwerbsminderung)

Wir können an dieser Stelle nur eine erste grobe Übersicht geben. Wer sich dazu genauer informieren möchte, den verweisen wir auf die Literaturhinweise im Anhang.

1.1 Die Grundsicherung für Arbeitssuchende (Arbeitslosengeld II/ Sozialgeld) nach dem zweiten Sozialgesetzbuch SGB II (Hartz IV)

Arbeitslosengeld II können alle erwerbsfähigen und hilfebedürftigen Menschen erhalten (Arbeitserlaubnis vorausgesetzt), die das 15. Lebensjahr vollendet und das 65. Lebensjahr noch nicht beendet haben. Personen, die nicht erwerbsfähig sind, können „**Sozialgeld**“ erhalten (Kinder bis 15 J., Erwerbsgeminderte). Gleiches gilt für ihre Angehörigen und Kinder, wenn Sie mit dem Antragsteller in einem Haushalt (Bedarfsgemeinschaft) leben.

Auch Arbeitnehmer, die nicht genug Geld verdienen, um ihren Lebensunterhalt selbst bestreiten zu können, können ihren Lohn durch ALG II aufstocken. Mit dem ALG II, auch „**Grundsicherung für Arbeitssuchende**“ genannt, soll das soziokulturelle Existenzminimum der Leistungsempfänger abgedeckt werden.

Die Grundsicherung umfasst die Kosten des alltäglichen Bedarfs, „**den Regelbedarf**“ (Ernährung, Kleidung, Körperpflege, Hausrat, Strom, Telefon, etc.) und die Kosten für die Miete plus Heizung und Nebenkosten „**Kosten der Unterkunft**“.

Der „**Regelbedarf**“ der Grundsicherung ist überall in Deutschland gleich hoch (niedrig).

| Arbeitslosengeld II und Sozialgeld (Stand Januar 2014) | Betrag |
|---|---------------|
| Erwachsene, alleinstehend | 399 € |
| Erwachsene, in Partnerschaft | 360 € |
| Angehörige im Alter von 18-25 Jahren | 320 € |
| Jugendliche von 14-17 Jahren | 302 € |
| Kinder zwischen sechs und 13 Jahren | 267 € |
| Kinder unter sechs Jahren | 234 € |

Der Regelbedarf wird über das „Regelbedarfsermittlungsgesetz (RBEG)“ ermittelt. Dazu gibt es einen sehr detaillierten Warenkorb (siehe Anhang). Im Warenkorb wird dargestellt für welche Bedürfnisse der Gesetzgeber, welche Kosten als notwendig erachtet.

Bei dem Posten Bildung für Kinder sind keine Beträge eingestellt. Der Grund dafür ist, dass seit 2011 über das Paket für Bildung und Teilhabe alle anfallenden Kosten für die Bildung und soziale Teilhabe abgedeckt werden sollen. Dieser Ansatz ist sehr umstritten.

Genau genommen werden bei der Grundsicherung zwei Anträge gestellt. Ein Antrag für den **Regelbedarf** und ein Antrag für die **Kosten der Unterkunft**. Im Antrag enthalten sind auch mögliche Mehrbedarfe und in der Regel auch die Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung.

„**Unterkunft und Heizung**“

Die Kosten der Unterkunft und Heizung werden, soweit sie angemessen sind, in der Höhe der tatsächlichen Aufwendungen übernommen. Die Höhe der als „angemessen“ anerkannten Kosten der Unterkunft (Miete) unterscheidet sich regional sehr stark. Was „**angemessen**“ ist legt jede Stadt, bzw. jeder Landkreis selber fest.

Informationen dazu gibt es auf der Internetseite:

<http://www.harald-thome.de/oertliche-richtlinien.html>

Wer keine Wohnung findet, die innerhalb der festgelegten Grenzen liegt, und auf eine teurere Wohnung ausweichen muss, bekommt die Miete in der Regel nicht in voller Höhe ersetzt. Er muss dann einen Teil aus seinem Regelbedarf dazu legen. Dieses Geld fehlt dann aber an anderer Stelle.

1.1.1 Das Arbeitslosengeld I, oder auch ALG I, ist eine Leistung nach dem **dritten Sozialgesetzbuch (SGB III)**. Hier steht die Verhinderung von Armut nicht im Vordergrund. Das Arbeitslosengeld ist eine Versicherungsleistung in Form einer Lohnersatzleistung. Über die Beiträge zur Arbeitslosenversicherung, die für alle abhängig Beschäftigten verpflichtend sind, wird das Arbeitslosengeld von den Arbeitsagenturen (ehemals Arbeitsamt) gezahlt. Alle Formalitäten laufen über die Agentur für Arbeit. Einen Anspruch auf ALG I haben Arbeitnehmer, die im Zeitraum von zwei Jahren zwölf Monate sozialversicherungspflichtig gearbeitet haben. Die Höhe der gezahlten Leistung, des Arbeitslosengelds, ist abhängig vom bisherigen Verdienst des Arbeitslosen, den er in den letzten zwölf Monaten durchschnittlich erzielt hat. Sie liegt dabei zwischen 60 und 67 % des pauschalieren Nettoentgeltes, je nach Familienstand.

Wie lange ein Arbeitsloser das Arbeitslosengeld erhalten kann, hängt von der Dauer der Zahlungen in die Arbeitslosenversicherung ab. Bei der Arbeitsagentur gemeldete Arbeitslose bekommen maximal ein Jahr lang Arbeitslosengeld. Für Arbeitslose über 50 Jahren kann sich der Anspruch verlängern.

Während des Bezugs von Arbeitslosengeld können Arbeitslose eine Tätigkeit aufnehmen, die weniger als 15 Stunden wöchentlich umfasst. Der Lohn, der den

Betrag von 165,- € übersteigt, wird auf das Arbeitslosengeld angerechnet. Die 165,- € kann der Arbeitslose als Freibetrag behalten.

Bei einem Bezug von Arbeitslosengeld in geringer Höhe kann ein Anspruch auf „aufstockendes“ Arbeitslosengeld II bestehen. Dies muss jedoch zusätzlich beim zuständigen Jobcenter beantragt werden.

1.2 Die Grundsicherung im Alter oder bei Erwerbsminderung, Sozialgesetzbuch XII (SGB XII)

„**Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung**“ ist eine bedürftigkeitsabhängige Leistung, gesetzlich geregelt nach dem Zwölften Sozialgesetzbuch (SGB XII). Diese Grundsicherung, auch Sozialhilfe genannt, erhalten alle Menschen, die ihren gewöhnlichen Aufenthaltsort in der Bundesrepublik Deutschland haben und ihren Lebensunterhaltsbedarf nicht oder nicht vollständig aus eigenem Einkommen und Vermögen decken können und die Altersgrenze noch nicht erreicht haben. „**Grundsicherung im Alter**“ erhalten alle Menschen, die die Altersgrenze (Rentenalter) erreicht haben und ihren Lebensunterhalt nicht selbstständig decken können.

„**Grundsicherung wegen Erwerbsminderung**“ erhalten Menschen, die das 18. Lebensjahr vollendet haben und die aufgrund einer **dauerhaften Erwerbsminderung** (wegen gesundheitlicher Einschränkungen ist eine Arbeit von mehr als 3 Stunden nicht zumutbar) keiner Erwerbstätigkeit nachgehen können.

Die Grundsicherung im Alter und wegen Erwerbsminderung umfasst folgende Leistungen:

- den Regelbedarf (in gleicher Höhe wie beim Arbeitslosengeld II, siehe dazu auch unter 1.1)
- die „angemessenen“ Aufwendungen für Unterkunft (Miete) und die „angemessenen“ Nebenkosten, Heizung, Wasser, etc. (gleiche Regelung wie beim Arbeitslosengeld II, siehe 1.1)
- mögliche **Mehrbedarfe** und in einzelnen Fällen auch **einmalige Bedarfe**
- die Übernahme von Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträgen, sofern keine gesetzliche Krankenversicherung besteht.

Für die Beantragung und Gewährung der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung sind die Sozialämter (Stadt, Landkreis) zuständig.

Die **Hilfe zum Lebensunterhalt „HLU“**, ebenfalls nach dem SGB XII, wird Personen gewährt, die trotz Bedürftigkeit keinen Anspruch auf die beiden Varianten der Grundsicherung haben. Die Höhe der Leistungen orientiert sich jedoch an den Regelungen bei der Grundsicherung.

1.3 Wohngeld nach dem Wohngeldgesetz (WoGG)

Mit dem Wohngeld sollen die Wohnkosten für einkommensschwache Haushalte, die keine Leistungen wie Grundsicherung im Alter oder Arbeitslosengeld II erhalten, tragbar gestaltet werden. Wohngeld wird zur wirtschaftlichen Sicherung angemessenen und familiengerechten Wohnens geleistet und kommt für jegliche Art von Wohnraum in Betracht: Der Wohnraum kann in einem Altbau oder Neubau liegen, öffentlich gefördert oder frei finanziert sein. Wer zum Kreis der Berechtigten gehört, hat darauf einen Rechtsanspruch.

Wohngeld gibt es:

- als Mietzuschuss für Mieter einer Wohnung oder eines Zimmers
- als Lastenzuschuss für Eigentümer eines Eigenheims oder einer Eigentumswohnung

Der Anspruch auf Wohngeld und in welcher Höhe, hängt von mehreren Faktoren ab:

- der Anzahl der zu berücksichtigenden Haushaltsmitglieder,
- der Höhe des Gesamteinkommens,
- der Höhe der zuschussfähigen Miete, bzw. Belastung
- der Mietstufe am Wohnort.

Wohngeld wird nur auf Antrag bewilligt und wenn die Voraussetzungen dafür erfüllt sind. Antragsformulare erhält man bei der örtlichen Wohngeldbehörde, der Gemeinde-, Stadt- oder Kreisverwaltung.

Menschen mit geringem Einkommen müssen sich überlegen, ob sie Grundsicherung beantragen oder Wohngeld. Beides zusammen zu erhalten ist ausgeschlossen.

Bei Bedarf kann dieser Wohngeldrechner aus dem Internet weiter helfen:

<http://www.geldsparen.de/inhalt/rechner/Soziales/Wohngeldrechner.php>

1.4.1 Das Kindergeld / Der Kinderzuschlag

Das Kindergeld wird einkommensunabhängig für alle Kinder in gleicher Höhe gezahlt. Familien im Bezug von Hartz IV oder Grundsicherung im Alter/bei Erwerbsminderung profitieren jedoch in geringerem Maße vom Kindergeld als Familien, die keine Leistungen nach dem SGB II oder XII beziehen. Bei Leistungsempfängern wird das Kindergeld als anrechenbares Einkommen in voller Höhe vom Regelbedarf abgezogen.

Kindergeld ist nach der Zahl der Kinder gestaffelt und beträgt:

- für das erste und zweite Kind monatlich 184 Euro
- für das dritte Kind monatlich 190 Euro
- für das vierte und jedes weitere Kind monatlich 215 Euro

Kindergeld wird grundsätzlich gezahlt für:

- alle Kinder bis zum 18. Lebensjahr
- Kinder in Ausbildung bis zum 25. Lebensjahr
- arbeitslose Kinder bis zum 21. Lebensjahr

Für Kinder, die wegen fehlendem Ausbildungsplatz eine Berufsausbildung nicht beginnen können, gelten die oben genannten Regelungen, wenn nachgewiesen wird, dass sich der Jugendliche aktiv um Arbeit/Ausbildung bemüht.

Das Kindergeld wird an die Person ausgezahlt, in deren Obhut sich das Kind befindet. Lebt das Kind mit beiden Eltern zusammen, können diese bestimmen, wer von ihnen das Kindergeld erhalten soll. Ein Anspruch auf Kindergeld besteht auch, wenn junge Erwachsene im Rahmen des „Bundesfreiwilligendienstes“ oder des „Freiwilligen Sozialen Jahres“ tätig werden.

Anträge und Auszahlungen werden über die Familienkassen bei den Agenturen für Arbeit bearbeitet.

1.4.2 Das Kindergeld / Der Kinderzuschlag

Der Kinderzuschlag soll verhindern, dass arbeitende Eltern nur wegen der Kinder auf Arbeitslosengeld II angewiesen sind. Alleinerziehende und Elternpaare haben Anspruch auf Kinderzuschlag für ihre unverheirateten, unter 25 Jahre alten Kinder, die in ihrem Haushalt leben, wenn:

- für diese Kinder Kindergeld bezogen wird und
- die monatlichen Einnahmen der Eltern die Mindesteinkommensgrenze erreichen und
- das zu berücksichtigende Einkommen und Vermögen die Höchsteinkommensgrenze nicht übersteigt und
- der Bedarf der Familie durch die Zahlung von Kinderzuschlag gedeckt ist und deshalb kein Anspruch auf Arbeitslosengeld II/Sozialgeld besteht.

Die Mindesteinkommensgrenze beträgt für Elternpaare 900 Euro, für Alleinerziehende 600 Euro. Den Kinderzuschlag können Eltern nur dann beanspruchen, wenn ihre monatlichen Einnahmen in Geld oder Geldeswert (z. B. Bruttoeinkommen aus Erwerbstätigkeit, Arbeitslosengeld I, Krankengeld etc.) die jeweilige Mindesteinkommensgrenze erreichen.

Ein gleichzeitiger Bezug von Arbeitslosengeld II/Sozialgeld beziehungsweise Leistungen der Sozialhilfe und Kinderzuschlag ist nicht möglich.

Die Höhe des Kinderzuschlages bemisst sich nach dem Einkommen und Vermögen der Eltern und der Kinder; er beträgt höchstens 140 Euro/Monat je Kind und wird zusammen mit dem Kindergeld monatlich gezahlt.

1.4.3 Das Paket für Bildung und Teilhabe

Seit April 2011 gibt es für Kinder aus Familien mit wenig Geld das **Bildungspaket**. Anspruch darauf haben Familien, die Wohngeld, Grundsicherung, Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz oder den Kinderzuschlag erhalten. **Wer Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld bekommt, wendet sich für Leistungen aus dem Bildungspaket in der Regel an das Jobcenter.**

Für Familien, die Grundsicherung im Alter oder wegen Erwerbsminderung, Hilfe zum Lebensunterhalt, Leistungen nach dem AsylbLG, Wohngeld oder den Kinderzuschlag erhalten, sind die Jobcenter nicht zuständig. Die Kreise oder kreisfreien Städte (erreichbar zum Beispiel im Rathaus, im Bürgeramt oder in der Kreisverwaltung) nennen diesen Familien den zuständigen Ansprechpartner für

das Bildungspaket. **Beim Kinderzuschlag wird der Antrag bei der Familienkasse gestellt.**

Das Bundesverfassungsgericht hatte 2009 geurteilt: „Die Regelbedarfe für Kinder sind nicht richtig berechnet worden, das muss nachgeholt werden“. Daraufhin hat die zuständige Ministerin gesagt: „Wenn wir für die Kinder mehr Geld bezahlen ist nicht sicher, dass das auch bei den Kindern ankommt, da sind Sachleistungen viel besser“. Auf dieser Grundposition wurde dann das „Paket für Bildung und Teilhabe“ gestaltet. Sehr viele Menschen wie Betroffene, Kindergärtnerinnen, Schulleiter, Mitarbeiter im Jobcenter sagen: „Das hilft nicht wirklich, das ist Bürokratie pur und nicht an der Realität der Kinder ausgerichtet“. Die Leistungen des Bildungspakets werden überwiegend als Sach- bzw. Dienstleistungen gewährt. **Weiteres dazu auch unter 3.6**

1.5 Jugendhilfe nach dem SGB VIII / Wirtschaftliche Jugendhilfe

Aufgabe der Wirtschaftlichen Jugendhilfe ist es unter anderem, Jugendhilfeleistungen nach dem Sozialgesetzbuch, Achtes Buch (SGB VIII) verwaltungsrechtlich und finanziell umzusetzen.

Jugendhilfeleistungen können in Form von pädagogischen, therapeutischen, ambulanten, teil- und vollstationären Hilfen gewährt werden. Die Ermittlung des Jugendhilfebedarfs erfolgt in der Regel durch den so genannten „Sozialen Dienst“.

Zu den Jugendhilfeleistungen gehört auch die rechtliche und finanzielle Abwicklung der Bezuschussung bzw. der Kostenübernahme in der Kindertagesbetreuung.

Folgende Leistungen werden im Rahmen des SGB VIII insbesondere gewährt:

- Gemeinsame Wohnformen von Müttern / Vätern und Kindern
- Betreuung und Versorgung des Kindes in Notsituationen
- Bezuschussung und Übernahme der Kosten in der Kindertagesbetreuung (Kindertageseinrichtung und Kindertagespflege)
- Ambulante Hilfen
- Vollzeitpflege
- Heimerziehung
- Intensive sozialpädagogische Einzelbetreuung

Weitere Informationen zur Jugendhilfe nach dem SGB VIII/Wirtschaftliche Jugendhilfe erhält man vom Träger der öffentlichen Jugendhilfe vor Ort, den dort zuständigen Jugendämtern.

Von den Kommunen (Städte, Landratsämter) wird auch der **Unterhaltsvorschuss (UHV)** gezahlt. Anspruch auf Unterhaltsvorschuss haben Kinder von alleinerziehenden Eltern, deren unterhaltspflichtiger, familienferner Elternteil verstorben ist, nicht erreichbar ist, nicht zahlen will oder kann. UHV wird maximal für 72 Monate, bzw. maximal bis zur Vollendung des 12. Lebensjahrs gezahlt (Unterhaltsvorschussgesetz, UVG).

1.6 Betreuungsgeld

Das Betreuungsgeld soll junge Eltern, die für ihr Kind die frühkindliche Förderung in einer Tageseinrichtung oder in Kindertagespflege (für einen gewissen Zeitraum) nicht in Anspruch nehmen wollen, finanziell unterstützen.

