

9

Weitere Unterstützungsangebote bei geringem Einkommen

- berlinpass
- Befreiung oder Ermäßigung vom Rundfunkbeitrag
- Günstiger telefonieren
- Berliner FamilienPass und Super-Ferien-Pass
- Ermäßigungen bei den Berliner Volkshochschulen
- Nutzung öffentlicher Bibliotheken und Internet
- Freier Eintritt in Museen
- Rechtsanspruch auf ein Girokonto (Basiskonto)
- Tauschringe
- Stiftungen
- weitere Hilfen für den Alltag

(Stand Januar 2020)



Weitere Unterstützungsangebote bei geringem Einkommen

berlinpass

Der „berlinpass“ ermöglicht Menschen mit geringen Einkünften unter anderem den Bezug des Berlin-Ticket S (zur Zeit 27,50 €), die kostenfreie Nutzung von Bibliotheken einschließlich Internet sowie den vergünstigten Besuch von Kultur-, Sport-, Freizeit- und Bildungsveranstaltungen.

Sie können den „berlinpass“ auf Antrag erhalten, wenn Sie

- Arbeitslosengeld II/Sozialgeld oder
- Sozialhilfe oder
- Grundsicherung bei Erwerbsminderung und im Alter oder
- Wohngeld und/oder Kinderzuschlag oder
- Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz beziehen.

Wenn Sie Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz beziehen, müssen Sie den „berlinpass“ bei der Zentralen Leistungsstelle für Asylbewerber (ZLA) stellen.

Bitte beachten Sie: Der „berlinpass“ ist genauso lange gültig wie Ihr Bewilligungsbescheid und muss bei einer Leistungsverlängerung neu abgestempelt werden.

Befreiung oder Ermäßigung vom Rundfunkbeitrag

Wenn Sie eine der folgenden Sozialleistungen beziehen, können Sie sich von der Pflicht des Rundfunkbeitrags befreien lassen:

- Alg II/Sozialgeld oder
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung oder
- Hilfe zum Lebensunterhalt nach dem SGB XII oder nach dem Bundesversorgungsgesetz oder
- BAföG, Berufsausbildungsbeihilfe oder Ausbildungsgeld (wenn Sie nicht bei den Eltern wohnen)
- Asylbewerberleistungen oder
- Hilfe zur Pflege oder
- Sie verfügen über einen Schwerbehindertenausweis mit dem Merkmal BL (blind) oder GL (gehörlos).

Wenn Ihr Schwerbehindertenausweis das Merkzeichen RF mit einem Grad der Behinderung von mindestens 60% enthält, haben Sie einen Anspruch auf die ermäßigte Gebühr in Höhe von 5,83€. Ein Antragsformular zur Befreiung vom Rundfunkbeitrag finden Sie im Bürgeramt oder auf der Internetseite www.rundfunkbeitrag.de. Das ausgefüllte Formular muss gemeinsam mit dem aktuellen Leistungsbescheid oder einer entsprechenden Bescheinigung an den Beitragsservice gesendet werden.

Hinweis: Dem Alg II-Bewilligungsbescheid liegt eine Bescheinigung zur Gebührenbefreiung bei, die Sie gemeinsam mit dem Antrag einreichen. Für alle anderen Sozialleistungen gilt: Eine einfache Kopie eines Leistungsbescheides reicht nicht, um den Antrag auf Gebührenbefreiung zu begründen. Sie können sich jedoch im Bürgeramt auf der Kopie kostenlos bestätigen lassen, dass das Original Ihres Leistungsbescheides dem Bürgeramt vorgelegen hat. Zusammen mit der so bestätigten Kopie des aktuellen Leistungsbescheides wird der Antrag abgeschickt.

Achtung: Überschreitet Ihr Einkommen Ihren Anspruch auf Sozialleistung um weniger als 17,50 Euro, dann können Sie schriftlich einen besonderen Härtefall bei der GEZ beantragen und sich von der Rundfunkgebühr befreien lassen.

Tipp: Sie können auch einen vorsorglichen Antrag auf Gebührenbefreiung stellen. Dies sollten Sie unbedingt dann tun, wenn z.B. die Bewilligung Ihres Folgeantrags - aus was für Gründen auch immer - auf sich warten lässt. Denn einem rückwirkenden Antrag auf Befreiung stimmt der Beitragsservice in der Regel nicht zu. Die Befreiung erfolgt das erste Mal in dem Monat nach der Antragstellung.

