

Inhaltsverzeichnis Mitmachmappe

Freizeit und Medien

Freiburgpass mit vielen Vergünstigungen für Freizeit und Kultur	3
kostenlose Theaterkarten über Kulturwunsch	4
kostenlose/günstige Angebote im künstlerischen Bereich bei Schwerelos	5
Kostenlose Sportangebote bei Benefit e.V.	6
Kostengünstig im Orchester spielen bei Con Anima	7
Kostenlos technische Geräte über Computertruhe e.V bekommen	8

Mobilität und Wohnen

Sozialticket (günstige Regiokarte/Deutschlandticket / 2x4 Fahrtenkarte)	9
Befreiung von der Rundfunkgebühr/GEZ (3 Jahre rückwirkend möglich)	10
Unterstützung bei hohen Nebenkosten bekommen	11
Wohnberechtigungsschein für Sozialwohnung oder bei drohendem Wohnungsverlust	12
Erstausstattung Wohnung (Möbel, Haushaltsgeräte, Küche etc.)	13

Kinder und Familie

Freiburger Familiencard (günstige Badekarten und vieles mehr)	14
Übernahme / Zuschuss für Kinderbetreuungskosten (Kita, Hort etc.)	15
Übernahme/Zuschuss für Kindertagespflege (Tagesmutter/Tagesvater)	16
Bildungs- und Teilhabepaket	17
(„Schulgeld“, kostenloses Mittagessen/Nachhilfe/ 15€ für Freizeit...)	
Erstausstattung für Schwangerschaft und Geburt (+ Stoffwindelzuschlag)	18

Gesundheit

Rückerstattung hoher Ausgaben für Gesundheit (Medikamente/Therapie)	19
Kostenloser Zahnersatz über Härtefallregelung	20
Kostenübernahme von rezeptpflichtigen Verhütungsmitteln	21

Beratung und Rechtshilfe

Beratung durch Sozialberatungsstellen (bei finanziellen Problemen)	22
Beratungshilfe bei rechtlichen Angelegenheiten	23
Prozesskostenbeihilfe bei Gerichtsverfahren	24
Sanktionen ausgleichen über den Solidartopf von Sanktionsfrei e.V.	25

Adressen und Impressum

Adressen Sozialberatungsstellen	26
Adressen und Broschüren für weitere Informationen	27
Impressum	28

Hinweise zum Lesen

- Eine Übersicht über verschieden Anlaufstellen und hilfreiche Links finden Sie ganz am Ende
- Bei Fragen oder Rückmeldungen melden Sie sich gerne bei uns
- Selbstverständlich helfen wir Ihnen auch direkt beim Antrag
- Die Symbole in der Kopfzeile sollen einen schnellen Überblick geben

!!! Wer kann es beantragen?

! nur bei Bürgergeld/Grundsicherung
!! auch bei Wohngeld, Kinderzuschlag etc
!!! auch ohne Sozialleistungsbezug möglich

??? Wie kompliziert ist der Antrag/Inanspruchnahme?

? Einfach hingehen/ Kontakt aufnehmen
?? Kleines Formular ausfüllen
??? „richtiger“ Antrag und mehr

€ wie hoch sind die Kosten (0€ = keine Kosten)?

€ geringe Kosten (unter 10€)
€€ mittelhohe Kosten (10-20€)
€€€ hohe Kosten (mehr als 20€)

gibt's das nur in Freiburg?

 Nur bei wohnsitz in Freiburg
  Freiburg und Umgebung
   Bundesweit

Und Jetzt Viel Spaß beim Lesen

Ihr Friga Team

Freiburger Initiative gegen Arbeitslosigkeit
Habsburgerstraße 9
kontakt@friga-freiburg.de