Das Betreuungsgeld erhalten Eltern, deren Kind ab dem 1. August 2012 geboren wurde und die für ihr Kind keine frühkindliche Förderung in einer Tageseinrichtung oder in Kindertagespflege in Anspruch nehmen. Außerdem müssen die Elterngeldmonate verbraucht sein (siehe dazu unten "Betreuungsgeld und Elterngeld").

Das Betreuungsgeld kann für Kinder mit Geburtsdatum nach dem 31. Juli 2012 grundsätzlich ab dem 15. bis zur Vollendung des 36. Lebensmonats bezogen werden. Vorhandene Elterngeldansprüche gehen also dem Betreuungsgeld vor. Das Betreuungsgeld beträgt pro Kind 150 Euro. Das Betreuungsgeld wird als Geldleistung ausgezahlt.

Das Betreuungsgeld wird für maximal 22 Monate pro Kind bezogen. Betreuungsgeld und Elterngeld können im Regelfall nicht parallel bezogen werden. Das Betreuungsgeld schließt nahtlos an die vierzehnmonatige Rahmenbezugszeit für das Elterngeld an. Die Bezugszeit von Elterngeld und Betreuungsgeld kann nur nacheinander erfolgen. Das Betreuungsgeld wird unabhängig davon gezahlt, ob und in welchem Umfang die Eltern erwerbstätig sind.

Das Betreuungsgeld wird als vorrangige Leistung ausgezahlt und bei Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe und Kinderzuschlag angerechnet. Bei anderen Sozialleistungen, zum Beispiel beim Arbeitslosengeld I und bei Leistungen nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (BAföG), werden das Betreuungsgeld wie auch

das Elterngeld bis zu einer Höhe von insgesamt 300 Euro monatlich nicht als Einkommen berücksichtigt. Betreuungsgeld und Elterngeld stehen den Familien bis zu dieser Höhe also zusätzlich zu diesen Leistungen zur Verfügung.

Weitere detaillierte Informationen erhalten Sie bei den Beratungsstellen der pro familia, des SKF und der Diakonie, siehe auch unter 3.1. Dort erhalten Sie auch Unterstützung zur Beantragung und die entsprechenden Vordrucke.

1.7 Das Elterngeld

Das Elterngeld macht es für Mütter und Väter einfacher, vorübergehend ganz oder auch nur teilweise auf eine Erwerbstätigkeit zu verzichten und so mehr Zeit für die Betreuung ihres Kindes zu haben. Für die Eltern von Kindern, die ab dem 01.07.2015 geboren werden, besteht die Möglichkeit, zwischen dem Bezug von dem bisherigen Elterngeld (Basiselterngeld) und dem Bezug von ElterngeldPlus zu wählen oder beides zu kombinieren.

Das Elterngeld fängt einen Einkommenswegfall auf, wenn Eltern nach der Geburt für ihr Kind da sein wollen und ihre berufliche Arbeit unterbrechen oder einschränken.

Das Basiselterngeld wird an Väter und Mütter für maximal 14 Monate gezahlt; beide können den Zeitraum frei untereinander aufteilen. Ein Elternteil kann dabei mindestens zwei und höchstens zwölf Monate für sich in Anspruch nehmen, zwei weitere Monate gibt es, wenn sich auch der andere Elternteil an der Betreuung des Kindes beteiligt und den Eltern mindestens zwei Monate Erwerbseinkommen wegfällt. Alleinerziehende, die das Elterngeld zum Ausgleich des wegfallenden Erwerbseinkommens beziehen, können aufgrund des fehlenden Partners die vollen 14 Monate Elterngeld in Anspruch nehmen.

Das ElterngeldPlus erkennt die Pläne derjenigen an, die schon während des Elterngeldbezugs wieder in Teilzeit arbeiten wollen. Das gibt die Möglichkeit, länger als 14 Monate diese Leistung in Anspruch zu nehmen. Sie bekommen doppelt so lange Elterngeld (in maximal halber Höhe).

In der Höhe orientiert sich das Elterngeld am laufenden durchschnittlich monatlich verfügbaren Erwerbseinkommen, welches der betreuende Elternteil im Jahr vor der Geburt hatte. Es beträgt mindestens 300 Euro und höchstens 1.800 Euro monatlich (im Elterngeld Plus-Bezug mind. 150 Euro und höchstens 900 Euro monatlich).

Das Mindestelterngeld von 300 Euro erhalten alle, die nach der Geburt ihr Kind selbst betreuen und höchstens 30 Stunden in der Woche arbeiten, etwa auch Studierende, Hausfrauen und Hausmänner und Eltern, die wegen der Betreuung älterer Kinder nicht gearbeitet haben.

Das Elterngeld wird beim Arbeitslosengeld II, bei der Sozialhilfe und beim Kinderzuschlag vollständig als Einkommen angerechnet – dies betrifft auch den Mindestbetrag von 300 Euro.

Weitere detaillierte Informationen erhalten Sie bei den Beratungsstellen der pro familia, des SKF und der Diakonie, siehe auch unter 3.1. Dort erhalten Sie auch Unterstützung zur Beantragung und die entsprechenden Vordrucke.

1.8 Bafög / BAB

Das **BAfög** (nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz) bekommen vor allem Studenten. In manchen Fällen haben aber auch Schüler und Menschen, die sich beruflich umschulen oder einen Meisterkurs belegen wollen, Anspruch auf Bafög.

Die genauen Informationen erhält man am besten von der Hochschule, der Schule oder der zuständigen Kammer (Handwerkskammer, Industrie- und Handelskammer).

Grundsätzlich erhalten Bafög-Empfänger keine Leistungen nach SGB II. In einigen Konstellationen werden aber bestimmte Leistungen bewilligt. So erhält u.U. die alleinerziehende Mutter mit Bafög-Bezug den entsprechenden Mehrbedarf vom Jobcenter und sie kann SGB II-Leistungen für ihr Kind beantragen.

BAB (Berufsausbildungsbeihilfe) gibt es für:

- **berufliche Ausbildungen** (bedürftigkeitsabhängige Azubi-BAB). Förderungsfähig sind betriebliche oder außerbetriebliche berufliche Erstausbildungen in einem staatlich anerkannten Ausbildungsberuf nach Berufsbildungsgesetz, Handwerksordnung, etc.
- **berufsvorbereitende Bildungsmaßnahmen** als nicht bedürftigkeitsabhängige BvB-BAB, wenn die Vollzeitschulpflicht erfüllt ist und die Maßnahme zur Vorbereitung auf eine Berufsausbildung oder zur beruflichen Eingliederung erforderlich ist und seine Fähigkeiten erwarten lassen, dass der Auszubildende das Ziel der Maßnahme erreicht.
- **zur Vorbereitung auf einen Hauptschulabschluss**

Das BAB (Berufsausbildungsbeihilfe) kann nur beantragt werden, wenn die Antragsteller während der Berufsausbildung nicht bei den Eltern wohnen. Berufsausbildungsbeihilfe wird auf Antrag erbracht. Der Antrag ist bei der Agentur für Arbeit zu stellen.

1.9 Das Asylbewerberleistungsgesetz unterstützt Menschen, die in Deutschland Schutz suchen.

Seit dem Urteil des Bundesverfassungsgerichts vom Juli 2012 gibt es, in Anlehnung an die Hartz IV Gesetzgebung, die sechs Regelbedarfsstufen (siehe 1.1) auch im Asylbewerberleistungsgesetz, diese werden ebenso wie die Sozialhilfe jährlich angepasst. Die meisten Leistungsbezieher, die nicht in einer Unterkunft leben, **erhalten dann einen reduzierten Hartz IV Satz** als Regelbedarf.

Bedarfssätze nach § 3 AsylbLG ab März 2015, gemäß Bekanntmachung Bundesgesetzblatt 2015

- für einen Alleinstehenden 359 €
- Bei Partnerschaft jeweils 323 €
- Für erwachsene Kinder im Haushalt 287 €
- Von 15 bis 18 Jahren 283 €
- Kinder von 7 bis 14 Jahren erhalten 249 €
- Kinder unter 7 Jahren 217 €

Diese Beträge werden, je nach lokaler Regelung, häufig über Gutscheine, Sachleistungen und in das Taschengeld als Geldleistung unterteilt.

Asylbewerber leben häufig in so genannten "**Gemeinschaftsunterkünften**". Dort haben sie, je nach Entscheidung der Kommune, einen Anspruch auf vier bis sechs Quadratmeter Wohnraum pro Person. Asylbewerber werden von den Bundesländern nach einer festgelegten Quote auf die Kommunen (Städte, Landkreise) verteilt. Die Kommunen sind zur Aufnahme verpflichtet.

1.10 Prozesskostenhilfe

Niemand muss ohne Anwalt vor Gericht - über die Prozesskostenhilfe (PKH) kann gem. §§ 114 ff. ZPO einkommensschwachen Personen eine finanzielle Unterstützung zur Durchführung von Gerichtsverfahren gewährt werden.

PKH kommt in Verfahren vor den Zivil-, Verwaltungs-, Arbeits- und Sozialgerichten in Betracht, wenn eine Verfahrenspartei nicht in der Lage ist, die Anwalts- und Gerichtskosten für den Prozess aufzubringen. Die PKH trägt der Staat. Die PKH muss beim jeweils zuständigen Gericht beantragt werden. Das bedeutet, dass der Antrag an das Gericht zu richten ist, bei dem der Prozess anhängig ist bzw. bei dem er anhängig gemacht werden soll. Neben der Bedürftigkeit, die anhand einer Erklärung über die persönlichen und wirtschaftlichen Verhältnisse zu belegen ist, werden auch die Erfolgsaussichten des zu führenden Prozesses einer summarischen gerichtlichen Vorprüfung unterzogen. Prozesskostenhilfe wird nur bei hinreichender Erfolgsaussicht gewährt.

Die PKH deckt nur die Gerichtskosten und die Gebühren des eigenen Anwalts ab. Verliert die Partei den Prozess, muss sie die gegnerischen Rechtsanwalts- und ggf. Gerichtskosten im gleichen Umfang erstatten, wie dies auch bei nicht bedürftigen Personen der Fall ist. Weitere Informationen zur PKH geben Rechtsanwälte und Sozialberatungsstellen.

2. Hilfen und Beratung in meiner Stadt / Soziale Leistungen

2.1 Grundsicherung für Arbeitssuchende, SGB II, „Hartz IV“

Ansprechpartner für die „Grundsicherung für Arbeitssuchende“, für das Arbeitslosengeld II, nach dem SGB II, ist das

Jobcenter Landkreis Konstanz

78462 Konstanz, Konzilsstraße 9

Tel.: 07531 36336-0

E-Mail: jobcenter-landkreis-konstanz@jobcenter-ge.de

Internet: www.jobcenter-kn.de

Öffnungszeiten:

Montag 08:00 - 12:00 Uhr

Dienstag 08:00 - 12:00 Uhr

Mittwoch 08:00 - 12:00 Uhr

Donnerstag 08:00 - 17:30 Uhr

Freitag 08:00 - 12:00 Uhr

Für eine persönliche Vorsprache beim Sachbearbeiter oder Arbeitsvermittler vereinbaren Sie bitte einen Termin

2.2 Grundsicherung im Alter, wegen Erwerbsminderung, SGB XII

Ansprechpartner für die „Grundsicherung im Alter“ und die „Grundsicherung wegen Erwerbsminderung“ nach dem SGB XII sowie die „Hilfe zum Lebensunterhalt“ ist das

Sozial- und Jugendamt der Stadt Konstanz

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2

Tel.: 07531 900-888

E-Mail: IS@konstanz.de

Internet: <http://www.konstanz.de/soziales/>

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8-12 Uhr, Mo., Di., Do. 14-16 Uhr u. Mi. 14-17 Uhr

Bitte vereinbaren Sie einen Termin. Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung wird nur auf Antrag geleistet.

2.3 Wohngeld / Wohngeldstellen

Wohngeld - Beratung und Antragstellung

Sozial- und Jugendamt der Stadt Konstanz

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2

Tel.: 07531 900-888

E-Mail: IS@konstanz.de

Miet- und Lastenzuschuss nach dem Wohngeldgesetz

Ausführliche Informationen und einen Antrag als Download finden Sie auf der Seite: www.konstanz.de/soziales unter dem Stichwort: „Wohngeld“;

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8-12 Uhr, Mo., Di., Do. 14-16 Uhr u. Mi. 14-17 Uhr

Die zuständigen AnsprechpartnerInnen erreichen sie unter:

| Buchstabe | Tel.: 07531 900- | Zimmer-Nr. |
|-----------|------------------|------------|
| A, B | 529 | 0.55 b |
| C | 403 | 0.55 c |
| D | 531 | 0.53 b |
| E- K | 403 | 0.55 c |
| L - R | 531 | 0.53 b |
| S, T | 529 | 0.55 b |
| U - Y | 531 | 0.53 b |
| Z | 529 | 0.55 b |

2.4 Kindergeld / Kinderzuschlag / Kindergeldstelle

Zuständig für die Zahlung des Kindergeldes und des Kinderzuschlags ist die Familienkasse Baden-Württemberg Ost

70146 Stuttgart

Tel.: 0800 555530

Fax: 0711 9411110

E-Mail: Familienkasse-Baden-Wuerttemberg-Ost@arbeitsagentur.de

2.5 Jugendhilfe / Jugendamt

Das Sozial- und Jugendamt der Stadt Konstanz ist öffentlicher Träger der Jugendhilfe nach dem SGB VIII. Es berät und unterstützt Kinder und Jugendliche sowie deren Eltern in ihren unterschiedlichen Lebenslagen.

Sozial- und Jugendamt der Stadt Konstanz

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2

Tel.: 07531 900-888 oder 900-401

E-Mail: IS@konstanz.de

Aufgabenbereiche:

Allgemeiner Sozialer Dienst: Allgemeine Sozial- und Lebensberatung, Beratung in Fragen der Erziehung, außergerichtliche Beratung bei Trennung und Scheidung, Einleitung und Begleitung von Hilfen zur Erziehung, Eingliederungshilfe gem. §35a SGB VIII, Mitwirkung in Verfahren vor dem Familiengericht bei Kindeswohlgefährdung

Wirtschaftliche Jugendhilfe: Übernahme der Kosten für den Besuch einer Kindertageseinrichtung, für Hilfen zur Erziehung, Erstattung der Aufwendungen für die Tagespflege, Unterhaltsvorschuss, Beistandschaften/Amtsvormundschaften, Kindertageseinrichtungen

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 08:00 - 12:00 Uhr

Mo., Di., Do. 14:00 - 16:00 Uhr

Mi. 14:00 - 17:00 Uhr

Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

2.6 Nachteilsausgleiche bei Schwerbehinderung

Amt für Gesundheit und Versorgung

78315 Radolfzell, Scheffelstr. 15

Tel.: 07531 800-2610

E-Mail: versorgungsamt@LRAKN.de

Jeder behinderte Mensch kann (aber muss nicht) bei dem für seinen Wohnsitz zuständigen Versorgungsamt einen Antrag auf Feststellung seiner (Schwer-) Behinderung stellen.

Aufgaben / Leistungen:

- die Feststellung der Behinderung und ihrer Schwere
- der Nachweis bestimmter gesundheitlicher Merkmale zur Inanspruchnahme von Nachteilsausgleichen
- die Ausstellung eines Ausweises zur Wahrnehmung von Rechten und Nachteilsausgleichen

Je nach Vorliegen der gesundheitlichen Merkmale können Nachteilsausgleiche wie Steuerermäßigungen, Freifahrt im ÖPNV, Parkerleichterungen u.v.m. in Anspruch genommen werden.

2.7 Prozesskostenhilfe / Beratungshilfe

LAW & LAKE, Studentische Rechtsberatungsgesellschaft

Universität Konstanz, Fach 222, 78457 Konstanz

Tel. 07531 12298-01 (AB)

Internet: www.law-and-lake.de

E-Mail: nachricht@law-and-lake.de

Unentgeltliche Beratung in Angelegenheiten des Zivil- und Verwaltungsrechts mit niedrigem Streitwert (nicht Strafrecht).

Kostenlose Rechtsberatung

Die örtliche Anwaltschaft hat im Rahmen des Beratungshilfegesetzes eine zentrale Beratungsstelle eingerichtet, bei welcher Menschen mit geringem Einkommen beraten werden.

Im Amtsgericht 78462 Konstanz, Untere Laube 12, Zimmer 308

Tel.: 07531 280-0

Sprechzeiten: jeden 1. Mittwoch im Monat 13:00 - 17:00 Uhr

Beratungshilfen

Um Ihnen auch bei geringem Einkommen den Zugang zu Rechtsberatung und Gerichten zu ermöglichen, können Sie für die außergerichtliche Beratung und Vertretung Beratungshilfe beanspruchen, wenn die Voraussetzungen hierfür vorliegen.

Prozesskostenhilfe

In Verfahren vor den Gerichten sind in der Regel allenfalls die Kosten des eigenen Rechtsbeistandes zu tragen. Personen mit geringem Einkommen kann im Rahmen der Prozesskostenhilfe eine Rechtsanwältin oder ein Rechtsanwalt beigeordnet werden, wenn die Klage hinreichende Aussicht auf Erfolg bietet und nicht mutwillig ist.