Achtung: Wenn Sie versäumt haben sollten, Ihren Antrag auf Gebührenbefreiung zu stellen und sind Forderungen und Mahnungen ausgesetzt, dann können Sie für drei Jahre rückwirkend die Befreiung beantragen. Voraussetzung ist, dass Sie die Voraussetzungen für eine Befreiung erfüllt haben.

Günstiger telefonieren

Wenn Sie

- Kunde/in der Telekom und
- vom Rundfunkbeitrag befreit oder
- BezieherIn von BAföG oder
- blind, gehörlos oder sprachbehindert sind und der Grad der Behinderung mindestens 90% erreicht bzw. Sie im Schwerbehindertenausweis das Merkzeichen RF steht

können Sie bei der Telekom einen Sozialtarif beantragen. Mit dem Sozialtarif werden Ihnen bei der monatlichen Telefonrechnung maximal 6,94 € erlassen, wenn Sie wegen verminderter Erwerbsfähigkeit oder geringem Einkommen von der Zahlung des Rundfunkbeitrags befreit sind oder BAföG beziehen. Maximal 8,72 € werden Ihnen erlassen, wenn Sie blind, gehörlos oder sprachbehindert sind und Ihnen mindestens ein Schwerbehindertengrad von 90 % zuerkannt wurde.

Die Vergünstigung gilt nur für die über die Telekom telefonierten Gespräche. Auf Anfrage schickt Ihnen die Telekom einen Antrag auf Sozialtarif zu. Diesen Antrag senden Sie bitte ausgefüllt zusammen mit einem Nachweis, dass Sie vom Rundfunkbeitrag befreit

sind, oder Ihren BAföG-Nachweis oder den Schwerbehindertenausweis an die Telekom. Telefonkosten sparen können Sie z.B. auch mit den so genannten Billigvorwahlen.

Bitte prüfen Sie, ob für Sie alternativ eine „Flatrate“ in Frage kommt. Allerdings sollten Sie hierbei die Vertragslaufzeiten der verschiedenen AnbieterInnen und Ihr individuelles Telefonverhalten berücksichtigen.

Vorwahlnummern finden Sie im Internet, wenn Sie bei „Google“ den Begriff „Billigvorwahlen“ eingeben. Eine ständig aktualisierte Sammlung finden Sie z.B. auf der Internetseite www.teltarif.de. Es empfiehlt sich, Vorwahlnummern auszuwählen, die den Preis pro Gesprächseinheit vor Gesprächsbeginn ansagen, da die Preise ständig schwanken.

Berliner FamilienPass und Super-Ferien-Pass

Berliner Familien erhalten mit dem FamilienPass mehr als 500 vergünstigte bzw. familienfreundliche Angebote für Ausflüge und Familienunternehmungen in und um Berlin, z.B. ermäßigten Eintritt für Schwimmbäder, Eisbahnen und Schiffstouren, für Konzerte, in Kinos, Theatern und Museen oder für Besuche im Zoo oder Tierpark. Außerdem können Sie mit dem FamilienPass an Verlosungen für Tagesausflüge, Führungen, Workshops und Bustouren teilnehmen. Für alleinerziehende Mütter und Väter wird beispielweise eine kostenfreie Ostseereise verlost (ohne Einkommensgrenze)!

Den FamilienPass können alle Berliner Familien mit Kindern unter 18 Jahren nutzen, unabhängig vom Einkommen und unabhängig davon, ob sie ihre Kinder alleine oder gemeinsam mit dem/der PartnerIn erziehen. Der Pass gilt für ein Jahr und kostet 6 € und ist ab dem 1. Dezember zu erwerben. Sie können ihn unter anderem in Bibliotheken und Bürgerämtern erhalten. Auf der Internetseite www.jugendkulturservice.de finden sich zahlreiche weitere Verkaufsstellen, praktisch nach Bezirken geordnet. Sie können den FamilienPass auch unter www.shop.jugendkulturservice.de bestellen, dann werden allerdings zusätzlich Versandkosten fällig.