0761/ 59479616

www.friga-freiburg.de



Freiburgpass

Was	Vergünstige oder kostenlose Eintritte/Teilnahme für • Schwimmbad (Tageskarte 3€) • Bibliothek • Theater (Ticket für 4€) • Museum (0€) • (vhs) Kurse und Seminare • und noch vieles mehr eine aktuelle Übersicht finden Sie hier : https://www.freiburg.de/servicebw/freiburgpass.pdf
Wer	Bei Bezug von • Wohngeld • Bürgergeld / Grundsicherung für Arbeitssuchende (SGB II) • Leistungen der Sozialhilfe (SGB XII) • Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG)
Nächste Schritte	Antrag stellen • Bei friga e.V oder dem Freiburger Bündnis für Familie (Leistungsbescheid mitbringen) • Beim Jobcenter ist eine digitale Antragstellung möglich https://www.jobcenter-freiburg.de/freiburg-pass-beantragen/ • Ansonsten persönlich, telefonisch oder schriftlich beim jeweiligen Amt nach dem Freiburgpass fragen 
Infos	• Sie bekommen den Freiburgpass und die Übersicht über die Organisationen zugesandt • Wenn Sie den Freiburgpass vorzeigen bekommen Sie die Ermäßigung/ kostenlose Teilnahme oder Eintritt • Der Freiburgpass ist 1 Jahr gültig und kann dann erneut beantragt werden
Kosten?	• Der Freiburgpass selbst ist kostenlos • Es gibt kostenlose und ermäßigte Angebote
Kontakt	https://www.freiburg.de/pb/,Lde/-/205332/;vbid1944 Ausgabe Freiburg Pass Di 10 - 12 und Mi, 16 - 18 Uhr im Freiburger Bündnis für Familie Kaiser-Joseph-Str. 268 79098 Freiburg Tel: 0761 - 120231 09 kontakt@fbff.de

!!! ? 0€ 



Kostenlose Theaterkarten über Kulturwunsch

Was	kostenlose Eintrittskarten für Theater und andere kulturelle Veranstaltungen
Wer	Wer folgende Einkommensgrenzen (netto) nicht überschreitet • 1.100.- € Einpersonenhaushalt • 1.400.- € 2-Personen-Haushalt • 1.700.- € 3-Personen-Haushalt • + 150.- € für jedes weitere Kind
Nächste Schritte	1. Einkommensnachweis raussuchen (Bescheid/ Lohnabrechnung) 2. Adresse von Kulturwunsch oder einem der Sozialpartner in der Nähe raussuchen und vorbeigehen www.kulturwunsch-freiburg.de/partner/unsere-sozialpartner/ (z.B Quartiersbüros oder friga e.V) 3. dort das Anmeldeformular ausfüllen und den Einkommensnachweis vorzeigen 4. Ausgefülltes Anmeldeformular bei Kulturwunsch abgeben und auf einen Anruf warten.
Infos	• Sie werden in eine Liste der „Kulturgäste“ aufgenommen • Wenn Restkarten übrig sind werden Sie kontaktiert und können dann entscheiden, ob Sie die Karten haben möchten • Sie können die Karten (normalerweise 2 Karten) an der Abendkasse abholen • Die Anmeldung ist für 1 Jahr gültig und kann danach verlängert werden.
Kosten	-
Kontakt	• Kulturwunsch Freiburg c/o Quartierstreff 33 Wannerstraße 33 79106 Freiburg • 0761-61 25 77 37 oder 01577-0880 211 • E-Mail info@kulturwunsch-freiburg.de • https://www.kulturwunsch-freiburg.de



Kostenlose/Günstige künstlerische Angebote bei Schwerelos e.V.

Was	• Kostenlose/Preiswerte Angebote aus dem Bereich Kunst und Kultur (Theater, Chöre, Tanz, Nähen, Musizieren...) • 3x die Woche Mittagstisch für 2€
Wer	Alle
Nächste Schritte	1. Programm im Internet oder im Flyer nachschauen und gewünschtes Angebot /Kurs suchen (2.) schauen, ob eine Anmeldung oder ein Vorgespräch erwünscht sind. Falls ja Kontakt aufnehmen 3. vorbeikommen
Infos	Es gibt ein buntes Programm an dem alle teilnehmen können. Besonderheiten für bestimmte Kurse bitte nachschauen
Kosten?	Die meisten Angebote sind kostenlos manche sind kostengünstig
Kontakt	Schwerelos e.V. Kleinescholzweg 5 79106 Freiburg (Stühlinger) 79106 Freiburg/Stühlinger 0761-50 75 02 verein@schwere-s-los.de Über das Kontaktformular auf der Homepage https://www.schwere-s-los.de/kontakt/

!!! ? 0€  



Kostenlose Sportangebote bei Benefit e.V.