Weitergehende Informationen geben die jeweils zuständigen Gerichte

Sozialgericht Konstanz

78462 Konstanz, Webersteig 5

Telefonvermittlung: 07531 2070

Internet: <http://www.sg-konstanz.de> siehe unter Verfahrenshilfen

E-Mail: poststelle@sgkonstanz.justiz.bwl.de

Amtsgericht Konstanz

78462 Konstanz, Untere Laube 12

Tel.: 07531 2800

Internet: www.amtsgericht-konstanz.de siehe unter Aufgaben und Verfahren, weiter unter Verfahrenshilfen

E-Mail: poststelle@agkonstanz.justiz.bwl.de

2.8 Sozialpass

Sozial- und Jugendamt der Stadt Konstanz

Die Stadt Konstanz bietet den Konstanzer Sozialpass mit umfangreichen Vergünstigungen für BezieherInnen von Leistungen nach dem SGB II; SGB XII, Wohngeldgesetz, Kinderzuschlag und Asylbewerberleistungsgesetz an.

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2

Tel.: 07531 900-888

Internet: <http://www.konstanz.de/soziales/>

E-Mail: IS@konstanz.de

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 08 - 12 Uhr, Mo., Di., Do. 14 - 16 Uhr u. Mi. 14 - 17 Uhr

Genaue Informationen zu den Vergünstigungen auch unter 3.6

2.9 Wohlfahrtsverbände im Landkreis

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Konstanz e.V., AWO

78224 Singen, Heinrich-Weber-Platz 2

Tel.: 07731 9580-0

Fax: 07731 9580-99

E-Mail: info@awo-konstanz.de

Internet: www.awo-konstanz.de

Caritasverband Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Uhlandstr. 15

Tel.: 07531 1200-0

Fax: 07531 1200-110

E-Mail: post@caritas-kn.de

Internet: <http://www.caritas-konstanz.de>

Diakonisches Werk des Evangelischen Kirchenbezirks Konstanz

78315 Radolfzell, Tegginger Straße 16

Tel.: 07732 952760

E-Mail: info.radolfzell@diakonie.ekiba.de

Internet: www.diakonie-radolfzell.de

DRK-Ortsverein Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Luisenstraße 1

Tel.: 07531 62900

E-Mail: info@ov-kn.DRK.de

AGJ- Wohnungslosenhilfe

78462 Konstanz, Lutherplatz 6

Tel.: 07531 1286390

Internet: www.agj-konstanz.de

Paritätische Sozialdienste GmbH

78467 Konstanz, Am Briel 40

Tel: 07531 892669-0

Internet: www.paritaet-kn.de

E-Mail: info@paritaet-kn.de

3. Beratung und Hilfen für Kinder und Familien

3.1 Beratungsstellen

Schwangeren- und Familienberatung

Sozialdienst katholischer Frauen Konstanz e.V., Beratungsstelle Niederburg
78464 Konstanz, Theatergasse 1

Tel.: 07531 23891

Ab Sommer 2015: 78462 Konstanz, St. Stephans-Platz 39a

Internet: www.skf-konstanz.de

E-Mail: claudia.eisenmann@skf-konstanz.de

und gabriele.lorenz@skf-konstanz.de

Angebote: Beratung für schwangere Frauen, Paare und Familien

Information: Mo., Mi. und Do. 10 - 12 Uhr und Mo. und Di. 14 - 16 Uhr

Schwangeren- und Familienberatung

Sozialdienst katholischer Frauen Konstanz e.V., Beratungsstelle Treffpunkt
Berchen

78467 Konstanz, Breslauerstr. 2

Tel.: 07531 692881

Internet: www.skf-konstanz.de

E-Mail: rosemarie.patt@skf-konstanz.de

und susanne.speckle@skf-konstanz.de

Angebote: Beratung für schwangere Frauen, Paare und Familien; Gruppen,
Kurse und Veranstaltungen

Information: Mo., Mi. und Do. 10 - 12 Uhr und Mo. und Di. 14 - 16 Uhr

Psychologische Beratungsstelle der Stadt Konstanz

Benediktinerplatz 2, 78467 Konstanz

Tel.: 07531 900-406

E-Mail: Silvana.Hellenbock@konstanz.de

Das Angebot richtet sich an Familien, Eltern, Kinder und Jugendliche, die in schwierigen Situationen Beratung suchen oder deren Leben durch Konflikte und Probleme belastet ist. Beratung bei Erziehungsproblemen, Entwicklungs- und Verhaltensauffälligkeiten, Leistungsstörungen, Familienkonflikten, Problemen in Trennungs- und Scheidungssituationen sowie akuten Krisen. Die Beratung ist kostenlos.

Anmeldung: Montag bis Freitag in der Zeit von 08:45 bis 12:00 Uhr per Telefon oder persönlich

Psychologische Beratungsstelle: Erziehungs- und Familienberatung sowie Paar- und Lebensberatung,

Diakonisches Werk des Kirchenbezirks Konstanz

78467 Konstanz, Wollmatinger Str. 22

Tel.: 07531 363260

Internet: www.diakonie-radolfzell.de

E-Mail: pbs.konstanz@diakonie.ekiba.de

Angebote für: Eltern mit Erziehungsproblemen oder -fragen, Eltern und Paare bei Trennung und Scheidung, Jugendliche oder Erwachsene in Lebenskrisen

Telefonzeiten Sekretariat: Mo. - Fr. 09:00 - 12:00 Uhr

Pro Familia Konstanz

78467 Konstanz, Reichenastr. 5a

Tel.: 07531 26390

Internet: www.profamilia.de/konstanz

E-Mail: konstanz@profamilia.de

Angebote: Familienplanung, Online-Beratung, Partnerschaftsberatung, Schwangerenberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Sexualberatung, Sexualisierte Gewalt, Sexualpädagogik, Sozial- und Familienrecht, Verhütung, Wechseljahre

Beratung nach telefonischer Terminvereinbarung:

Mi. 10:00 - 12:00 und 16:00 - 17:00 Uhr

Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung

Diakonisches Werk des Kirchenbezirks Konstanz

78467 Konstanz, Wollmatinger Str. 22

Tel.: 07531 915050

Internet: www.diakonie-radolfzell.de

E-Mail: schwangerenberatung.konstanz@diakonie.ekiba.de

Beratung bei Fragen zur Schwangerschaft, bei persönlichen Schwierigkeiten und Problemen in Partnerschaft und Familie, Informationen über Hilfen, Rechtsansprüche und soziale Leistungen. Schwangerschaftskonfliktberatung.

Telefonzeiten Sekretariat: Mo. bis Fr. 09:00 - 12:00 Uhr

Onlineberatung

des Caritasverbandes Konstanz e.V.

Internet: www.caritas.de/onlineberatung

Angebote: Schnell und unkompliziert erhalten Sie Antworten auf Ihre Fragen zu den Bereichen Allgemeine soziale Probleme, Behinderung und psychische Erkrankung, Eltern und Familie, Kinder und Jugendliche, Kuren für Mütter und Väter, Leben im Alter, Rechtliche Beratung und Vorsorge, Schulden, Schwangerschaft, Sucht, Suizidprävention, Übergang von Schule zu Beruf

3.1.1 Krisenhilfe / Frauenhäuser / Telefonseelsorge

Frauen- und Kinderschutzhaus Konstanz

Tel.: 07531 15728

Internet: www.frauenhaus.awo-konstanz.de

E-Mail: fh@awo-konstanz.de

Angebote: Unterstützung in Krisensituationen, Hilfe bei Klärung finanzieller und rechtlicher Fragen, Begleitung zu Behörden, AnwältInnen usw., Unterstützung und Hilfe in Erziehungsfragen, Entspannungs- und Unterstützungskurse im Haus, Unterstützung bei der Wohnungs- und Arbeitssuche, Unterstützung beim Entwickeln einer neuen Lebensperspektive

Information und Anmeldung:

Mo. - Do. 09:00 - 17:00 Uhr, Fr. 09:00 - 14:00 Uhr

Frauen- und Kinderschutzhaus Radolfzell

Diakonisches Werk Radolfzell

www.diakonie-radolfzell.de/angebote/index_frauenhaus.htm

Tel.: 07732 57506

E-Mail: fksh.radolfzell@diakonie.ekiba.de

Frauenhaus und Kinderschutzhaus Singen

Frauen & Kinderschutz e.V. Singen

Internet: www.frauenhaus-singen.de

Tel.: 07731 31244, Mo. bis Do. 09:00 - 17:00 Uhr, Fr. 09:00 - 14:00 Uhr

E-Mail: frauenhaus-singen@t-online.de

Wohnungsverweis bei häuslicher Gewalt

Zum Schutz von Personen, die in ihrer Wohnung verletzt oder bedroht werden, kann die Ortspolizeibehörde dem Täter gegenüber einen Wohnungsverweis von bis zu zwei Wochen aussprechen und ggfs. ein Rückkehr- und Annäherungsverbot erlassen.

Die Stadt Konstanz, die Polizeidirektion Konstanz und die Projektgruppe häusliche Gewalt praktizieren in Konstanz das Wohnungsverweisverfahren. Dieses Verfahren beabsichtigt, häusliche Gewalt in unserer Gesellschaft ernst zu nehmen, nicht mehr zu tolerieren, öffentlich zu machen und zu sanktionieren.

Bestehen weitere Fragen, wenden Sie sich an das Bürgeramt als Ortspolizeibehörde:

Bürgeramt Konstanz

78459 Konstanz, Untere Laube 24 (1. Stock)

Tel.: 07531 900-747

E-Mail: Christine.Barth@konstanz.de

Frauen helfen Frauen in Not e.V.

78467 Konstanz, Austr. 89

Tel.: 07531 67999

Internet: www.gewaltgegenfrauen.de

E-Mail: beratung@gewaltgegenfrauen.de

Angebote: Beratung und Hilfe bei Häuslicher Gewalt, Vergewaltigung, Stalking, Sexuelle Belästigung im Alltag, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Beratung nach telefonischer Terminvereinbarung

Mo. - Do. 09:00 - 12:00 Uhr, Mi. 16:00 - 18:00 Uhr

Beratungs- und Vertrauensstelle bei Kindesmisshandlung

Diakonisches Werk des Kirchenbezirks Konstanz

Wollmatinger Str. 22, 78467 Konstanz

Tel.: 07531 3632620

E-Mail: vertrauensstelle.konstanz@diakonie.ekiba.de

Internet: www.diakonie-radolfzell.de

Die Beratungs- und Vertrauensstelle bei Kindesmisshandlung und sexuellem Missbrauch ist Anlaufstelle bei sexueller und/oder körperlicher Gewalt gegen Kinder und Jugendliche im Landkreis Konstanz.

Telefonzeiten Sekretariat:

Mo. bis Fr. von 11:00 - 12:00 Uhr, Di. und Do. von 14:00 - 15:00 Uhr

Telefonische Hilfen / Nummer gegen Kummer

Tel. Kinder- und Jugendtelefon: 116111

Tel. Elterntelefon: 0800 1110550

Internet: www.nummergegenkummer.de

E-Mail: Beratung über Anmeldung im Internet

Angebote für Kinder- und Jugendliche: Telefonberatung, Projekt Jugendliche beraten Jugendliche, E-Mail Beratung, Beratung bei Web-Sorgen oder sexuellem Missbrauch

Angebote für Eltern: Telefonberatung, Beratung bei Web-Sorgen

Telefonische Sprechzeiten:

Kinder- und Jugendtelefon:

Mo. - Sa. 14:00 - 20:00 Uhr (anonym und kostenlos)

Elterntelefon:

Mo. - Fr. 09:00 - 11:00 Uhr, Di. + Do. 17:00 - 19:00 Uhr
(anonym und kostenlos)

TelefonSeelsorge

Tel.: 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222

Internet: www.telefonseelsorge-schwarzwald-bodensee.de

E-Mail: Beratung über Anmeldung im Internet

Angebote: Gesprächsangebot für Menschen, die sich in Not oder einer krisenhaften Lebenssituation befinden, jemanden zum Reden oder Zuhören suchen oder für sich neue Perspektiven entdecken möchten

Telefonische Sprechzeiten:

Rund um die Uhr (anonym, vertraulich, kostenlos, Schutz der Daten)

3.1.2 Kursangebote für Kinder und Eltern / Pädagogische Hilfen

AWO Elternschule im Landkreis Konstanz

78464 Konstanz, Friedrichstr. 21

Tel.: 07731 9580-50

Internet: www.elternschule.awo-konstanz.de

E-Mail: elternschule@awo-konstanz.de

Angebote: Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP), aktuelle Angebote sowie Kurse und Aktivitäten finden Sie im Internet

Telefonische Sprechzeiten:

Mo. - Fr. 09:00 - 12:00 Uhr

Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Joseph-Belli-Weg 27

Tel.: 07531 67900

Internet: www.kinderschutzbund-konstanz.de

E-Mail: kontak@kinderschutzbund-konstanz.de

Angebote: Familienpatenschaften, Kleinkinderbetreuung, Babysitter-Kurs, Elternsprechstunden, Kinder in Not, Wege durch den Medienschungel, Boje

Deutsches Rotes Kreuz - Ortsverein Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Luisenstraße 1

Tel.: 07531 62900

Internet: www.ov-kn.drk.de

E-Mail: info@ov-kn.DRK.de

Angebote: Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP), Baby- und Kinderschwimmen, Spiel- und Kontaktgruppe (SpieKo)

pro familia Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Reichenastr. 5 a

Tel.: 07531 26390

Internet: www.profamilia.de/konstanz

E-Mail: konstanz@profamilia.de

Angebote: Kurse und Workshops; Vom Mädchen zur Frau; Vom Jungen zum Mann; Verlust einer Schwangerschaft; Babyblues und Mutterglück; Vater werden ist nicht schwer – Vater sein dagegen sehr; Gelassen ins „Mutterglück“.

Information und telefonische Anmeldung:

Mo., Di., Do. u. Fr. von 10 - 12 Uhr u. von 16 - 17 Uhr, Mi. von 16 - 17 Uhr

Beratung nur nach Voranmeldung

Sozialdienst katholischer Frauen Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Breslauerstr. 2, Treffpunkt Berchen

Tel.: 07531 692881

Internet: www.skf-konstanz.de

E-Mail: Rosemarie.patt@skf-konstanz.de

Angebote: Mutter-Kind Gruppe nach Emmi Pikler für Familien mit Kindern im 1. und 2. Lebensjahr. Spielgruppe für Kinder im Vorkindergartenalter an 3 Vormittagen von 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr.

Information: Mo., Mi. und Do. 10 - 12 Uhr und Mo. und Di. 14 - 16 Uhr

3.1.3 Familienhilfen / Kuren / Treffpunkte

Sozialdienst katholischer Frauen Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Breslauerstr. 2, **Treffpunkt Berchen**

Tel.: 07531 692881

Internet: www.skf-konstanz.de

E-Mail: Rosemarie.patt@skf-konstanz.de

Angebote:

Offener Frühstückstreff für Frauen mit und ohne Kind, Mütterberatung jeden Mittwoch von 09:00 - 11:30 Uhr, keine Anmeldung erforderlich

Stillgruppe mit offenem Stillcafé, ausgebildete Stillberaterinnen stehen für alle Fragen rund ums Stillen zur Verfügung, jeden Montag von 09:30 Uhr bis 11:30 Uhr, keine Anmeldung erforderlich

Zwillingstreff: jeden ersten Donnerstag im Monat um 14:30 Uhr

Russische Gruppe: für russisch-sprechende Mütter oder Väter mit Kindern bis 3 Jahre; Donnerstag (außer an den ersten Donnerstagen im Monat) von 15:30 Uhr - 17:30 Uhr

Krabbelgruppe für Kinder ab ca. 1 Jahr, Mittwoch 15:30 - 17:00 Uhr
Information und Anmeldung:

Mo., Mi. und Do. 10:00 - 12:00 Uhr und Mo. und Di. 14:00 - 16:00 Uhr

Sozialdienst katholischer Frauen Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Theatergasse 1, **Beratungsstelle Niederburg**

Tel.: 07531 23891

Ab Sommer 2015: 78462 Konstanz, St. Stephans-Platz 39a

Internet: www.skf-konstanz.de

E-Mail: claudia.eisenmann@skf-konstanz.de und

gabriele.lorenz@skf-konstanz.de

Angebote: **Niederburgfrühstück**, Treffpunkt für Frauen mit kleinen Kindern, Mütterberatung durch eine Kinderkrankenschwester, jeden Donnerstag von 09:30 - 11:30 Uhr, keine Anmeldung erforderlich

Information und Anmeldung:

Mo., Mi. und Do. 10:00 - 12:00 Uhr und Mo. und Di. 14:00 - 16:00 Uhr

Familienpflege Caritas-Zentrum Konradihaus

78464 Konstanz, Uhlandstraße 15

Tel.: 07531 1200-260

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: j.scherzinger@caritas-kn.de

Angebote: Säuglingspflege, Freizeitgestaltung und Hausaufgabenbetreuung der Kinder, Unterstützung kranker Eltern, Betreuung behinderter Menschen, Einkaufen, Kochen, Wäsche waschen sowie tägliche Hausarbeiten

Telefonische Sprechzeiten:

Mo. - Fr. 09:00 - 12:00 Uhr

Deutsches Rotes Kreuz - Ortsverein Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Luisenstraße 1

Tel.: 07531 62900

Internet: www.ov-kn.drk.de

E-Mail: info@ov-kn.DRK.de

Angebote: Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP), Baby- und Kinderschwimmen, Spiel- und Kontaktgruppe (SpieKo)

Frühförderung und Entwicklungsberatung

des Caritasverbandes Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Uhlandstraße 15

Tel.: 07531 1200-300

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: früh-konstanz@caritas-kn.de

Angebote: Vom Säuglingsalter bis zum Schuleintritt bieten wir Hilfe, wenn Kinder in ihrer körperlichen, geistigen, seelischen oder sprachlichen Entwicklung auffällig oder verzögert, behindert oder von einer Behinderung bedroht sind. Ebenso können sich Eltern mit Fragen zur Entwicklung und den Umgang mit ihrem Kind an uns wenden.

Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Joseph-Belli-Weg 27

Tel.: 07531 67900

Internet: www.kinderschutzbund-konstanz.de

E-Mail: kontak@kinderschutzbund-konstanz.de

Angebote: Familienpatenschaften, Kleinkinderbetreuung, Babysitter-Kurs, Elternsprechstunden, Kinder in Not, Wege durch den Medienschungel, Boje

AWO-Kurvermittlung

AWO Kreisverband Konstanz e.V., Treffpunkt Chérisy

78467 Konstanz, Chérisystr. 15

Tel.: 07531 958963 (Mi. und Fr. 10:00 - 12:00 und 14:30 - 17:30 Uhr)

Internet: www.awo-konstanz.de/cherisy.html

E-Mail: sibylledehnert@awo-konstanz.de

Kurvermittlung Caritasverband

78315 Radolfzell, Bismarckstraße 1

E-Mail: erdmann@caritas-singen-hegau.de

Tel. 07732 9889701

Wir helfen Ihnen bei der Suche nach der richtigen Kurform in einer geeigneten Kureinrichtung und unterstützen Sie bei der Antragstellung. Auch bei der Klärung der Finanzierung sind wir Ihnen gerne behilflich.

DRK-Kurvermittlung

DRK Kreisverband Landkreis Konstanz e. V.

78315 Radolfzell, Konstanzer Str. 74

Tel.: 07732 9460-154

Internet: www.drk-kn.de

E-Mail info@drkkn.de

Das Rote Kreuz bietet dazu eine intensive Beratung, Austausch und ein vielfältiges Angebot an Kurmöglichkeiten. Mutter-Kind-Kuren, Mütter-Kuren, Kinderfreizeiten

Informationen dazu von 08:00 bis 12:00 Uhr

3.2.1 Familie gründen / Kinder bis zu 3 Jahren

Das Landesprogramm

soll Eltern bei der Wahrnehmung ihrer Erziehungsaufgaben unterstützen. Ziel des Landesprogramms „Stärke“ ist, durch eine verstärkte Elternbildung präventiv zum Kinderschutz beizutragen. Im Zentrum der Umsetzung stehen zahlreiche Anbieter von Bildungsveranstaltungen. Die Koordination liegt beim Jugendamt des Landkreises Konstanz.

Jugendamt Konstanz

Tel.: 07531 900695 oder 07531 900478

Anlaufstellen start.leben, Netzwerk Frühe Hilfen Stadt Konstanz

In der Stadt Konstanz gibt es fünf Anlaufstellen für Frühe Hilfen. Die Netzwerkkoordination Frühe Hilfen erfolgt durch die Stadt Konstanz. Die Startpunkte dienen sowohl als Begegnungs-, Informations- und Bildungsstätten für Schwangere und Familien mit Kleinkindern.

Sozialdienst Katholischer Frauen

78462 Konstanz, Theatergasse 1, Beratungsstelle Niederburg

Tel.: 07531 23891

Ab Sommer 2015: 78462 Konstanz, St. Stephans-Platz 39a

Internet: www.skf-konstanz.de

E-Mail: claudia.eisenmann@skf-konstanz.de

Sozialdienst Katholischer Frauen

78467 Konstanz, Treffpunkt Berchen, Breslauer Str.2

Tel.: 07531 692881

Internet: www.skf-konstanz.de

E-Mail: rosemarie.patt@skf.konstanz.de

Kita Dorothea von Flüe

78467 Konstanz, Adalbert-Schnatterer-Str.3

Tel.: 07531 55705

Internet: www.kiga-dorothea.de

E-Mail: leitung@kiga-dorothea.de

Netzwerkkoordinatorin Frühe Hilfen Stadt Konstanz

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2

Tel.: 07531 900695

E-Mail: yvonne.richter@konstanz.de

Familienzentrum Stockacker / Wessenbergstiftung

78464 Konstanz, Am Pfeiferhölzle 6

Tel.: 07531 3659711

Internet:

www.wessenbergstiftung-konstanz.de/familienzentrum-stockacker

E-Mail: maria.ziebold@konstanz.de

Kita St. Verena

78465 Konstanz-Dettingen, Rebweg 11

Tel.: 07531 5962

Internet: www.kiga-st-verena.de/unser-haus

E-Mail: info@kiga-st-verena.de

wellcome Konstanz

Diakonisches Werk, Schwangerenberatungsstelle

wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt, unterstützt Familien nach der Geburt eines Kindes und hilft, den Baby-Stress zu bewältigen.

78467 Konstanz, Wollmatingerstr. 22

Tel.: 07531 915050

Internet: www.wellcome-online.de

E-Mail: Konstanz@wellcome-online.de

Die Unterstützung durch wellcome findet zeitlich begrenzt für ca. drei Monate etwa ein- bis zweimal pro Woche für jeweils zwei bis drei Stunden innerhalb des ersten Lebensjahres des Kindes statt.

Telefonische wellcome-Sprechzeit:

Mi. 10:00 - 11:00 Uhr

Tel.: 0175 6974912

Unterhaltvorschuss für Allein-Erziehende

Sozial- und Jugendamt der Stadt Konstanz

Oftmals geraten allein erziehende Elternteile in finanzielle Schwierigkeiten, wenn sich der andere Elternteil seinen bestehenden Unterhaltspflichten entzieht. Dies kann nicht zu Lasten des Kindes gehen. Der Unterhaltvorschuss bietet übergangsweise finanzielle Hilfe in diesen schwierigen Lebens- und Erziehungssituationen

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2

Tel.: 07531 900-888

pro familia Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Reichenaustr. 5 a

Tel.: 07531 26390

Internet: www.profamilia.de/konstanz

E-Mail: konstanz@profamilia.de

Angebote: Wir bieten Beratung und Mediation bei allen Fragen rund um Schwangerschaft, Partnerschaft, Sexualität und Familiengründung.

Information und Antragstellung zu sozialen und finanziellen Hilfen für

Schwangere und Eltern mit Kindern bis zu 3 Jahren; Schwangerschafts-

konfliktberatung; Medizinische, psychologische und psychosoziale

Beratung; Rechtsberatung; Mediation; Sexualpädagogik; Vermittlung von

Familienhebammen; Kurse; Gruppen; Infoabende.

Information und telefonische Anmeldung:

Mo., Di., Do. u. Fr. von 10 - 12 Uhr u. von 16 - 17 Uhr, Mi. von 16 - 17 Uhr

Beratung nur nach Voranmeldung

Frühförderung und Entwicklungsberatung

des Caritasverbandes Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Uhlandstraße 15

Tel.: 07531 1200-300

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: früh-konstanz@caritas-kn.de

Angebote: Vom Säuglingsalter bis zum Schuleintritt bieten wir Hilfe, wenn

Kinder in ihrer körperlichen, geistigen, seelischen oder sprachlichen Ent-

wicklung auffällig oder verzögert, behindert oder von einer Behinderung

bedroht sind. Ebenso können sich Eltern mit Fragen zur Entwicklung und

den Umgang mit ihrem Kind an uns wenden.

Sozialdienst katholischer Frauen Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Theatergasse 1, Beratungsstelle Niederburg

Tel.: 07531 23891

Ab Sommer 2015: 78462 Konstanz, St. Stephans-Platz 39a

Internet: www.skf-konstanz.de

E-Mail: claudia.eisenmann@skf-konstanz.de

und gabriele.lorenz@skf-konstanz.de

Angebote siehe auch unter Punkt 3.1.3.

3.2.2 Angebote für Kinder von 3 bis 6 Jahren

Übernahme der Benutzungsgebühren / Elternbeiträge für Kindertageseinrichtungen kommunaler und freier und kirchlicher Träger

Sozial- und Jugendamt der Stadt Konstanz

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2

Tel.: 07531 900-888

Informationen und Hilfestellungen zur Beantragung der Übernahme geben in der Regel auch die Mitarbeiterinnen der Kindertageseinrichtungen

Arche, integrativer Kindergarten

des Caritasverbandes Konstanz e.V.

78462 Konstanz, Schwendenschanze 8

Tel.: 07531 904146

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: spitzhuettl@caritas-kn.de

Angebote: Ganztageskindergarten, Schulkindergarten für Kinder mit und ohne Behinderung

„Familiencafé Friedrich“

AWO-Elternschule, Friedrichstr. 21, Konstanz

Tel.: 07731 958081

Internet: www.awo-elternschule.de

E-Mail: elternschule-verwaltung@awo-konstanz.de

Offener Treff für Eltern mit Kindern bis 6 Jahren. Besonders für neu Zugezogene, fremdsprachige Familien, Alleinerziehende, Familien in besonderen Lebenslagen.

Mittwochs von 15:30 - 17:30 Uhr (außer in den Schulferien)

3.2.3 Angebote für Kinder 6 bis 15 Jahre

Schülerhort im Konradihaus

des Caritasverbandes Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Uhlandstraße 15

Tel.: 07531 1200-350

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: hort@caritas-kn.de

Angebote: Im Hort Konradihaus sind 48 Mädchen und Jungen in drei Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe wird von einer Erzieher/in und einer Zweitkraft betreut.

Information und Anmeldung:

Mo. - Do. 10:30 - 18:00 Uhr, Fr. 10:30 - 17:00 Uhr

Schülerhort "Die Arche"

des Caritasverbandes Konstanz e.V., Uhlandstraße 15

Konstanz, Schwedenschanze 8

Tel.: 07531 904130

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: arche-hort@caritas-kn.de

Angebote: 68 Mädchen und Jungen im Alter von 6 bis 14 Jahren besuchen den Hort „Die Arche“. Sie sind gemischt in vier Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe wird von einer Erzieher/in betreut.

Int. Mädchen- u. Frauentreff

IN VIA Katholischer Verband für Mädchen- und Frauensozialarbeit

78462 Konstanz, Hofhalde 10a

Tel.: 07531 9189187

invia@kolpinghaus-konstanz.de

Angebote: **Pädagogischer Mittagstisch** ist ein nachschulisches Betreuungsangebot mit Mittagessen, **Hausaufgabenbetreuung** für Kinder mit Migrationshintergrund.

Ein Förderangebot für ausländische Grundschülerinnen und Grundschüler.

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 12:30 Uhr bis 17:30 Uhr geöffnet.

3.3 Freizeit / Erholung / Kinder- und Jugendzentren

Kinderkulturzentrum (KiKuZ)

Stadt Konstanz

78464 Konstanz, Rebbergstr. 34-36

Tel.: 07531 54197

E-Mail: kikuz@stadt.konstanz.de

Internet: www.kikuz-konstanz.de

Das Kinderkulturzentrum ist eine Freizeit- und Kultureinrichtung für Schulkinder im Alter bis 14 Jahren

Jugendzentrum der Stadt Konstanz

78467 Konstanz, Gustav-Schwab-Str. 12c

Tel.: 07531 68617

Internet: www.juze-konstanz.de

E-Mail: jugendzentrum@konstanz.de

Angebote: Wochenangebote, Aktionen, Jugendcafé. Zielgruppe sind Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 12 bis unter 27 Jahren, wobei die Hauptzielgruppe die 12-17-Jährigen sind.

Öffnungszeiten des Cafés:

Di. und Mi. 15:00 - 18:00 Uhr, Do. 16:00 - 19:00 Uhr, Fr. 15:00 - 19:00 Uhr

Öffnungszeiten des Büros:

Di. und Mi. 10:00 - 11:00 Uhr, Do. 13:00 - 14:00 Uhr, Fr. 13:00 - 14:00 Uhr

Jugendtreff Berchen

Stadt Konstanz, Stadtteiltreff für Jugendliche ab 12 Jahren

78467 Konstanz, Magdeburger Straße 20

Tel.: 07531 698158

E-Mail: JugendtreffBerchen@konstanz.de

Internet: über Facebook unter Profilname Jugendtreff Berchen

Angebote: Stadtteileinrichtung der Offenen Jugendarbeit mit Jugendcafé, vielfältigen Sport-, Spiel- und Jugendfreizeitaktivitäten, geschlechtsspezifischen Angeboten sowie Angeboten im Bereich der Jugendberufsförderung. Hier werden sie beim Erschließen neuer Erfahrungsräume (Film-, Theater- und Medienprojekte), bei der Alltagsbewältigung (Jugendinformation, Unterstützung bei familiären oder schulischen Fragestellungen) und bei der Gestaltung ihrer Freizeit unterstützt und aktiv mit einbezogen.

Mobile Jugendarbeit Konstanz

78464 Konstanz, Zähringerplatz 19

Tel.: 07531 73186

Internet: www.mobile-jugendarbeit-konstanz.de

E-Mail: mobile-jugendarbeit@stadt-konstanz.de

Angebote: Beratung bei Konflikten mit dem Gesetz oder zu Hause, Unterstützung beim Schreiben von Bewerbungen, Hilfe bei der Wohnungssuche, Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen, Unterstützung bei Projektideen, diverse Aktionen

Information und Anmeldung:

Di. + Do. 17:00 - 19:00 Uhr (Termine sind nach Absprache auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich)

3.4 Kinderkleidung

Weitergetragen – Secondhandladen

Sprungbrett e.V.

78462 Konstanz, Hütlinstraße 34

Tel.: 07531 368508

Internet: www.weitergetragen.de

Angebote: Weitergetragen ist Vereinsladen mit Secondhandwaren, Treffpunkt, Ort für Veranstaltungen, Austausch oder einfach Sitzecke

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 09:30 - 18:00 Uhr

Sozialdienst katholischer Frauen Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Breslauerstr. 2, **Treffpunkt Berchen**

Tel.: 07531 692881

Internet: www.skf-konstanz.de

E-Mail: rosemarie.patt@skf-konstanz.de

Angebote: Babykörble im Treffpunkt, Gebrauchte Kleidung für Schwangere, Babys und Kleinkinder (Kinderwagen, Babybettchen, Zubehör), geben wir an bedürftige Frauen weiter, jeden Montag von 09:30 - 11.30 Uhr

3.5 Lernhilfen, freie Träger

Int. Mädchen- u. Frauentreff

IN VIA Katholischer Verband für Mädchen- und Frauensozialarbeit
78462 Konstanz, Hofhalde 10a

Tel.: 07531 9189187

www.invia-freiburg.de/angebote/internationale-maedchen-und-frauentreffs/konstanz/

E-Mail: invia@kolpinghaus-konstanz.de

Angebote: **Pädagogischer Mittagstisch** ist ein nachschulisches Betreuungsangebot mit Mittagessen, **Hausaufgabenbetreuung** für Kinder mit Migrationshintergrund.

Ein Förderangebot für ausländische Grundschülerinnen und Grundschüler.

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 12:30 bis 17:30 Uhr geöffnet.

Tintenklecks e.V.

Kostenlose studentische Nachhilfe für sozial benachteiligte SchülerInnen

Internet: <http://cms.uni-konstanz.de/tintenklecks-ev/>

E-Mail: tintenklecks@uni-konstanz.de oder zur

Sprechstundenzeit: Montag 12:00 - 13:00 Uhr

Ort: Universität, Studierenden-Service-Zentrum (Beratungsecke)

Individuelle Lernbegleitung, Landkreis Konstanz

Durch individuelle Förderung auf ehrenamtlicher Basis sollen...

- die Chancen benachteiligter und leistungsschwacher Jugendlicher auf einen guten Schulabschluss und auf berufliche Integration verbessert,
- die Zahl der Ausbildungsabbrüche verringert werden.
- Zur Zielgruppe zählen hierbei Schüler/innen der Haupt- und Förderschulen sowie der beruflichen Schulen. Die Schüler/innen werden dabei von den Schulen in die Lernbegleitung vermittelt.

Ehrenamtliche Lernbegleiter/innen sollen diesen Jugendlichen dabei helfen, persönliche Stärken bzw. Kompetenzen auszubauen und Lücken zu schließen. Ziel ist es, den Jugendlichen neben ihrem Schulabschluss zur notwendigen Ausbildungsreife zu verhelfen, um sie dadurch in die Lage zu versetzen, eine begonnene Ausbildung abschließen zu können.

Weitere Infos über die Jugendhilfeplanung Landratsamt Konstanz, Otto-Blesch-Straße 49, 78315 Radolfzell

Tel.: 07531 800-2304

3.6 Soziale Vergünstigungen / Sozialpass / Paket für Bildung und Teilhabe

Konstanzer Sozialpass

Sozial- und Jugendamt

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2

Tel.: 07531 900-888

Vergünstigungen:

- Besuch folgender Frei- und Hallenbäder zum ermäßigten Tarif:
 - Hallenbad am Seerhein, 1,00 €
 - Rheinstrandbad, 1,00 €
 - Schwaketenbad, 1,50 €
 - Freibad der Bodenseetherme, 2,00 €
- Ermäßigter Jahresbeitrag in der Stadtbücherei für Erwachsene von 5 €. Minderjährige können das Angebot kostenlos nutzen.
- Ermäßigter Eintritt im Rosgartenmuseum von 1,00 €
- Ermäßigter Eintritt bei Veranstaltungen des Stadttheaters Konstanz
- Ermäßigter Eintritt bei Veranstaltungen der Südwestdeutschen Philharmonie Konstanz
- Ermäßigung bei Angeboten der Volkshochschule um 80 %
- Ermäßigung der Gebühren der Musikschule Konstanz um 80 % für Minderjährige
- Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel der Stadtwerke Konstanz zum Kinderfahrpreis für Erwachsene, und Jugendliche ab 15 Jahre mit Einzelfahrschein, Mehrfahrtenkarte oder -block, Ermäßigungen für Kinder
- Ermäßigung bei Angeboten der Frauenbeauftragten der Stadt Konstanz um 80 %
- Übernahme von Vereinsbeiträgen für Minderjährige zu 80 %

Übernahme der Teilbeiträge im Ferienprogramm und der verlässlichen Ferienbetreuung für Minderjährige zu 80%

Das Paket für Bildung und Teilhabe

Anlauf und Beratungsstelle des Sozialamtes der Stadt Konstanz

Tel.: 07531 900888

Berechtigte: Kinder aus Familien im Bezug von:

Arbeitslosengeld II, Hartz IV, Sozialhilfe, Wohngeld, Asylbewerberleistungsgesetz, Kinderzuschlag

Förderung in den Bereichen:

- Schulausflüge / Kindergarten
- Schulbedarf für Kinder
- Weg zur Schule mit öffentlichen Verkehrsmitteln
- Mittagessen in der Schule, im Hort, im Kindergarten
- Angebote für Kultur Sport und Freizeit
- Nachhilfe

Weitere Informationen geben:

Die Jobcenter, Schulen, Schulsozialarbeiter, Kitas, Beratungsstellen der Wohlfahrtsverbände

Weiteres dazu auch unter 1.4.3

Deutsches Rotes Kreuz Ortsverein Konstanz e. V.