Ab dem 1.12.2019 ist er in Bibliotheken, Bürgerämtern zu erwerben, ebenso bei Karstadt Sport, LPG Märkten und Filialen von Getränke Hoffmann. Weitere Verkaufsstellen finden Sie unter www.jugendkulturservice.de.

Tipp: Für Familien, die Kinderzuschlag, Arbeitslosengeld II/Sozialgeld, Sozialhilfe oder Wohngeld beziehen, gibt es zusätzliche Angebote, die über die Vergünstigungen durch den **berlinpass** hinausgeht. Informieren Sie sich unter www.jugendkulturservice.de Stichwort: Extra-Angebote.

Für SchülerInnen bis einschließlich 18 Jahre gibt es außerdem den **Super-Ferien-Pass**, der in den Schulferien unter anderem den freien Eintritt in die Berliner Bäder ermöglicht. Er kostet pro Schuljahr 9 € und ist z.B. direkt in den Schwimmbädern erhältlich. Wenn Sie

Bildungs- und Teilhabe-Leistungen (siehe Faltblatt 8) erhalten, reicht es nun mehr aus, wenn Sie den Kaufbeleg für den Super-Ferien-Pass bei Ihrer Leistungsstelle einreichen. Die Erstattung der Kosten für die Teilnahme an Aktivitäten reichen Sie mit Namen, Anschrift und Kosten ebenfalls ein. Auf der Webseite des Jugendkulturservice wird unter dem Stichwort Bildungs- und Teilhabepaket alles genau beschrieben und Sie finden außerdem einen vorbereiteten Antrag.

Ermäßigungen bei den Berliner Volkshochschulen

Alle Angebote der 12 Berliner Volkshochschulen sind unter anderem für den folgenden Personenkreis bei Vorlage des entsprechenden Nachweises etwa um die Hälfte reduziert:

- BezieherInnen von Arbeitslosengeld oder
- BezieherInnen von Arbeitslosengeld II/Sozialgeld oder
- BezieherInnen von Sozialhilfe oder
- BezieherInnen von Wohngeld oder
- SchülerInnen, FachschülerInnen, Auszubildende, PraktikantInnen, Studierende.

Über die Internetadresse www.berlin.de/vhs/ können Sie sich direkt über die aktuellen Kurse in Ihrem Bezirk informieren.

Nutzung öffentlicher Bibliotheken und Internet (kostenfrei oder kostengünstig)

Wenn Sie Arbeitslosengeld I, Wohngeld/Kinderzuschlag, Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe oder Grundsicherung bei Erwerbsminderung und im Alter beziehen, ist die Nutzung der Berliner Bibliotheken für Sie kostenlos. Den für den Büchereibesuch erforderlichen Bibliotheksausweis lassen Sie sich bitte in Ihrer Bibliothek unter Vorlage Ihres berlinpass ausstellen.

In den Berliner Bibliotheken haben Sie neben der Möglichkeit Bücher auszuleihen oder die aktuelle Tagespresse einzusehen, zum Beispiel auch die Gelegenheit, das Internet zu nutzen.

Hinweis: Die Internetnutzung ist in den einzelnen Stadtbüchereien unterschiedlich geregelt. In einigen Bibliotheken ist z.B. eine vorherige Anmeldung erforderlich, in anderen ist die Nutzung kostenfrei. Fragen Sie bitte in Ihrer Bücherei nach.

Auch in den Berufsinformationszentren (BIZ) der Agenturen für Arbeit können Sie zur Arbeitsplatzsuche kostenlos das Internet nutzen (nach Vorlage Ihres Personalausweises erhalten Sie ein Passwort):

Königin-Elisabeth Str. 49, 14059 Berlin, Tel: 55 55 70 21 99

Sonnenallee 282, 12057 Berlin, Tel.: 55 55 77 23 60

Friedrichstr. 39, 10969 Berlin, Tel.: 55 55 99 26 26

Janusz-Korczak-Str. 32/Eingang Kokoschkastr., 12627 Berlin, Tel.: 55 55 89 21 94

Tipp: Erkundigen Sie sich in Ihrem Bezirksamt oder JobCenter nach weiteren Möglichkeiten.

Freier Eintritt für Museen und (inter)nationalen Kulturinstitute

Viele Museen gewähren generell freien Eintritt für alle Personen unabhängig von ihrem Einkommen. Dies sind insbesondere Kulturstätten mit besonderem historischen oder regionalem Charakter wie z.B. die Topographie des Terrors, das Alliierten Museum oder das Jugendmuseum Schöneberg.

Der Eintritt in die Staatlichen Museen zu Berlin ist frei für Menschen mit geringem Einkommen, z.B. Alg II, Sozialhilfe, Grundsicherung oder Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (mit Nachweis). Genaueres erfahren Sie unter: www.berlin.de/museum/eintritt-frei.

Kostenfreie und vielfältige Angebote im kulturellen Bereich gibt es in allen nationalen und internationalen Kulturinstituten, die in Berlin angesiedelt sind. Die Programmhinweise finden Sie im Internet.

Rechtsanspruch auf ein Girokonto (Basiskonto)

Alle EU-BürgerInnen, auch ohne festen Wohnsitz, haben in Deutschland einen Rechtsanspruch auf ein Basiskonto („Girokonto für Jedermann“). Andere Personengruppen profitieren ebenfalls davon: z.B. verschuldete BürgerInnen, denen die Eröffnung eines (neuen) Girokontos bisher wegen negativer Schufa-Einträge verweigert werden konnte sowie Obdachlose ohne festen Wohnsitz oder aber auch Asylsuchende/Geflüchtete und Personen mit einer Duldung nach Ausländerrecht. Obdachlose ohne festen Wohnsitz benötigen zur Kontoeröffnung neben Personalpapieren eine postalische Erreichbarkeit. Dies kann die Adresse eines Freundes/einer Freundin sein, aber auch die Adresse einer Einrichtung der Wohnungslosenhilfe.

Personen, die aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr im Besitz von Ausweispapieren sind, benötigen ein amtliches Dokument mit Lichtbild, das den Briefkopf und das Siegel einer inländischen Ausländerbehörde trägt. Geflüchtete Menschen benötigen zur Kontoeröffnung eine Bescheinigung über die Meldung als AsylsuchendeR (BüMA), d.h. den neuen Ankunftsnachweis. Je nach Aufenthaltsstatus müssen entsprechend die Aufenthaltsnachweise vorgelegt werden. Weitere Hinweise finden Sie unter: www.soziale-schuldnerberatung-hamburg.de.

Tauschringe

Hinter dem Begriff „Tauschring“ verbirgt sich der Zusammenschluss von Menschen, die miteinander den Austausch von Dienstleistungen und Gebrauchsgegenständen organisieren. Das heißt, Sie können in Tauschringen Gegenstände erwerben oder Dienstleistungen in Anspruch nehmen und bezahlen ihrerseits ebenso mit Dienstleistungen oder Gegenständen, nicht aber mit Geld. An die Stelle des Geldes treten eigene Verrechnungseinheiten.

Unter www.tauschringadressen.de können Sie diverse Tauschringe finden, ebenfalls sind bei der Selbsthilfeorganisation SEKIS unter der Tel.-Nr. 892 66 02 alle aktuellen Berliner Tauschring-Adressen zu folgenden Zeiten erfragen: Mo 12 - 16 Uhr, Mi 10 - 14 Uhr und Do 14 - 18 Uhr. oder aber unter www.sekis-berlin.de.

Im Internet finden Sie unter www.tauschringadressen.de bundesweit Informationen.

Hier einige Adressen:

- Lesben/Frauen Tauschring Service c/o BEGINE - Treffpunkt und Kultur für Frauen e.V., Potsdamer Str. 139, 10783 Berlin, jeden 2. Mittwoch im Monat ab 18 Uhr
- Tauschring Charlottenburg-Wilmersdorf, c/o Nachbarschaftshaus am Lietzensee, Herbartstr. 25, 14057 Berlin, Tel.: 30 30 65 19 (Mo 18 - 20 Uhr), im „Treffpunkt Cafe“
- Kreuzberger Tauschring, Nachbarschaftshaus Urbanstr. e.V., Urbanstr. 21, 10961 Berlin. Tel/AB: 692 23 51, www.kreuzberger-tauschring.de
- Kleidertausch im Cafe „Dritter Raum“ Hertzbergstraße 14, 12055 Berlin, Termine bitte erfragen unter Tel.: 54 73 76 66 oder www.cafe-dritter-raum.de

Stiftungen

In manchen Situationen können auch Stiftungen weiterhelfen. Sie vergeben unter bestimmten Voraussetzungen Gelder an Einzelpersonen oder Familien, wenn diese durch ein schwerwiegendes Ereignis in eine Notlage geraten sind, z. B. durch einen Todesfall, eine schwere oder lang andauernde Krankheit, Scheidung, Arbeitslosigkeit oder die Geburt eines Kindes.