78464 Konstanz, Luisenstraße 1

Tel.: 07531 62900

Internet: www.ov-kn.drk.de

E-Mail: info@ov-kn.drk.de

Der DRK-Ortsverein Konstanz gewährt allen Personen, die den Sozialpass der Stadt Konstanz vorlegen 50 % Nachlass auf den Teilnehmerbeitrag für alle Kurs- und Angebote: Für Familien, PEKiP, SpieKo, Kinderschwimmen, siehe unter 3.1.2

Für Senioren: Tanzen, Gymnastik in der Therme, Gymnastik für Senioren, Gedächtnistraining

3.7 Hilfsfonds / Stiftungen

Wilhelm-Oberle-Stiftung

Ohne regionale Einschränkung können Anträge auf Hilfeleistung durch die Stiftung jedoch **nur** über soziale Beratungsstellen gestellt werden.

Tel.: 07633 981700

E-Mail: info@oberle-stiftung.de

Ines und Elly Dahm Stiftung des Deutschen Roten Kreuzes Konstanz

c/o DRK-Ortsverein Konstanz e. V.

78464 Konstanz, Luisenstraße 1

Tel.: 07531 62900

Internet: www.ov-kn.drk.de

E-Mail: stiftung@ov-kn.drk.de

Hilfen für Konstanzer Frauen in besonderen Notlagen. Sind Sie unver-
schuldete in Not geraten? Brauchen Sie Hilfe? Leben Sie in Konstanz?

4. Angebote für besondere Personengruppen

4.1 Frauen

Frauen- und Kinderschutzhaus Konstanz

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Konstanz e.V.

Internet: www.frauenhaus.awo-konstanz.de

Tel.: 07531 15728

E-Mail: fh@awo-konstanz.de

Frauenberatungsstelle, Frauen helfen Frauen in Not e.V.

Internet: www.gewaltgegenfrauen.de

78467 Konstanz, Austraße 89

Tel.: 07531 67999

E-Mail: beratung@gewaltgegenfrauen.de

Telefonische Sprechzeiten: Mo. - Do. 09 - 12 Uhr, Mi. 16 - 18 Uhr

4.2 Menschen mit Behinderung

Haus St. Franziskus

Caritasverband Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Uhlandstraße 15

Tel.: 07531 1200-420

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: rick@caritas-kn.de

Angebote: Sicheres und vertrautes Zuhause für Menschen mit geistiger
Behinderung, Betreuung auch tageweise möglich

Seewerk Konstanz

Caritasverband Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Robert-Bosch-Str. 9

Tel.: 07531 5923-15

Internet: www.carits-konstanz.de

E-Mail: peterskovsky@seewerk.com

Angebote: Berufliche und soziale Wiedereingliederung erwachsener, psychisch behinderter Menschen in das Arbeitsleben.

Information und Anmeldung:

Mo. - Fr. 09:00 - 12:30 Uhr, Mi. 09:00 - 16:30 Uhr

Werkstatt für Menschen mit Behinderung „Maximilian Kolbe“

Caritasverband Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Stickerinnenstraße 4

Tel.: 07531 1200-270

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: wfb-kn@caritas-kn.de

Angebote: Die Werkstatt fördert, beschäftigt und betreut Menschen mit geistiger und körperlicher Behinderung. Das Arbeitsangebot umfasst verschiedene industrielle Montagearbeiten

Lebenshilfe Konstanz e.V.

Tel.: 07531 26465

Internet: www.lebenshilfe-konstanz.de

E-Mail: info@lebenshilfe-konstanz.de

Begegnung und Freizeitgestaltung für und mit Menschen mit Behinderung. Information und Beratung für Eltern und Angehörige.

Behindertenbeauftragter der Stadt Konstanz

78459 Konstanz, Untere Laube 24

E-Mail: GrumbtS@stadt.konstanz.de

Der Behindertenbeauftragte

- vertritt die Interessen von Menschen mit Behinderungen gegenüber Rat und Verwaltung,
- ist Ansprechpartner der Verwaltung für Belange behinderter Menschen
- wird bei Planungen der Verwaltung, die Belange behinderter Menschen berühren können, frühzeitig beteiligt

Sprechzeiten: Mittwoch: 14:30 - 15:30 Uhr und nach Vereinbarung.

4.3 Senioren

Wohnen für Hilfe

Seezeit Studierendenwerk Bodensee
78464 Konstanz, Universitätsstraße 10
Tel.: 07531 887405

Internet: www.wfh-konstanz.com

E-Mail: wfh@seezeit.com

Vermieter stellen Studierenden günstigen Wohnraum zur Verfügung und erhalten dafür Unterstützung im Alltag.

Deutsches Rotes Kreuz Ortsverein Konstanz e. V.

78464 Konstanz, Luisenstraße 1
Tel.: 07531 62900

Internet: www.ov-kn.drk.de

E-Mail: info@ov-kn.drk.de

Der DRK-Ortsverein Konstanz gewährt allen Personen, die den Sozialpass der Stadt Konstanz vorlegen 50 % Nachlass auf den Teilnehmerbeitrag für alle Kurs- und Angebote: Tanzen, Gymnastik in der Therme, Gymnastik für Senioren, Gedächtnistraining, Yoga, Sturzprophylaxe

Stadtseniorenrat

Der Stadtseniorenrat ist die in Abstimmung mit der Stadt Konstanz gebildete Vertretung der ortsansässigen Senioren (Einwohner, die das 60. Lebensjahr vollendet haben). Er arbeitet unabhängig und ist parteipolitisch wie konfessionell neutral.

78462 Konstanz, Obere Laube 38

E-Mail: strat.kn@t-online.de

Internet: <http://www.stadtseniorenrat-konstanz.de/>

Malteser Hilfsdienst e. V.

Ortsverein Konstanz
78464 Konstanz, Friedrichstraße 23
Tel.: 07531 81040

Internet: <http://www.malteser-bodensee.de/dienste-und-leistungen/leben-im-alter.html>

Email: Info@Malteser-Konstanz.de

Angebote: u.a. Besuchsdienst, Trauer- und Friedhofsbegleitung

Altenhilfeberatung/Pflegestützpunkt der Stadt Konstanz

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2, Zimmer 0.53 a

E-Mail: Claudia.Richter@konstanz.de

Tel.: 07531 900-472

Für die Vororte und Stadteile Allmannsdorf, Staad, Egg, Wollmatingen

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2, Zimmer 0.52

E-Mail: Marianne.Stumpf@konstanz.de

Tel.: 07531 900-408

Für die Stadtteile Fürstenberg, Königsbau, Industriegebiet

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2, Zimmer 0.52

E-Mail: Petra.Boehrer@konstanz.de

Tel.: 07531 900-464

Angebote: Die Altenhilfe-Beratung berät Bürgerinnen und Bürger der Stadt Konstanz zu allen Fragen zum Thema "älter werden" in Konstanz.

Seniorenzentrum für Bildung und Kultur

Das Seniorenzentrum für Bildung, Kultur & Freizeit bietet eine Fülle von Kursen, Informationsveranstaltungen und Freizeitaktivitäten, sowie das ParkCafé.

78462 Konstanz, Obere Laube 38

Telefon: 07531 9189834

E-Mail: seniorenzentrum@konstanz.de

Begegnungsstätten

Kirchgemeinden und Seniorenzentren bieten regelmäßig Nachmittage für Senioren an. Hier kann man interessanten Themen zuhören, sich miteinander austauschen. Natürlich werden auch Kaffee und Kuchen angeboten, meistens für ein eher geringes Entgelt.

Nähere Informationen dazu gibt es in den Gemeindeblättern und / oder im Südkurier.

Besuchsdienste der Kirchgemeinden

Viele Kirchgemeinden bieten ihre Besuchsdienste an. Damit verbunden werden folgende meist Angebote gemacht:

- Wir haben offene Herzen und Ohren für unsere Gemeindemitglieder.
- Wir gratulieren unseren Senioren zum Geburtstag.
- Wir besuchen Kranke und Hilfsbedürftige.

Nähere Informationen dazu gibt es in den Gemeindeblättern und / oder im Südkurier.

4.4 Menschen mit Migrationshintergrund / Asylsuchende / Flüchtlinge

Integrationsbüro / Integrationsbeauftragte

Stadt Konstanz, Untere Laube 24, Zimmer 4.29

Tel.: 07531 900-456

E-Mail: CybullaE@stadt.konstanz.de

Angebote: Wenden Sie sich an uns, wenn Sie

- als ausländischer und interkultureller Verein, Vereinigung oder Initiative Beratung aller Art benötigen
- Unterstützung bei Ihren interkulturellen oder integrativen Projekten wünschen
- Beratung bei Integrationsfragen benötigen. Wir arbeiten mit den städtischen Ämtern und öffentlichen Einrichtungen zusammen
- Fragen zu Sprachkursangeboten haben
- Informationen zur Sprachförderung sowie zur Aus- und Weiterbildung oder dem Schulbesuch Ihrer Kinder benötigen.

Wir organisieren oder unterstützen

- interkulturelle und Informationsveranstaltungen, wie zum Beispiel die "Interkulturelle Woche"
- ausländische Initiativen
- integrative Projekte
- Projekte zur sprachlichen Förderung von Kindern und Jugendlichen
- Elterninformationstage zum Konstanzer Schulsystem

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag: 08:30 - 12:00 und 14:00 - 16:00 Uhr

Mittwoch: 08:30 - 12:00 Uhr und 14:00 - 17:00 Uhr

Freitag: 08:30 - 12:00 Uhr

Bitte vereinbaren Sie einen Termin

Schul- und Bildungsberatung für zugewanderte Familien in Konstanz

Stadt Konstanz, Untere Laube 24, Zimmer 4.29

Tel.: 0176 10900093

E-Mail: BlankA@Stadt.Konstanz.de

Termine nur nach telefonischer Vereinbarung

Schul- und Bildungsberatung, Koordinierungsstelle Bildung und Integration

Stadt Konstanz, Amt für Schulen, Bildung und Wissenschaft

78462 Konstanz, Untere Laube 24

Tel.: 07531 900-954

Internet: www.konstanz.de

E-Mail: Evrin.Bayram@Konstanz.de

Angebot: Kostenlose Informationen und individuelle Beratung zum Thema Schule und Bildung:

- Schularten und Schulabschlüsse
- Beteiligungsmöglichkeiten für Eltern am Schulleben
- Sprachförderung
- Nachmittags- und Hausaufgabenbetreuung
- Freizeitangebote
- Ausbildung, berufliche Schulen und Berufseinstieg

Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer für die Buchstaben R -Z

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Chérisystr. 15

Tel.: 07531 958963

Internet: www.awo-konstanz.de/migration

E-Mail: migration@awo-konstanz.de

Angebote: Einzelfallbegleitung bei sozialen und wirtschaftlichen Problemen, Integrationsmaßnahmen, Förderpläne, Integrationskurse

Di. 09:00 - 12:00 und 13:00 - 16:00 Uhr

Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer für die Buchstaben K-Q

des Caritasverbandes Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Uhlandstraße 15

Tel.: 07531 1200-243

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: a.lohmueller@caritas-kn.de

Angebote: Einzelfallbegleitung bei sozialen und wirtschaftlichen Problemen, Integrationsmaßnahmen, Förderpläne, Integrationskurse

Sprechzeiten:

Mo. 13:00 - 15:00 Uhr, Do. 09:00 - 12:00 Uhr, oder nach Vereinbarung

Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer für die Buchstaben A-J

des Deutschen Roten Kreuz, Kreisverband Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Steinstr. 20

Tel.: 07531 53511

E-Mail: mbe@drkkn.de

Angebote: Einzelfallbegleitung bei sozialen und wirtschaftlichen Problemen, Integrationsmaßnahmen, Förderpläne, Integrationskurse

Sprechzeiten: Mo. 10 - 13 Uhr, Do. 14 - 16 Uhr, oder nach Vereinbarung

5. Angebote / Hilfen für Menschen in besonderen Lebenslagen

5.1 Arbeitslosigkeit / Sozialberatung / Hilfe bei Anträgen

Caritas-Sozial-Dienst

Caritasverband Konstanz e.V.

78462 Konstanz, Inselgasse 7

Tel.: 07531 2827760

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: sutter@caritas-kn.de

Angebote: Sprechstunden für Hilfe und Beratung

Information und Anmeldung:

Di. 09:00 - 11:30 Uhr, Do. 09:00 - 11:30 Uhr

Rat & Tat für Menschen in Not

Ein Angebot der katholischen Seelsorgeeinheit Konstanz-Petershausen

78467 Konstanz, St.-Gebhard-Platz 12

Tel.: 07531 9423700

E-Mail: se-konstanz@petershausen.net

Angebote: Beratung und Hilfen für Menschen mit wenig Geld

Öffnungszeiten: Jeden Donnerstag (außer an Feiertagen) von 17 bis 18 Uhr

Sozialdienst kath. Frauen - Beratungsstelle Niederburg

78462 Konstanz, Theatergasse 1

Ab Sommer 2015: 78462 Konstanz, St. Stephans-Platz 39a

Tel.: 07531 23891

Internet: www.skf-konstanz.de

E-Mail: claudia.eisenmann@skf-konstanz.de

Betreuungsvereine

Betreuungsvereine sind mehr als nur eine Beratungseinrichtung. Zu ihren Aufgaben gehören: Führung gesetzlicher Betreuungen; Gewinnung ehrenamtlicher Betreuerinnen und Betreuer; Beratung, Begleitung und Ausbildung von ehrenamtlichen Betreuerinnen und Betreuern sowie von betreuenden Angehörigen; Aufklärung und Beratung über Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen sowie Beratung Bevollmächtigter

Betreuungsverein des Caritasverbandes Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Uhlandstraße 15
Tel.: 07531 1200-239
Internet: www.caritas-konstanz.de
E-Mail: hensel@caritas-kn.de

Betreuungsverein Bodensee/Hegau e.V.

78462 Konstanz, Brauneggerstr. 44
Tel.: 07531 284445-0
Internet: www.bbh-ev.de
E-Mail: info@bbh-ev.de

Sozialdienst katholischer Frauen - Betreuungsverein

Säntisstr. 4, 78464 Konstanz
Tel.: 07531 991167
ab Sommer 2015: St.-Stephans-Platz 39 a, 78462 Konstanz
Internet: www.skf-konstanz.de
E-Mail: birgit.zillich@skf-konstanz.de und luitgard.winter@skf-konstanz.de

SKM Konstanz

78462 Konstanz, Schulstr. 4
Tel.: 07531 282521-0
Internet: <http://konstanz.skmdivfreiburg.de/>
E-Mail: skm-konstanz@t-online.de

5.1.1 Beschäftigung / Ehrenamt

TATENBÖRSE

78462 Konstanz, Untere Laube 24, Foyer des Bürgerbüros

Tel.: 07531 900-826

Internet: www.tatenboerse.de

E-Mail: tatenboerse@konstanz.de

Die Tatenbörse ist eine Informations-, Beratungs- und Vermittlungsstelle für freiwilliges Engagement. Sie bringt engagementbereite Menschen mit den unterschiedlichsten Organisationen zusammen.

Öffnungszeiten: Mittwochs von 10:00 - 12:00 Uhr und nach Vereinbarung.

Fairkauf Konstanz - Secondhand Kaufhaus

des Caritasverbandes Konstanz e.V.

Gartenstraße 48

78462 Konstanz

Tel.: 07531 57737

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: glaser-beck@caritas-kn.de

Öffnungszeiten:

Mo. 12:30 - 18:00 Uhr, Di. - Fr. 10:00 - 18:00 Uhr, Sa. 10:00 - 15:00 Uhr

Angebote: der Fairkauf bietet langzeitarbeitslosen Menschen eine befristete Beschäftigung. Der Fairkauf bietet Arbeit im Second-Hand Kaufhaus, in der Warenbörse oder bei Haushaltsauflösungen und Entrümpelungen.

Kunststück

des Caritasverbandes Konstanz e.V.

Tel.: 07531 1200-407

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: huber@caritas-kn.de

Angebote: Das Projekt Kunststück richtet sich an alleinerziehende, weibliche Kunden des Jobcenters Landkreis Konstanz und bietet Schulungen, Fachrunden, Seminare, kreatives Arbeiten im Atelier, Einzelgespräche und Praktika an

Weitergetragen - Secondhandladen

Sprungbrett e.V.

78462 Konstanz, Hütlinstraße 34

Tel.: 07531 368508

Internet: www.weitergetragen.de

Angebote: Weitergetragen ist Vereinsladen mit Secondhandwaren, Treffpunkt, Ort für Veranstaltungen, Austausch oder einfach Sitzecke

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 09:30 - 18:00 Uhr

5.2 Initiativen / Selbsthilfe

Beauftragter für Bürgerbeteiligung und Bürgerschaftliches Engagement

78462 Konstanz, Rathaus, Kanzleistraße 15

Tel.: 07531 900-236

Seit November 2013 hat Konstanz mit Martin Schröpel einen Beauftragten für die Themen Bürgerbeteiligung und Bürgerengagement. Zu seinem Aufgabenbereich gehören unter anderem die Erarbeitung eines städtischen Beteiligungskonzeptes und die Förderung des bürgerschaftlichen Engagements in der Stadt.