Die Voraussetzungen für die Gewährung von Stiftungsmitteln sind sehr unterschiedlich, genauso wie die Stiftungszwecke, d. h. wofür die Gelder ausgegeben werden. Auf die Unterstützung durch Stiftungsmittel besteht kein Rechtsanspruch. In sehr vielen Fällen können nicht Sie direkt bei einer Stiftung einen Antrag stellen, Sie müssen sich an eine Beratungsstelle wie z.B. allgemeine Sozialberatungsstellen, Schuldnerberatungsstellen der Arbeiterwohlfahrt, Caritas, Diakonie, Paritätischer Wohlfahrtsverband, Deutsches Rotes Kreuz oder Humanistischer Verband wenden, die dann Ihren Antrag mit einer Stellungnahme an die jeweiligen Stiftungen weiterleitet. Informieren Sie sich also bitte dort über die Voraussetzungen und mögliche Unterstützungen.

Weitere Hilfen für den Alltag

Fahrräder kostenlos oder günstig reparieren und preiswert kaufen

Vielleicht haben Sie Glück und ersteigern Ihr Fahrrad preiswert: Informationen über die Termine der Versteigerungen von Fundsachen gibt es unter der Telefonnummer: 773 26 30 oder auf der Seite www.berlin.de unter dem Stichwort: Versteigerung von Fundsachen

In folgenden Selbsthilfswerkstätten können Sie Ihr Fahrrad mit fachkundiger Unterstützung reparieren und - wenn vorhanden - auch kostenlose Ersatzteile dafür erhalten:

- Die vermutlich älteste Fahrrad-Selbsthilfe-Werkstatt Berlins befindet sich in der Regenbogenfabrik in Kreuzberg, Lausitzer Straße 22, 10999 Berlin-Kreuzberg, Tel.: 69 57 95-15. (Spende 4,00 €/h, Kinder 1,50 €) - auch mit Fahrradverleih!
- BABB e.V. Fahrradrecycling, Boshweg 13, 12057 Berlin Tel.: 63 22 51 77
- Das soziale Fahrrad, g15, Zentrum für Gesundheit und Kultur, Gitschinerstr. 15, 10969 Berlin-Kreuzberg, Tel.: 69 53 66 16. Hier gibt es übrigens auch ein umfangreiches Kulturangebot: www.gitschiner15.de. Spenden sind gern gesehen...

Schreib-, Näh- und Handwerkerservices

Wenn Sie über ein geringes Einkommen verfügen, können Sie preisgünstig oder unentgeltlich verschiedene Dienstleistungen nutzen.

In Schreibbüros können Sie sich z.B. beim Aufsetzen und Schreiben von Behördenpost oder offizieller Privatpost (z.B. Schreiben an die Hausverwaltung) unterstützen lassen. Auch Hilfestellung bei der Gestaltung von Briefköpfen, Flyern und Visitenkarten oder bei der Ausarbeitung von Bewerbungsunterlagen wird dort angeboten. Bitte erkundigen Sie sich vorher telefonisch, welche Nachweise (z.B. „berlinpass“) Sie mitbringen müssen.

Hier einige Adressen.

- **Schreibbüro Spandau** der Zukunftswerkstatt Köpenick gGmbH, Neuendorfer Str. 12, 13585 Berlin-Spandau, Tel.: 54 59 17 14.
- **agens:** Für BezieherInnen von Grundsicherung gibt es Ausfüllhilfen für Formulare, Hilfen beim Erstellen von Anträgen etc. (interkulturelles Kompetenzzentrum), Tel.: 600 348 30, Glasower Str. 60, 12051 Berlin. Unter www.agens-berlin.de finden Sie Angebote auch aus anderen Bezirken.

Handwerker -und Haushaltsdienste

- Handwerkerdienste wie **Möbel- und Fahrradreparaturen** (auch Näh- und Schreibarbeiten), gibt es in verschiedenen Berliner Bezirken beim **Agens Arbeitsmarktservice** GmbH: Kontakt: www.agens-berlin.de, Tel. 743 05 70
- Das **Sozialwerk Demokratischer Frauenbund** hat mit seinem Service- und Dienst-

leistungspool ein umfangreiches Angebot (**Haushaltshilfe, Begleitdienste**) zu sozial verträglichen Preisen. Telefon: 577 99 40 oder kontakt@sozialwerk-dfb-berlin.de

Bekleidung, Hausrat und Lebensmittel zu günstigen Preisen und umsonst

Auf den bezirklichen Sozialmärkten können speziell einkommensschwache Familien mit Kindern z.B. Spielsachen gegen ein geringes Entgelt erwerben. Orte und Termine finden Sie unter www.sozialmarkt-berlin.de oder unter 224 459 63-0.

Bekleidung und Hausrat

- **GAB:** Bekleidung, Möbel und elektrische Geräte gegen eine geringe Aufwandsentschädigung, Romain-Rolland-Str. 141 in 13089 Berlin; Tel.: 47 90 83 60, Öffnungszeiten: Mo - Do von 8.00 - 14.00 Uhr, Fr 8.00 - 13.00 Uhr. www.gab-berlin.de.
- **Hilfe mit Herz e.V.:** Möbel und Hausrat zu Spendenpreisen, Limburger Str. 11, 13353 Berlin, Tel.: 453 90 54, geöffnet: Mo - Do von 10.00 - 16.30 Uhr, Fr 10.00 - 15.00 Uhr
- Das **Spendenwarenhaus, www.gfs-projekte.de**, finden Sie an drei Standorten in Berlin. Mit dem Nachweis Ihres Bescheides von Alg-II oder Grundsicherung können Sie dort kostenfrei über ein Punktesystem sowohl Einrichtungsgegenstände als auch Lebensmittel erhalten. Tel.: 74 20 69 80.
- **Komm und Sieh:** Hausrat, Bücher und alles, was bei Haushaltsauflösungen anfällt, für wenig Geld (ein Leistungsnachweis ist nicht erforderlich), an verschiedenen Standorten in Berlin, Tel.: 690 33 535, www.berliner-stadtmission.de wie z.B.: City-Laden der Stadtmission: Bekleidung und Hausrat zu günstigen Preisen, Joachim-Friedrich-Str. 46, 10711 Berlin, Tel.: 890 49 64 91, geöffnet: Mo -Fr 11.00 - 19.00 Uhr, Sa 11.00 - 16.00 Uhr
- **Kinderkleiderkammer der Caritas:** Pfalzburger Str. 18, 10719 Berlin. Kontakt: 666 33 962. Mo, Di, Do, Fr geöffnet 10.00-12.30 Uhr, Di, Do 14.00 -16.00 Uhr, www.caritas-berlin.de.
- **Kleiderkammer für Erwachsene der Caritas:** Residenzstr. 90, 13409 Berlin, Tel: 666 33 10 50, Mo - Fr 9:00 bis 13:00 Uhr, als Nachweis sind Bescheide des Jobcenters oder Amt für Grundsicherung mitzubringen. Bitte vorab telefonisch einen Termin vereinbaren!
- **Rumpelbasar Zehlendorf e.V.** Am Stiechkanal 2 - 4, 14167 Berlin, Öffnungszeiten: Di 9.30 - 11.30 Uhr, Mi 17 - 19 Uhr. Kontakt: 84 72 20 23
- **Kleiderkammer des Franziskanerklosters Pankow:** auch hier wird Bekleidung umsonst abgegeben, Wollankstr. 19, 13187 Berlin, Tel.: 488 39 60, geöffnet: für

Frauen und Männer: Fr 8.30 - 11.45 Uhr und 13.00 - 14.00 Uhr, nur für Männer: Di 8.30 Uhr bis 11.45 Uhr und 13.00 - 14.00 Uhr.

- **Sozialkaufhaus Fairkauf**, USE im Unionshilfswerk, Am Stichkanal 2 - 4, 14167 Berlin, 84 72 72 27, www.fairkauf-berlin@u-s-e.org. Di, Do, Fr 9.00-16.00 Uhr, Mi 12.00 - 18.00 Uhr, jeden 1.+3. Samstag im Monat 10.00 - 14.00 Uhr. Wenn Sie sagen, dass Sie von Raupe und Schmetterling - Frauen in der Lebensmitte e.V. kommen, erhalten Sie eventuell Rabatt!