Treffpunkt Chérisy, öffentlicher Stadteitreff

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Konstanz e.V.

Hier können Sie bei verschiedenen Aktivitäten mitmachen sowie neue Ideen einbringen und umsetzen. Das Programm richtet sich an alle Altersgruppen.

Sie können auch Räume für Familienfeiern, Vorträge und Kurse mieten.

78467 Konstanz, Chérisystr. 15

Tel: 07531 958963

Internet: www.awo-konstanz.de/cherisy.html

E-Mail: cherisy@awo-konstanz.de

Im Treffpunkt Chérisy können jederzeit neue Programmideen verwirklicht werden – mit Ihrer Hilfe! Freiwilliges Engagement ist unverzichtbar. Viele Angebote werden bereits von Freiwilligen organisiert.

Bürozeiten: Montag, Mittwoch und Freitag von 10:00 bis 12:00 Uhr

Treffpunkt Petershausen - das Stadtteilzentrum zum Selbermachen

Ein Haus für alle Generationen und Menschen jeglicher Herkunft. Zahlreiche Initiativen und Privatleute organisieren hier Veranstaltungen und Kurse

78467 Konstanz, Georg-Elser-Platz 1

Tel.: 07531 51069

Internet: <http://www.konstanz.de/treffpunkt>

E-Mail: Treffpetershausen@konstanz.de

Angebote: Der Treffpunkt Petershausen ist ein Haus zum Selbermachen und lebt von der Eigeninitiative der Bürgerinnen und Bürger. Wenn Sie Interessen, Fähigkeiten oder Kenntnisse haben, die Sie gerne mit anderen teilen oder weitergeben möchten, sind Sie hier richtig. Die Mitarbeiterinnen unterstützen Sie, andere Interessierte und Gleichgesinnte zu finden, stellen Ihnen Räume zur Verfügung, begleiten und beraten Sie, Ihre Initiative ins Rollen zu bringen zum Beispiel durch Unterstützung in der Öffentlichkeitsarbeit.

Bürozeiten: Montag - Freitag 09:00 - 12:00 Uhr

Initiative "Kommt Zeit - Kommt Tat"

78462 Konstanz, Münsterplatz 11, im Bildungszentrum

Tel.: 07531 17627

Internet: www.kommt-zeit-kommt-tat.de

E-Mail: ini@bildungszentrum-konstanz.de

Frauen und Männer, die über freie Zeit verfügen und etwas mit bürgerschaftlichem Engagement „bewegen“ wollen, erhalten die Möglichkeit, ihr Wissen, ihre Erfahrungen und Fähigkeiten gemeinsam mit anderen in „Projekten“ einzubringen, die der Allgemeinheit angeboten werden.

Füreinander - Miteinander e.V.

Tatenbörse - Foyer des Bürgerbüro

78462 Konstanz, Untere Laube 24

Tel.: 07531 696916

Internet: www.fuereinandermiteinander.de

E-Mail: fuereinander-miteinander@web.de

Im Rahmen des Bürgerschaftlichen Engagements leisten die Vereinsmitglieder untereinander: Hilfen im Haushalt, Besuche, Begleitung, Fahrdienste, Handwerkliche Hilfsdienste, Telefondienst

Altenhilfeverein e.V. Konstanz

78462 Konstanz, Obere Laube 38

Tel.: 07531 691668

Internet: www.altenhilfe-konstanz.de

E-Mail: altenhilfe-konstanz@versanet.de

Gemeinnützige Hilfe im Haushalt: Unterstützung bei der Hausarbeit, Einkäufe, Botengänge, Begleitung. Aufklärungsarbeit zum Thema Demenz, Aktivitäten zur Förderung des Wohlbefindens von Menschen mit Demenz

Miteinander in Konstanz e.V.

Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen

78467 Konstanz, Allensteiner Str. 1b

Tel.: 07531 8020737 und 8020738

Internet: www.miteinander-konstanz.de

E-Mail: info@miteinander-konstanz.de

Kontakt-, Beratungs- und Unterstützungsangebote. Ziel ist ein lebendiges nachbarschaftliches Zusammenleben, in der die Vielfalt der Lebensformen sichtbar wird.

Quartiersfrühstück, Sprachcafé, Repaircafé, Unterstützung beim Schriftverkehr, Psychosoziale Beratung, Elternberatung, Pflegeberatung, Berufsberatung für MigrantInnen.

Café Oase

Ev. Kirchengemeinde Wollmatingen

78467 Konstanz, Karlsruher Str. 10

Tel.: 07531 77238

Internet: www.ek-wollmatingen.de

E-Mail: Evang.Johannesgemeinde@t-online.de

Angebote: Kaffee, Tee und leckere Kuchen in gelöster Atmosphäre und bei günstigen Preisen. Nicht „nur“ ein Café, sondern ein Ort der Begegnung und des Miteinanders für Jung und Alt. Montags und donnerstags (nicht am letzten Donnerstag im Monat, s. Senioren) von 15:00 Uhr bis 17:30 Uhr im Gemeindezentrum.

5.3 Suchterkrankungen

Suchtberatung AGJ Konstanz

78464 Konstanz, Luisenstr. 7 (Klinik West)

Tel.: 07531 3655855

Internet: www.suchtberatung-konstanz.de

E-Mail: suchtberatung-konstanz@agi-freiburg.de

Angebote: Hilfe für Suchtgefährdete, Suchtkranke oder deren Angehörige in den Bereichen Alkohol, Medikamenten, illegalen Drogen, Essstörungen oder problematischen Spiele

- Information und Beratung für Betroffene, Angehörige und sonstige Interessierte.
- Vorbereitung und Vermittlung in stationären Entzug und stationäre Suchtbehandlung, Nachsorgeeinrichtungen und Selbsthilfegruppen
- ambulante Nachsorge nach stationärer Behandlung und Rückfallprophylaxe

Öffnungszeiten: Mo./Di./Mi./Do. 09:00 - 17:00 Uhr, Fr.: 09:00 - 15:00 Uhr

Suchtberatung der AGJ, in der Caritas

78464 Konstanz, Uhlandstraße 15

Tel.: 07531 1200-237

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: suchtberatung-konstanz@agi-freiburg.de

Angebote: Hilfe für Suchtgefährdete, Suchtkranke oder deren Angehörige in den Bereichen Alkohol, Medikamenten, illegalen Drogen, Essstörungen oder problematischen Spiele

Information und Anmeldung:

Mi. 15:00 - 17:00 Uhr oder nach telefonischer Vereinbarung

5.4 Psychische Erkrankungen

Woge e.V.

78464 Konstanz, Luisenstr. 9

Tel.: 07531 3690930

Internet: www.woge-konstanz.de

E-Mail: info@woge-konstanz.de

Ziel ist es, Menschen mit psychischer Erkrankung ein selbständiges Leben und eine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen. Es werden verschiedene Formen von betreutem Wohnen angeboten.

„Die Brücke“ Tagestreff für psychisch erkrankte Menschen

78467 Konstanz, Chérisy-Straße 20

Tel.: 07531 67736

Internet: www.diakonie-radolfzell.de

E-Mail: bruecke.konstanz@diakonie.ekiba.de

Monatlich wechselndes Programm, auch speziell für psychisch erkrankte Menschen zwischen 18 und 30 Jahren.

Öffnungszeiten: Mo. 10 - 14 Uhr, Di. 10 - 13 Uhr, Mi. 16 - 20 Uhr,

Do. variables Programm, Fr. 9 - 13 Uhr

Paritätische Sozialdienste GmbH

78467 Konstanz, Am Briel 40

Tel.: 07531 892669-0

Internet: www.paritaet-kn.de

E-Mail: info@paritaet-kn.de

Angebote: in den Bereichen Wohnen, Arbeit, Freizeit für Menschen mit chronischen psychischen Erkrankungen

5.5 Schulden / Schuldnerberatung

Caritasverband Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Uhlandstraße 15

Tel.: 07531 1200-250

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: schuldnerberatung@caritas-kn.de

Angebote: Erstellung eines Haushaltsplanes, Informationen zum Verbraucher- und Kreditrecht, Abwendung unberechtigter Forderungen, Vorbeugung Überschuldung, Entschuldungsplan mit Rückzahlungsvereinbarungen erstellen, Umgang mit Schulden, Einleitung und Durchführung des Verbraucherinsolvenzverfahren

Information und Anmeldung: nach telefonischer Vereinbarung

Diakonisches Werk des Evangelischen Kirchenbezirks Konstanz

78467 Konstanz, Wollmatinger Straße 22

Terminvergabe über

Tel.: 07732 952760

Internet: www.diakonie-radolfzell.de

E-Mail: schuldnerberatung.radolfzell@diakonie.ekiba.de

Angebote: wie oben

5.6 Wohnsitzlosigkeit, Hilfen bei Wohnungsverlust

AGJ- Wohnungslosenhilfe

Lutherplatz 6, 78462 Konstanz

Tel.: 07531 1286390

Internet: www.agj-konstanz.de

E-Mail: Wlh-konstanz@agj-freiburg.de

Angebote:

Ambulante Fachberatung für wohnungslose Menschen im Landkreis Konstanz

Lutherplatz 6, 78462 Konstanz

Tel.: 07531 128639-0

Tagesstätten für wohnungslose Menschen im Landkreis Konstanz

Lutherplatz 6, 78462 Konstanz

Tel.: 07531 128639-0

Medizinische Ambulanz für wohnungslose Menschen im Landkreis Konstanz

Lutherplatz 6, 78462 Konstanz

Tel.: 07531 128639-0

Bürgeramt Konstanz, Abteilung öffentliche Sicherheit / Gewerbewesen

78459 Konstanz, Untere Laube 24 (1. Stock)

Tel.: 07531 900-752

E-Mail: Klaus.Holzer@konstanz.de

Die Stadtverwaltung soll verhindern, dass Konstanzer Bürger wohnungslos werden. Bei unmittelbar drohender Wohnungslosigkeit infolge einer unabwendbaren Räumungsklage kann man sich an das Bürgeramt wenden.

5.7 Straffälligkeit

Bezirksverein für soziale Rechtspflege / Straffälligenhilfe Konstanz

Hussenstraße 53, 78462 Konstanz

Tel.: 07531 23163

Internet: www.anlaufstelle-konstanz.de

E-Mail: mail@anlaufstelle-konstanz.de

Beratungsstelle, Tagestreff; Wohnheim für männliche Haftentlassene;
Vermittlung gemeinnütziger Arbeit zur Vermeidung von Haft

Gefängnisseelsorge

Pater Wendelin Matt

Kath. Pfarramt Maria Hilf/St. Georg, Maria-Hilf-Platz 3, 78464 Konstanz

Tel.: 07531 976821-16

Internet: www.kath-mhsg.de

E-Mail: vikar@kath-mhsg.de

5.8 Studierende

Sozialberatung

78464 Konstanz, Universitätsstr. 10, Raum K 401

Tel.: 07531 887305, vormittags erreichbar

Internet: www.seezeit.com Service und Beratung / Sozialberatung

E-Mail: sozialberatung@seezeit.com

Beratung und Informationen zu

- Finanzierungshilfen außerhalb des BAföG vor und während des Studiums wie z.B. Studienkredite wie KfW Studienkredit, Darlehen aus dem Härtefonds, Sozialhilfe, Wohngeld
- Nothilfe von Seezeit für Studierende in finanziell schwieriger Notsituation
- Freitisch für die Mensa für Studierende der Uni Konstanz in wirtschaftlich schwieriger Lage
- Infos von A bis Z für Studierende wie z.B. Rundfunkgebührenbefreiung
- Sozialtarif der Telekom
- Studieren mit Kind: finanzielle Hilfen, Kinderbetreuung, Studienplanung
- Sozial- und Krankenversicherung, Zuzahlung und Belastungsgrenze
- Studieren mit Behinderung und/oder chronischer Erkrankung. Studierende und Studieninteressierte finden hier einen ersten Anlaufpunkt. Sie erhalten Informationen und Hilfestellung zur Berücksichtigung Ihrer besonderen Situation und Ihrem Bedarf. Weitere Informationsseiten bestehen zum Thema Wohnen&Leben, Studium sowie Finanzierung, wie z.B. Erstvergabe von Studienplätzen, Nachteilsausgleich, Studienhilfe und Eingliederungshilfe,
- Schwierigkeiten mit Behörden
- Jobben während des Studiums
- Fragen zum Aufenthalt von ausländischen Studierenden

Das Beratungsangebot (keine Rechtsberatung) gilt für die Universität Konstanz und die HTWG, arbeitet unbürokratisch und unterliegt der Schweigepflicht.

Sprechzeiten ohne Termin: Mo. und Di. 09:30 - 11:30 Uhr sowie nach Absprache.

Wohnen für Hilfe

Seezeit Studierendenwerk Bodensee
78464 Konstanz, Universitätsstraße 10
Tel.: 07531 887405

Internet: www.wfh-konstanz.com

E-Mail: wfh@seezeit.com

Vermieter stellen Studierenden günstigen Wohnraum zur Verfügung und erhalten dafür Unterstützung im Alltag.

6. Günstige Angebote für den Alltag

6.1 Kleidung

Weitergetragen - Secondhandladen

Sprungbrett e.V.
78462 Konstanz, Huetlinstraße 34
Tel.: 07531 368508

Internet: www.weitergetragen.de

Angebote: Weitergetragen ist Vereinsladen mit Secondhandwaren, Treffpunkt, Ort für Veranstaltungen, Austausch oder einfach Sitzecke
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 09:30 - 18:00 Uhr

Fairkauf Konstanz - Secondhand Kaufhaus

des Caritasverbandes Konstanz e.V.
78462 Konstanz, Gartenstraße 48
Tel.: 07531 57737

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: glaser-beck@caritas-kn.de

Öffnungszeiten:

Mo. 12:30 - 18:00 Uhr

Di. bis Fr. 10:00 - 18:00 Uhr

Sa. 10:00 - 15:00 Uhr

Kleiderkammer Konstanz

Tel.: 07531 53166

Internet: www.rotkreuz-kv-konstanz.de

Angebote: Regelmäßig wiederkehrender Ausgabetag für hilfsbedürftige Menschen

Kinderartikelbörsen, Basare

In vielen Kirchengemeinden, Kitas und anderen Einrichtungen werden Kinderartikelbörsen organisiert. Hier kann man gerade für kleinere Kinder sehr gute Kleider, Schuhe und Spielzeug für wenig Geld erwerben. Die jeweils genauen Termine erfährt man im Südkurier

6.2 Möbel / Haushaltsgegenstände

Fairkauf Konstanz - Secondhand Kaufhaus

des Caritasverbandes Konstanz e.V.

78462 Konstanz, Gartenstraße 48

Tel.: 07531 57737

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: glaser-beck@caritas-kn.de

Öffnungszeiten:

Mo. 12:30 - 18:00 Uhr, Di. bis Fr. 10:00 - 18:00 Uhr, Sa. 10:00 - 15:00 Uhr

6.3 Lebensmittel

Rat & Tat für Menschen in Not

Ein Angebot der katholischen Seelsorgeeinheit Konstanz-Petershausen

78467 Konstanz, St.-Gebhard-Platz 12

Tel.: 07531 9423700

Email: se-konstanz@petershausen.net

Angebote: Ausgabe von Lebensmitteln, um für die nächsten 2-3 Tage zu Essen zu haben, für Menschen, die von Armut betroffen sind.

Öffnungszeiten:

Jeden Donnerstag (außer an Feiertagen) von 17:00 bis 18:00 Uhr

Konstanzer Tafel

78467 Konstanz, Max-Stromeier-Straße 1

Tel.: 07531 3610681

Internet: www.konstanzertafel.de

E-Mail: info@konstanzertafel.de

Abgabe von Lebensmitteln an Menschen mit wenig Geld, abhängig vom täglichen Angebot und der Haushaltsgröße.

Wer kann im Tafel-Laden einkaufen?

Jeder Bezieher von Arbeitslosengeld II, Grundsicherung im Alter, - bei Erwerbsminderung, Sozialhilfe, Konstanzer Sozialpass, BAföG erhält eine Kundenkarte nach Vorlage der entsprechenden amtlichen Unterlagen. Eine **Kundenkarte** erhalten auch Haushalte, deren gesamtes Nettoeinkommen nicht über folgenden Grenzen liegt:

| Familienmitglieder | Nettoeinkommensgrenze |
|---------------------------|------------------------------|
|---------------------------|------------------------------|

| im Haushalt | |
|--------------------|--|
|--------------------|--|

| | |
|---|--------------|
| 1 | 1.000,- Euro |
| 2 | 1.300,- Euro |
| 3 | 1.500,- Euro |
| 4 | 1.700,- Euro |
| 5 | 1.900,- Euro |
| 6 | 2.100,- Euro |

Die Berechnung erfolgt ohne die Anrechnung von Kindergeld.

Die Kundenkarten werden zu den Öffnungszeiten unter Vorlage der jeweiligen Einkommensnachweise ausgestellt.

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag von 12:00 Uhr - 14:30 Uhr

6.4 Mittagessen

Mittagstisch Pfarrei St. Gallus

Caritasverband Konstanz e.V.