Hinweis: Eine Auswahl an Einrichtungen, die Gebrauchsgüter verschenken, finden Sie z.B. auf der Internetseite der Berliner Umweltbehörden (www.berlin.de/umwelt) unter der Rubrik A-Z/ verschenken statt wegwerfen oder auf der Internetseite der Berliner Stadtreinigung: www.bsr.de unter der Rubrik: Private Haushalte/Service und Beratung/Abfallvermeidung.../ Spenden statt wegwerfen. Die BSR hat außerdem eine eigene Tausch- und Verschenkbörse eingerichtet, zu finden unter www.bsr.de ganz unten auf der Startseite.

Lebensmittel

- In den drei **Spendenwarenhäusern** (Tempelhof, Treptow, Neukölln: Infos unter www.gfs-projekte.de oder 74 20 69 80) erhalten Sie mit Ihrem Bewilligungsbescheid des JobCenters oder des Amtes für Grundsicherung Lebensmittel, auch Möbel und Kleidung.
- Im **CARISatt-Laden** der Caritas in Neukölln (Aronsstr. 120, 68 05 81 30) können Sie Grundnahrungsmittel wie Brot, Reis und Gemüsekonserven, aber auch Waschmittel, Schreibwaren und Hundefutter mind. 30% billiger als üblich einkaufen. Eine Berechtigungskarte erhalten Sie von SozialarbeiterInnen im Haus, sozialen Beratungsstellen im Bezirk oder dem Sozialamt. Voraussetzung ist der Bezug von Arbeitslosengeld II oder ein vergleichbar niedriges Einkommen. Öffnungszeiten: Mo, Di, Fr 10 - 12 Uhr und 13 - 15 Uhr, Do 10 - 12 Uhr und 13 - 16 Uhr
- Bei der **Berliner Tafel e.V.** können Sie – nach Vorlage eines Nachweises über Ihr geringes Einkommen Lebensmittel für 1 € erhalten. Adresse und Öffnungszeiten der in Ihrem Wohnbezirk und für Sie zuständigen Ausgabestelle erfahren Sie unter der Internetadresse www.laib-und-seele-berlin.de oder über die Rufnummer 78 71 63 52 in der Zeit von 9 - 15 Uhr/ www.berliner-tafel.de, 782 74 74, Mo - Fr 9.00 - 16.00 Uhr.
- SirPlus-Läden bieten in mehreren Filialen überschüssige Lebensmittel günstig an: www.sirplus.de

Übrigens: Es gibt auch eine Tafel für Tiere. Die **Tiertafel Deutschland e.V.** hat in 13051 Berlin Hohenschönhausen, Wustrower Str. 18 ihre Ausgabestelle. Diese ist alle 14 Tage samstags geöffnet 11 - 15 Uhr mit Wartezeit. Bitte unter www.berliner.tiertafel.org die Termine heraussuchen oder die Hotline 0151-65 77 97 05 anrufen.

Essen gehen für den kleinen und den leeren Geldbeutel

- **Kiezkantine** von Pinel: gGmbH (Gerichte bis 6,90 €), Oderberger Straße 50, 10435 Berlin, Tel.: 44 84 4 84, Öffnungszeiten: Mo - Fr von 10 - 17 Uhr,
- **Kantine des Sozialvereins Friedrichshain e.V.** (Gerichte bis 5,50 €) Bersarinplatz 4, 10247 Berlin, 297 7336 ; Frühstück Mo-Fr. 8 - 11 Uhr, Mittagessen: 11 - 15 Uhr

Angebote eines kostenfreien Essens

- **„Suppentopf“** der evangelischen Galiläa-Samariter-Kirchengemeinde (für Menschen mit geringem Einkommen und Obdachlose) Samariterstr.27, 10247 Berlin, Tel.: 53 65 89 42, Öffnungszeiten: Di 17 - 19 Uhr
- **Frühstück/Suppenküche des Franziskanerklosters Pankow**, Wollankstr.19, 13187 Berlin Öffnungszeiten: Di - So (und an allen Feiertagen) 8.30 - 14.30 Uhr
- **Malteser Suppenküche**, Alt-Lietzow 33, 10587 Berlin, Tel.: 348 00 30, Öffnungszeiten: Di - Do ab 12.30 Uhr - ca. 13.30 Uhr