78467 Konstanz, Berchenstraße 48

Tel.: 0176 11200246

Internet: www.caritas-konstanz.de

Angebote: Für wenig Geld erhalten arme und hilfsbedürftige Menschen eine warme Mahlzeit

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 12:00 - 14:00 Uhr

Essensausgabe: Mo. - Fr. 12:00 - 12:30 Uhr

Mittagstisch - Theodosiusstube

Kloster Hegne

78476 Allensbach-Hegne, Konradstr. 12

Tel.: 07533 807-316

Internet: <http://kloster-hegne.de/theodosiusstube/?src=KH>

E-Mail: provinzhaus@kloster-hegne.de

Hier gibt es eine warme Mahlzeit, Kaffee oder Tee in gemütlichen Räumen. Hier kann man duschen oder sich umkleiden. Außer diesen ganz praktischen Hilfen ist die Theodosius Stube ein Raum der Begegnung: Hier hat man Zeit füreinander.

6.5 Tauschen, Teilen, Schenken, Sparen

Tauschring Konstanz e. V.

Der Tauschring ist ein sozialer Selbsthilfeverein, der gegenseitige Hilfe und den Tausch oder die Mitbenutzung von Dingen in einem Netzwerk für Konstanz und den Nachbargemeinden fördert. Jeder, der auf Gegenseitigkeit auch anderen helfen will, ist willkommen.

Internet: www.tauschring-konstanz.de

E-Mail: info@tauschring-konstanz.de

Angebote: Tauschnetzwerk mit Verrechnung auf Zeitbasis, Onlinemarktplatz, Mitgliedszeitung, **Monatliches Tauschtreffen**: am 1. Mittwoch jeden Monats (außer August) im AWO Treffpunkt Chérisy, Chérisystr. 15, 78467 Konstanz.

Information und Anmeldung: Freitags von 17:00 bis 18:30 Uhr (außer August) im Büro für bürgerschaftliches Engagement, Benediktinerplatz 1, 78467 Konstanz

Give-Box

auf dem Gelände der Ev. Kirchengemeinde Wollmatingen

78467 Konstanz, Karlsruher Str. 10

Tel.: 07531 77238

Internet: www.ek-wollmatingen.de

E-Mail: Evang.Johannesgemeinde@t-online.de

Gebrauchte Sachen (Kleider, Bücher, kleine funktionierende Haushaltsgeräte, CDs etc.) können abgegeben oder kostenlos mitgenommen werden. Zugang ganztägig möglich!

Brillenfonds, Konstanz

AWO Ortsverein Konstanz e.V. über **AWO Treffpunkt Chérisy**

78467 Konstanz, Chérisystr. 15

Tel.: 07531 958963

Internet: www.awo-konstanz.de/cherisy.html

E-Mail: cherisy@awo-konstanz.de

Übernommen werden 80 % der Kosten bis zum Höchstbetrag von 100 €

Angesprochen sind: Bezieher von Leistungen nach dem SGB II / XII,

AsylbLG, Wohngeld, Kinderzuschlag, Sozialpass Stadt Konstanz und Kundenkarte der Konstanzer Tafel

Tel.: 07731 958035 oder 958096

Bürozeiten: Montag, Mittwoch und Freitag von 10:00 bis 12:00 Uhr

Projekt Stromspar-Check

des Caritasverbandes Konstanz e.V.

78464 Konstanz, Uhlandstraße 15

Tel.: 07531 1200-442

Internet: www.caritas-konstanz.de

E-Mail: stromspar-check@caritas-kn.de

Angebote: Die Mitarbeiter des Projektes Stromspar-Checks spüren in Ihrem Haushalt die Stromfresser auf und ersetzen alte Glühbirnen kostenlos durch Energiesparlampen. Zudem werden Klientinnen und Klienten zum Stromsparen beraten.

Information und Anmeldung:

Mo. - Fr. 09:00 - 12:00 Uhr, Mi. 09:00 - 16:00 Uhr

Auto teilen Stadtmobil Südbaden AG

Geschäftsstelle Konstanz/Bodensee c/o Bürgerbüro

78462 Konstanz, Untere Laube 24

Tel.: 07531 9785855

Internet: www.stadtmobil-suedbaden.de/fuhrpark-standorte/geschaeftsstellen/konstanz-bodensee

E-Mail: info@stadtmobil-suedbaden.de

Angebote: Car sharing

Fundsachenversteigerung

Das Bürgeramt der Stadt Konstanz versteigert einmal jährlich Fundsachen.

Termin und Ort auf www.konstanz.de

6.6 Fahrtkosten sparen / Bus und Bahn

Sozialpass Stadt Konstanz

Sozial- und Jugendamt

78467 Konstanz, Benediktinerplatz 2

Tel.: 07531 900-888

Angebot: Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel der Stadtwerke Konstanz zum Kinderfahrpreis für Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahre mit Einzelfahrschein, Mehrfahrtenkarte oder -block

Siehe auch unter 3.6

6.7 Bildung und Freizeit / Internet

Kostenlose bzw. kostengünstige Nutzung von Computern mit Internetzugang:

- Stadtbibliothek im Kulturzentrum am Münster
- Bibliothek der Universität
- Bibliothek der Hochschule für Technik, Wirtschaft und Gestaltung
- Treffpunkt Petershausen, Georg-Elser-Platz 1
- AWO Treffpunkt Chérisy, Chérisystr. 15
- Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen, Allensteinerstr. 1b
- Jugendzentrum, Gustav-Schwab-Str. 12c
- Jugendtreff Berchen, Magdeburger Str. 20
- Mobile Jugendarbeit, Zähringerplatz

Volkshochschule Konstanz Singen

Wer kann Kurse zum ermäßigten Preis buchen?

Arbeitslose und Leistungsbezieher nach dem SGB II und dem SGB XII erhalten 20 % Ermäßigung auf die Kursgebühr bei Vorlage eines aktuellen Leistungsbescheids, außer auf Exkursionen, Reisen und Veranstaltungen, die die vhs zusammen mit Kooperationspartnern durchführt oder die von Dritten bezuschusst werden. Ausgeschlossen sind ebenfalls Integrationskurse, kulinarische Events sowie Einzelunterricht.

Schüler/-innen haben freien Eintritt zu allen Vorträgen. **Student/-innen** zahlen bei Vorträgen die Hälfte (Vorlage des Schüler- bzw. Studentenausweises).

Bitte beachten: Für Materialkosten, Lebensmittel- und Lernmittelumlagen werden generell keine Ermäßigungen gewährt. Diese Kosten werden auch

nicht von den Sozialpässen abgedeckt. Die Zugehörigkeit zu einer der genannten Gruppen ist nachzuweisen.

Wer einen Sozialpass der Stadt Konstanz besitzt erhält 80 % Ermäßigung.

7. Interessante Wegweiser, Broschüren und Internetadressen

Seniorenwegweiser Stadt Konstanz

Broschüre „Älter werden in Konstanz“

Download unter www.konstanz.de / Familie Gesellschaft und Soziales / Seniorinnen und Senioren / Altenhilfeberatung > „Älter werden in Konstanz“

Mit dem „Wegweiser für Senioren“ bietet die Stadt Konstanz Informationen zum Thema „Älter werden“ und einen Überblick über das gut ausgebaute Hilfenetz für ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger. Darüber hinaus steht Ihnen die Altenhilfe-Beratung der Stadt Konstanz gerne für die individuelle und persönliche Beratung zur Verfügung.

Die Broschüre ist auch bei der Altenhilfe-Beratung, Verwaltungsgebäude Torkel, Benediktinerplatz 2, 78467 Konstanz erhältlich.

Tel.: 07531 900-472 oder -408 oder -464

Broschüre Kinderkriegen im Kreis Konstanz

Wissenswertes rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit dem Kind

Download unter www.profamilia.de / Angebote vor Ort / Baden-Württemberg / Konstanz > „Broschüre Kinderkriegen im Kreis Konstanz“

Wissenswertes rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit dem Kind und soll Schwangeren und jungen Müttern bis ca. drei Jahren nach der Geburt für alle wichtigen Themen ein Wegweiser in dem gesamten Landkreis sein.

Durch die Beteiligung des "Lokalen Bündnisses für Familien im Landkreis Konstanz" sowie der Sozial- und Jugendämter mit den Fachstellen "Frühe Hilfen der Stadt und des Landkreises Konstanz" sowie des "Babyforums im Landkreis Konstanz" ist es möglich, die Broschüre kostenlos an alle werdenden Eltern auszugeben.

Die Broschüre "Kinder kriegen im Kreis Konstanz" ist bei der pro familia, 78467 Konstanz, Reichenastr. 5a erhältlich.

Tel.: 07531 26390

Wegweiser für Familien

Broschüre „Kind sein in Konstanz“

Download unter www.konstanz.de / Kinder Jugend und Familie / > „Kind sein in Konstanz“

Die Broschüre richtet ihren Blick von den Kleinsten über die Kids bis hin zu Jugendlichen im Alter bis zum 14. Lebensjahr und ist so ein Wegweiser über viele wichtige und interessante Angebote. Informationen für Eltern, die den Bewegungsradius für ihre Kinder über die Familie hinaus in kleinen Schritten erweitern wollen. Die Broschüre ist auch im Verwaltungsgebäude Torkel, Benediktinerplatz 2, 78467 Konstanz erhältlich.

Soziale Netzwerke

Zahlreiche Initiativen aus den Bereichen Tauschen/Schenken/Teilen lassen sich über soziale Netzwerke finden, z. B. die folgenden **Facebook-**

Gruppen:

- Verschenk's Konstanz
- Such's Konstanz
- Nachbarschaftshilfe Konstanz
- Ich kann was in Konstanz
- Geben und nehmen in Konstanz
- Ich kann was, was du nicht kannst
- Tauschgruppe Konstanz
- Foodsharing Konstanz
- div. Mitfahrgelegenheiten von Konstanz in bestimmte Regionen

Leitfaden Alg II / Sozialhilfe von A-Z **Empfehlenswert!! Auch für Neueinsteiger**

Frank Jäger, Harald Thomé

528 Seiten, ISBN 978-3-932246-65-4

Preis: 11,00 € inkl. Versandkosten

Für Menschen, die Sozialleistungen beziehen, deren Berater/-innen ist der Leitfaden ein fundierter Ratgeber – er soll zur rechtlichen Gegenwehr ermutigen und befähigen.

Verständliche Darstellungen von Regelungen zum Arbeitslosengeld II; Hilfe zum Lebensunterhalt, der Grundsicherung im Alter sowie bei Erwerbsminderung.

Leitfaden zum Arbeitslosengeld II, Empfehlenswert!! Vorkenntnisse sind hilfreich

Arbeitslosenprojekt TuWas (Hg.)

896 Seiten, 2-farbig kartoniert, Preis: 19,00 €

ISBN: 978-3-943787-40-5

Der Leitfaden ermöglicht einen schnellen Einstieg und gibt praxisnahe Antworten auf Fragen bei der Antragstellung und während des Leistungsbezuges von Arbeitslosengeld II.

Leitfaden Sozialhilfe für Menschen mit Behinderungen und bei Pflegebedürftigkeit von A-Z Empfehlenswert!! Vorkenntnisse sind hilfreich

Arbeitslosenprojekt TuWas (Hg.)

212 Seiten, 2-farbig kartoniert, Preis: 8,00 €

ISBN: 978-3-932246-82-1

Der Leitfaden ermöglicht einen schnellen Einstieg und gibt praxisnahe Antworten auf Fragen bei der Antragstellung und während des Leistungsbezuges von Sozialhilfe.

Familienwegweiser – Staatliche Hilfen im Überblick.

Download unter www.familien-wegweiser.de

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Selbsthilfe-Leitfaden - „Kommit“ Landratsamt Konstanz

Download unter www.kom-mit.de

Selbsthilfekontaktstelle Landkreis Konstanz

Spartipps / Hinweise

Download unter www.geldsparen.de

Internetadressen

Viele Zeitungen lassen sich kostenlos im Internet online lesen:

www.bb.focus.de

www.spiegel.de

www.zeit.de

www.suedkurier.de

www.wochenblatt.net

ALG II und Sozialhilfe

www.erwerbslos.de

www.tacheles-sozialhilfe.de

7.1 Haushaltsplanung / Wie komme ich mit meinem Geld zurecht?

Auf den folgenden Seiten erhalten Sie ein paar grundlegende Tipps, wie Sie besser mit Ihrem Geld haushalten können, um nicht oder nicht (erneut) in die Schuldenfalle zu tappen.

1. Schritt: Einnahmen ermitteln

Zu Einnahmen zählen:

- *Gehalt*
- *Hartz 4*
- *Kindergeld*
- *Grundsicherung*
- *Wohngeld*
- *Pflegegeld*
- *Arbeitslosengeld I*
- *Elterngeld*
- *Krankengeld*
- *Rente*
- *Unterhaltszahlungen*
- *sonstige Einnahmen*

2. Schritt: Feste Ausgaben ermitteln

Zu den festen Ausgaben zählen:

- *Miete*
- *Stromabschlag*
- *Handy/Telefonverträge*
- *Zeitungs-Abo*
- *KFZ-Versicherung*
- *Feste Kreditraten*
- *Vereinsbeiträge*
- *Taschengeld f. Kinder*
- *Mietnebenkosten*
- *Heizkosten*
- *GEZ*
- *KFZ-Steuer*
- *Versicherungen*
- *Unterhaltszahlungen*
- *Kindergartenbeitrag*
- *sonstige mtl. Ausgaben*

Um diese Ausgaben zu ermitteln, hilft es oft, sich die Kontoauszüge anzusehen. Beträge, die jährlich gezahlt werden, sollten durch 12 geteilt werden.

UND NUN ??

Zieht man das Ergebnis der Ausgaben von dem Ergebnis der Einnahmen ab, so erhält man den Betrag, der einem monatlich zur Verfügung steht.

WAS, WENN MIR DIESER BETRAG NIE REICHT ??

Auf den folgenden Seiten sollen Ihnen Tipps gegeben werden, wie Sie Ihre Lage verbessern können, indem Sie Ihr Budget erhöhen, Ihre Ausgaben verringern und an bestimmten Stellen sparen können.

AUFLISTUNG DER TÄGLICHEN AUSGABEN:

Um einen besseren Überblick zu bekommen, was Sie monatlich ausgeben, ist es sinnvoll, mindestens über einen Zeitraum von einem Monat wirklich jeden Cent, den Sie ausgeben, auch aufzulisten. Lassen Sie sich überall einen Kassenzettel geben, nehmen Sie für unterwegs Zettel und Stift mit und schreiben Sie sich die Ausgaben für den Bäcker, den Bus, das Rauchen und alles andere auf.

Haben Sie Familie? Dann bitten Sie auch diese, alles aufzulisten, was Sie ausgeben. Am Ende des Monats schauen Sie sich diese Ausgaben an. Wo lässt sich vielleicht etwas einsparen? Holen Sie sich jeden Tag Ihr Vesper für die Arbeit beim Bäcker? Wie wäre es, wenn Sie sich bereits zu Hause ein Brot schmieren. Diese und weitere Einsparungstipps werden weiter unten aufgelistet.

ÜBERPRÜFUNG DER KONSUMGEWOHNHEITEN:

Beobachten Sie sich selbst in folgenden Bereichen:

Supermarkt

Gehen Sie immer nur mit einem Einkaufszettel einkaufen und kaufen Sie dann auch nur das, was darauf steht. Oft kauft man Dinge ein, die im Angebot sind, dabei hätte man Sie gar nicht gebraucht. Ganz wichtig ist hierbei auch: gehen Sie nie hungrig einkaufen! Und Achtung: auch Sonderangebote wie z.B. XXL-Packungen sind nicht immer wirklich billiger. Und schauen Sie beim Einkaufen in die unteren Regale. Billige Waren sind selten auf Augenhöhe. Meiden Sie Fertigprodukte. Sie sind immer teurer und nicht gesünder. Überlegen Sie, ob Sie nicht selber kochen.

Internet

Wie oft kaufen Sie im Internet ein? Wenn Sie dort etwas kaufen, sind Sie ins Internet gegangen, um genau dies zu kaufen oder haben Sie beim Surfen ein gutes Angebot gefunden und dachten sich, hier muss ich zuschlagen?

Das Internet verlockt mit vielen Angeboten, hinzu kommt, dass es Spaß macht, mit einem Klick einzukaufen und die Ware wird dann nach Hause geliefert. Oft kaufen wir dann Sachen, die wir eigentlich nicht benötigt hätten.

Kaufen Sie nur dann im Internet, wenn Sie vorher entschlossen haben, etwas Bestimmtes zu kaufen und das im Internet evtl. billiger finden wollen.

Telefon

Beobachten Sie sich auch hier. Telefonieren Sie viel und eine Flatrate wäre für Sie günstiger oder telefonieren Sie selten und es reicht eine Prepaid-Karte? Billiganbieter bieten mittlerweile auch monatlich kündbare Flatrates an, so dass Sie

jeden Monat neu ausprobieren können, was das Richtige für Sie ist. Wählen Sie nicht einen Handyvertrag, nur, weil es das Handy für einen Euro dazu gibt. Am Ende ist das Handy meist genauso teuer, wie wenn Sie es direkt kaufen, und viele Handyanbieter lassen Sie erst nach Ablauf der zwei Jahre aus den Verträgen mit eventuell teuren Flatrates. Wenn Sie den Anbieter wechseln möchten, dann können Sie ohne Probleme auch Ihre Nummer mitnehmen. Oft behaupten Anbieter, das ginge nicht, um Sie zu halten. Es ist aber meist problemlos möglich.

Versicherungen

Generell kann man sich heute beinahe gegen alles versichern. Wägen Sie ab. Was benötigen Sie wirklich. Die Grundausstattung ist eine Haftpflichtversicherung, diese sollte jeder haben. Ohne sie könnten Sie unter Umständen in noch viel größere finanzielle Schwierigkeiten geraten.

Eine Hausratversicherung ist dann wichtig, wenn viel Geld für die Einrichtung ausgegeben wurde oder diese vielleicht sogar noch über einen Kredit finanziert werden, da der Kredit auch bedient werden muss, wenn die Möbel aufgrund eines Brandes oder ähnlichem ruiniert sind.