Kultur trotz schmalem Geldbeutel

„KulturLeben“ vergibt an Menschen mit geringem Einkommen kostenlose Eintrittskarten zu verschiedensten Veranstaltungen in der Stadt. Sie müssen sich schriftlich anmelden und Ihr geringes Einkommen nachweisen, Ihre Telefonnummer hinterlassen und Ihre kulturellen Vorlieben angeben. „Kulturleben“ benachrichtigt Sie telefonisch, wenn etwas Entsprechendes im Angebot ist. Die Anmeldung nehmen zahlreiche Beratungsstellen in der Stadt entgegen, Sie finden alle Stellen unter kulturleben-berlin.de. Dort finden Sie auch ein online-Anmeldeformular. Telefon: 28 86 73 00, Mo-Mi 10- 16 Uhr, Do. 10 - 13 Uhr, 15 - 18 Uhr und Fr. 10 - 16 Uhr.

Für KulturliebhaberInnen lohnt sich das 3-Euro-Kulturticket. Als InhaberIn des „berlin-pass“ können Sie an zahlreichen Berliner Bühnen und Konzerthäusern Karten zum Preis von 3 € erwerben, wenn die Vorstellungen nicht ausverkauft sind. Diese Tickets werden grundsätzlich an der Abendkasse kurz vor Vorstellungsbeginn verkauft. Darüber hinaus haben die einzelnen Häuser unterschiedliche Regelungen getroffen, an welchen Tagen und für welche Vorstellungen 3-Euro-Tickets angeboten werden. Bitte fragen Sie nach.

Auf der Internetseite www.gratis-in-berlin.de finden Sie regelmäßig viele Hinweise auf kostenlose Veranstaltungen.

Alle internationalen und nationalen Kultur-Institute in Berlin bieten ein umfangreiches künstlerisches und literarisches Programm an, oftmals kostenfrei. Einen Überblick der verschiedenen internationalen Kulturinstitute finden Sie im Internet unter www.eunic-berlin.eu.

Mit dieser Informationsserie bieten wir Ihnen wichtige Informationen zu verschiedenen Unterstützungsmöglichkeiten bei geringen Einkommen und zur Integration in den Arbeitsmarkt. Bitte beachten Sie, dass sich die genannten gesetzlichen Grundlagen möglicherweise zwischenzeitlich geändert haben. Auch uns können trotz größter Sorgfalt Fehler unterlaufen. Wir dürfen daher für die Rechtsverbindlichkeit unserer Informationen keine Garantie übernehmen. Wir hoffen, Sie auf Ihrem Weg unterstützen zu können und wünschen Ihnen viel Erfolg!

- Nr. 1 Tipps für Behördengänge und Anträge sowie Rechtsmittel
- Nr. 2 Gesetzliche Regelungen bei (drohender) Arbeitslosigkeit - auch für Nicht-LeistungsbezieherInnen
- Nr. 3 Besondere Regelungen zum Arbeitslosengeld I
- Nr. 4 Förderung beruflicher Weiterbildung - auch für Nicht-LeistungsbezieherInnen
- Nr. 5 Förderungen für Selbstständige (vor und nach der Gründung) - auch für Nicht-LeistungsbezieherInnen
- Nr. 6 Lohnkostenzuschüsse - auch für Nicht-LeistungsbezieherInnen
- Nr. 7 Besondere Regelungen zum Arbeitslosengeld II
- Nr. 8 Gesetzliche Ansprüche auf finanzielle Unterstützung bei geringen Einkünften
- Nr. 9 Weitere Unterstützungsangebote bei geringem Einkommen
- Nr. 10 Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Bildungs- und Beratungszentrum

Raupe und Schmetterling – Frauen in der Lebensmitte e.V.

Pariser Straße 3 – 10719 Berlin

Tel.: 030-8 89 22 60 – Fax: 030-8 89 22 61 0

www.raupeundschemmetterling.de – mail@raupeundschemmetterling.de

Raupe und Schmetterling - Frauen in der Lebensmitte e.V. wird gefördert aus Mitteln der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, Abteilung Frauen und Gleichstellung

Senatsverwaltung
für Gesundheit, Pflege
und Gleichstellung