Alle anderen Versicherungen sind Luxus, der sinnvoll sein kann, aber nur dann, wenn man es sich auch leisten kann. Wenn Sie Versicherungen abschließen, dann wählen Sie kurze Laufzeiten.

Heizung

Stellen Sie sich zu Hause ein Thermometer auf, kontrollieren Sie somit die Raumtemperatur. Das Gefühl, wie warm oder kalt es in einem Raum ist, ist meist relativ und hängt von der eigenen Verfassung ab. Passen Sie zudem die Raumtemperatur dem jeweiligen Nutzen an. Ein Schlafzimmer muss nicht unbedingt geheizt werden.

Schaffen Sie sich Thermostat-Ventile an. Bei diesen kann man sich die gewünschte Raumtemperatur und meist auch die gewünschte Zeit für eine bestimmte Raumtemperatur einstellen. Auch dies hilft, Energie zu sparen.

Stellen Sie vor Heizungen keine Möbel, lüften Sie im Winter die Zimmer immer nur 15 Minuten und kippen Sie auf keinen Fall den ganzen Tag das Fenster. Das kühlt Räume zu sehr aus und Sie benötigen wieder viel Energie zur Erwärmung.

Ziehen Sie sich auch mal einen Pullover an, bevor Sie die Räume heizen.

Strom

Strom kann an vielen Stellen gespart werden. Überprüfen Sie Ihre Gewohnheiten.

Beispiel Waschmaschine: laden Sie diese möglichst voll, halbleere Trommeln verbrauchen unnötig Strom, Wasser und Waschmittel. Vorwäsche ist meistens nicht notwendig. Auch reicht es bei Weißwäsche meist, diese mit 60 statt 90 Grad zu waschen.

Beispiel Wäschetrockner: trocknen Sie die Wäsche so oft es geht an der Luft. Nehmen Sie bei der Waschmaschine einen möglichst hohen Schleudergang, dann trocknet die Wäsche schneller. Wenn Sie einen Trockner nutzen, dann füllen Sie diesen optimal, sowohl zu wenig wie auch zu viel Wäsche kostet unnötig Strom. Sortieren Sie die Wäsche auch nach Dicke der Stoffe. Unterschiedliches Material erhöht die Trocknungszeit.

Müssen Sie immer online sein? Schalten Sie den PC und Fernseher aus. Schaffen Sie sich ausschaltbare Steckerleisten an, so dass Sie alle Geräte komplett ausstellen können, wenn Sie diese nicht benutzen.

Überprüfen Sie Ihre Geräte wie Kühlschrank und ähnliches. Sind die Geräte alt und verbrauchen viel Energie? Mittlerweile gibt es beim Kauf energiesparender Geräte Unterstützung. Hierzu können Sie sich auch auf folgender Internetseite erkundigen: <http://www.stromspar-check.de>

Beim Kochen ist es wichtig, dass Sie Töpfe und Pfannen verwenden, die in ihrer Größe zu den Herdplatten passen. Verwenden Sie Deckel auf den Töpfen, auch das spart Energie. Und nutzen Sie sowohl beim Backofen wie auch beim Herd die Restwärme, schalten Sie also lieber fünf Minuten früher den Backofen aus, der Kuchen wird trotzdem gut werden.

15.05.2015 © Marion Bahm, Caritasverband Konstanz e.V.

8. Anhänge

Kundenkarte der Tafeln im Landkreis Konstanz / Konstanzer Tafel

Richtwerte zum Einkauf in den Tafeln

Angesichts der besonders hohen Kosten für Mieten in der Stadt Konstanz, haben wir die Einkommensgrenzen zum Einkauf in den Tafelläden angehoben. Eine **Kundenkarte** erhalten Haushalte, deren gesamtes Nettoeinkommen nicht über folgenden Grenzen liegt.

| Familienmitglieder im Haushalt: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Nettoeinkommensgrenze: | 1.000 Euro | 1.300 Euro | 1.500 Euro | 1.700 Euro | 1.900 Euro | 2.100 Euro |

Die Berechnung erfolgt ohne die Anrechnung von Kindergeld. Jeder Bezieher von Arbeitslosengeld II, Grundsicherung oder Sozialhilfe erhält automatisch eine Kundenkarte (ohne weitere Prüfung). Die Gültigkeit der Kundenkarte ist auf ein Jahr begrenzt. Zu beantragen bei der Konstanzer Tafel, Stromeyerstraße 1, Konstanz.

Tel.: 07531 3610681

Warenkorb zur Berechnung des Regelbedarfs zum SGB II / SGB XII

| EVS Nr. | EVS - Abteilungen und Beispiele für Einzelpositionen | Alleinstehend | Partner jeweils | Kind 14 - 17 J. | Kind 6 - 13 J. | Kind bis 5 Jahre |
|---------|--|--------------------|---------------------|---------------------|---------------------|--------------------|
| 1/2 | Nahrungsmittel, alkoholfreie Getränke | 11,66 Tag: 4,66 | 127,82 Tag: 4,20 | 136,88 Tag: 4,50 | 107,27 Tag: 3,53 | 86,96 Tag: 2,86 |
| 3 | Bekleidung und Schuhe, darunter u.a. | 33,52 | 30,25 | 41,07 | 37,02 | 34,47 |
| 4 | Wohnen, Energie und Instandhaltung u. a. Stromkosten | 33,35 | 30,09 | 16,93 | 12,30 | 7,78 |
| 5 | Haushaltsgeräte, Möbel, Töpfe etc. | 30,23 | 27,27 | 16,25 | 13,08 | 15,08 |
| 6 | Gesundheitspflege (Rezeptgebühr, etc.) | 17,15 | 15,47 | 7,24 | 5,50 | 6,73 |
| 7 | Verkehr (Fahrrad, Bahn- und Bustickets etc.) | 25,12 | 22,67 | 13,93 | 15,55 | 13,03 |
| 8 | Nachrichtenübermittlung, Telefon u.a. | 35,25 | 31,80 | 17,43 | 17,05 | 17,41 |
| 9 | Freizeit, Unterhaltung, Kultur, u.a. Spielwaren, Hobbys, Bücher, Besuch von Sport- und Kulturveranstaltungen | 44,07 | 39,76 | 34,67 | 45,92 | 39,72 |
| 10 | Bildung (+ Bildungspaket für Ki. 6 bis 17 J.) | 1,53 | 1,38 | 0,32 | 1,29 | 1,08 |
| 11 | Beherbergungs- u. Gaststättendienstleistungen | 7,90 | 7,12 | 5,28 | 3,90 | 1,59 |
| 12 | Waren und Dienstleistungen, Haarpflege, Rasiermittel, Vereinsbeiträge und Anderes | 29,22 | 26,37 | 12,01 | 8,12 | 10,15 |
| | Regelsatz-Summe | 399,00 | 360,00 | 302,00 | 267,00 | 234,00 |

gültig ab Jan. 2015 Quellen: Regelbedarfsermittlungsgesetz (RBEG, Drs. 17/34 04, S. 53 ff)

Angemessene Mieten im Landkreis Konstanz ab Januar 2015

1.1 abgeschlossene Wohnungen:

| Zahl der Personen im Haushalt | Wohnfläche in qm | Höchstbetrag für die Kaltmiete in € | | |
|------------------------------------|------------------|-------------------------------------|----------------------------|-------------------|
| | | Stadt Konstanz | Raum Singen/Hegau/Stockach | Seenahe Gemeinden |
| 1 | 45 | 396 | 350 | 350 |
| 2 | 60 | 483 | 400 | 470 |
| 3 | 75 | 577 | 500 | 550 |
| 4 | 90 | 681 | 570 | 650 |
| 5 | 105 | 793 | 650 | 770 |
| 6 | 120 | 915 | 800 | 1.000 |
| Mehrbetrag für jede weitere Person | 15 | 80 | 90 | 110 |

Raum Singen, Hegau, Stockach:

Singen, Gailingen, Steißlingen, Volkertshausen, Gottmadingen, Rielasingen-Worblingen, Aach, Tengen, Engen, Mühlhausen-Ehingen, Hilzingen, Eigeltingen, Hohenfels, Mühligen, Orsingen-Nenzingen, Stockach

Seenahe Gemeinden:

Allensbach, Bodman-Ludwigshafen, Gaienhofen, Moos, Öhningen, Radolfzell, Reichenau, Büsingen

1.2. Zimmer:

| Zimmer | Warmmiete in € |
|---|----------------|
| Stadt Konstanz | maximal 300 |
| Landkreis (alle übrigen Raumschaften im Landkreis Konstanz) | maximal 250 |

Mehrbedarf für kostenaufwändige Ernährung SGB II / XII

Empfehlungen des Deutschen Vereins für öffentliche und private Fürsorge (aktueller Stand)

| Art der Erkrankung | Krankenkost/ Kostform | in % der Regel- leistung |
|--|--------------------------|-----------------------------|
| Niereninsuffizienz (Nierenversagen) | Eiweißdefinierte Kost | 10 |
| Niereninsuffizienz mit Hämodialyse- behandlung | Dialysediät | 20 |
| Zöliakie/ Sprue (Durchfallerkrankung bedingt durch Überempfindlichkeit gegenüber Klebereiweiß) | Glutenfreie Kost | 20 |

Mehrbedarf aufgrund einer verzehrenden Krankheit

Dieser krankheitsbedingte Mehrbedarf für die kostenaufwändigere Ernährung ist nur bei schweren Verläufen der Krankheit oder bei besonderen Umständen zu gewähren.

| Art der Erkrankung | in % der Re- gelleistung |
|---|-----------------------------|
| Krebs (bösartiger Tumor) | 10 |
| HIV-Infektion / AIDS | 10 |
| Multiple Sklerose (degenerative Erkrankung des Zentralnerven- systems, häufig schubweise verlaufend) | 10 |
| Colitis ulcerosa (mit Geschwürbildungen einhergehende Erkran- kung der Dickdarmschleimhaut) | 10 |
| Morbus Crohn (Erkrankung des Magen-Darmtrakts mit Neigung zur Bildung von Fisteln und Verengungen) | 10 |

9. Stichwortverzeichnis

- A**
Alleinerziehende 13, 15, 35, 52
Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD) 21
Amtsgericht Konstanz 23
Antragsberatung 40, 50f
Arbeitsgelegenheiten 52
Arbeitslosengeld I 9, 13, 15, 69
Arbeitslosengeld II 8, 10f, 13, 17, 19, 43, 62, 67f, 73
Asylbewerber 18, 23, 43, 48
Ausbildung 12, 17f, 41, 49
AWO (Arbeiterwohlfahrt) 24, 29, 33, 37, 44, 49, 53, 63ff
- B**
BAFöG (Bundesausbildungsförderungsgesetz) 15, 17, 59, 62
Bedarf 8, 10, 13
Bedarfsgemeinschaft 8
Behinderte 7, 22, 32, 36, 45
Behinderung 22, 27, 32, 36f, 44f, 59, 68
Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) 17f
Beschäftigung 52
Betreuungsgeld 15f
Betreuungsvereine 51
Bewerbungen 40
Brillen 64
Bücher 63, 73
Bücherei 42
- C**
Caritas 24, 27, 32f, 36ff, 44f, 49ff, 56f, 60ff, 64
- D**
Deutsches Rotes Kreuz (DRK) 24, 30, 32f, 43f, 46, 50
Diakonisches Werk 24, 26ff, 35, 57
- E**
Einkauf 32, 62, 70, 73
Einkommen 7, 73
Elternberatung 55
Elterngeld 15ff, 69
Elternschule 29, 37
Elterntelefon 29
Entrümpelungen 52
Ernährung 8, 75
Erwerbsminderung 7, 10, 20, 67
Erziehung 21, 25ff, 34f
- F**
Fahrtkosten 65
Familienberatung 25f
Familienkasse 12, 14, 21
Frauenfrühstück 31
Frauenhaus 27, 44
Freizeit 32f, 39, 43, 45, 47, 49, 57, 65, 73
Fundsachenversteigerung 64
- G**
Geburt 16f, 35, 47, 66
Gedächtnistraining 43, 46
GEZ 69
Grundsicherung 7ff, 19f, 62, 67, 69, 73
- H**
Hartz-IV 7f, 12, 18f, 43, 68
Hausaufgabenbetreuung 32, 38, 41, 49
Haushaltsauflösungen 52
Häusliche Gewalt 28, 44
Heizung 8ff
- I**
Integrationskurse 49f
- J**
JobCenter 19
Jugendamt 20f, 23, 37, 42, 65
Jugendhilfe 7, 14f, 21
Jugendzentren 39
- K**
Kinderfreizeit 33
Kinderkleidung 40
Kindertageseinrichtungen 14, 21, 37
Kinderzuschlag 12ff, 21, 23, 43, 64
Kindesmisshandlung 28, 30
Kleiderkammern 61
Kleinkinderbetreuung 30, 33
Kosten der Unterkunft 8ff
Kulturzentrum 39, 65
Kurvermittlung 33
- L**
Lebensberatung 21, 26
Lebenskrise 25, 26
Lebensunterhalt 8, 10f, 13, 20, 67
Leistungsstörungen 25
- M**
Medikamente 56
Mehrbedarf 75
Miete 20, 69, 73f
Mietstufen 11
Mietzuschuss 11
Migrationsberatung 49f
Migrations-/Integrationskurse 49
Mittagstisch 38, 41, 62f
Möbelangebote 61
- O**
Onlineberatung 27

P

Partnerschaftsberatung 26
PEKiP 29ff
Pro Familia 26, 30, 36, 66
Prozesskostenhilfe 18f, 22f
Psychologische Beratungsstelle 25f

R

Regelbedarf 8ff, 12, 14, 18, 73
Rente 69

S

Scheidung 25f
Schuldnerberatung 57
Schwangere 25ff, 34ff, 66,
Schwangerschaftskonfliktberatung 26, 36
Second-Hand-Laden 40, 52f, 60f
Selbsthilfe 53, 56, 63, 68
Senioren 43, 46f, 66
Sexualberatung 26, 36
SGB II 7f, 12, 17, 19, 23, 73, 75
SGB XII 7, 10ff, 20, 23, 65, 73
Sozialberatung 50, 59
Sozialdienst kath. Frauen (SkF) 25, 30f, 34, 36, 40, 50f
Sozialhilfe 7, 10, 13, 15, 17f, 43, 59, 62, 67f, 73
Sozialpass 23, 42f, 62
Stadtbücherei Konstanz 42
Straffällige 58
Strom 72f
Sucht 56

T

Tafelladen 62, 73
Tausch Ring 63
Telefonseelsorge 27, 29

U

Umgang mit Behörden 27, 59
Unterhaltsvorschuss 15, 21, 35

V

Verhütung 26
Versorgungsamt 22
Volkshochschule 42, 65

W

Wirtschaftliche Jugendhilfe 14f, 21
Wohngeld 11, 20
Wohnungslose 24, 58

Notizen

Zum Schluss

Armut ist keine individuelle Krankheit. Armut entsteht im Zusammenhang mit gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Fehlentwicklungen, durch die seit langem steigende strukturelle Sockelarbeitslosigkeit, durch persönliche Schicksalsschläge, durch prekäre Arbeitsverhältnisse und durch unzureichende Förderung von Menschen mit geringerem Leistungsvermögen.

Materielle Armut ist in vielen Fällen mit seelischer und sozialer Verarmung verbunden. In den letzten Jahren stieg die Zahl der Armen mit psychischen und anderen Krankheiten stetig.

Arme Menschen haben eine kürzere Lebenserwartung.

Kinder aus Armutsfamilien erreichen in deutlich geringerem Anteil Schulabschlüsse und Ausbildungsplätze.

Besonders die steigende Kinderarmut in einem der reichsten Länder der Welt ist ein Skandal und gefährdet nicht nur die Zukunft der betroffenen Kinder und Jugendlichen.

Diese Kinder müssen stärker als andere gefördert werden. Hier zu investieren ist das Gebot der Stunde. Wir dürfen es nicht zulassen, dass entstandene Risse und Verwerfungen in unserer Gesellschaft sich weiter verbreitern. Die wahre Qualität einer menschlichen Gemeinschaft zeigt sich im Umgang mit ihren schwächsten Gliedern. Hier Hilfen anzubieten ist nicht nur wichtig für die Betroffenen. Hier zu helfen ist auch Hilfe zur Selbsthilfe für die ganze Gesellschaft, für eine menschliche Gesellschaft. Hier sind alle gefordert:

„In was für einer Gesellschaft wollen wir leben?“

Die Autoren des Handbuchs für den schmalen Geldbeutel:

Die Konzeption zum Handbuch für den schmalen Geldbeutel wurde vom Arbeitslosenzentrum der Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Konstanz erarbeitet.

Die Umsetzung für die Konstanzer Ausgabe wurde geleistet von:

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Konstanz e.V.

Caritasverband Konstanz e.V.

Konstanzer Tafel

Stadt Konstanz

Herausgeber :



Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband Konstanz e.V.
Heinrich-Weber-Platz 2
78224 Singen
07731 9580-98
alo@awo-konstanz.de
www.awo-konstanz.de

KONSTANZ

Die Stadt zum See



Stadt Konstanz
Kanzleistraße 13/15
78462 Konstanz
07531 900-0
posteingang@stadt.konstanz.de
www.konstanz.de



Caritasverband
Konstanz e.V.
Uhlandstr. 15
78464 Konstanz
07531 1200-0
post@caritas-kn.de
www.caritas-konstanz.de

Konstanzer



Tafel

Konstanzer Tafel
Max-Stromeyer-Str. 1
78467 Konstanz
07531 3610681
info@konstanzertafel.de
www.konstanzertafel.de