Was	• Kostenlose Sportkurse • kostenlose Sportkleidung • kostenloses Individualtraining • Kostenlose Beratung zu gesundheitlichen Themen • Kostenlose Ausflüge und Aktionen • kostenlose Beratung zu weiterführenden Themen
Wer	Alle die aus finanziellen, gesundheitlichen oder anderen Gründen nicht am „normalen“ Sportangebot teilnehmen können oder wollen
Nächste Schritte	1. Programm im Internet oder im Flyer nachschauen (2.) Kontakt aufnehmen • Bei Fragen und Unsicherheiten • wenn Begleitung zur ersten Stunde gewünscht wird • wenn Sportkleidung gebraucht wird • für Beratung und Individualtraining 3. Einfach Vorbeikommen
Infos	Es gibt ein Programm an dem alle kostenlos teilnehmen können. Wer möchte wird in einen E-mail verteiler oder eine Handygruppe aufgenommen und bekommt dort Informationen/Erinnerungen zum Training und zu Veranstaltungen von benefit
Kosten?	Keine Es gibt die Möglichkeit für 10-50€ Vereinsmitglied zu werden
Kontakt	Benefit e.V. Eichbergstraße 16b 79117 Freiburg info@benefit-freiburg.com +49 172 786 5471 https://benefit-bewegung.de/

!!! ? €€  



Kostengünstig im Orchester spielen bei Con Anima

Was	Kostengünstig im Orchester spielen und ein Instrument lernen
Wer?	Grundsätzlich alle, alle Nationen willkommen Besonders Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
Nächste Schritte	1. Kontakt aufnehmen/ zu einer Probe kommen/ Den Tag der offenen Tür (jährlich im März und Oktober) besuchen 2. passendes Instrument/ Angebot finden und Schnupperstunden absolvieren 3. nach Schnupperstunden Mitgliedschaft abschließen für mind. 1/2 Jahr
Infos	• Es stehen Leihinstrumente zur Verfügung (keine Garantie) und es gibt verschiedene Angebote die von Studierende oder Musiker*innen angeboten werden. • Es sind keine Vorkenntnisse nötig • Proben immer Samstag vormittags in der Albert Schweitzer Schule III im Freiburger Stadtteil Landwasser: • Einsteiger (Kinder): 10 - 10.45 Uhr • Einsteiger(Jugendliche/junge Erwachsene): 10 - 10.45 • Hauptorchester/Ensembleproben: 11 - 13 Uhr
Kosten?	• Mitgliedschaft ab 12 EUR pro Monat inklusive Leihinstrument • individuelle Absprachen möglich • Gutscheine für Bildung und Teilhabe einlösbar
Kontakt	www.zeugundquer.com E-Mail: orchesterconanima@gmx.de Telefon: 015254101216 Facebook: https://www.facebook.com/orchesterconanima/ Instagram: #orchesterconanima

!!! ? 0€   



Kostenlose technische Geräte über Computertruhe e.V bekommen

Was	Kostenlose technische Geräte wie z.B Computer, Smartphones, Scanner, Drucker, Tablets etc. bekommen
Wer	Bedürftige Personen (z. B bei Bezug von) • Bürgergeld (SGB II) • Grundsicherung im Alter (SGB XII) • Asylbewerberleistungen • Wohngeld • Kinderzuschlag • Bafög oder wenig Einkommen
Nächste Schritte	Für Computer: 1. Kontaktformular auf der Seite Computertruhe.de ausfüllen 2. Warten bis ein passender Computer für Sie vor Ort ist 3. Computer abholen und dabei den Nachweis über Bedürftigkeit (Bescheid von einem Amt, Lohnabrechnung) vorzeigen Für andere Geräte 1. In der Fundgrube auf der Seite Computertruhe.de. Passendes Gerät finden 2. Auf den Button "Ich möchte gerne dieses Gerät haben" klicken. 3. Den Nachweis über die Bedürftigkeit zusenden und das Gerät zugeschickt bekommen
Infos	Es werden gebrauchte technische Geräte zur Verfügung gestellt Die Wartezeit für einen Computer
Kosten?	-
Kontakt	https:// computertruhe.de allgemeine-anfrage@computertruhe.de



Freiburger Sozialticket

Was	Vergünstigte Deutschlandtickets Regiokarten, oder 2x4 Fahrtenkarte
Wer	Alle die in Freiburg leben und eine der folgenden Leistungen bekommen • Bürgergeld (SGB II) • Wohngeld • Grundsicherung im Alter (SGB XII) • Asylbewerberleistungsgesetz • Eingliederungshilfe (SGB IX)
Nächste Schritte	1. Antrag stellen • Beim Jobcenter gibt es den Antrag digital www.jobcenter-freiburg.de/antrag-auf-ein sozialticket/  • Für alle anderen Leistungen finden Sie den Antrag hier https://www.freiburg.de/pb/974916.html (auch über QR -code über Tabelle möglich) • oder vor Ort beim jeweiligen Amt 2. Sie erhalten Gutscheine die Sie bei der VAG abgeben können 3. Sie bekommen Ihr vergünstigtes Ticket
Infos	• Nach Abgabe der Gutscheine bekommen Sie das normale Ticket Ihrer Wahl. • Nach 6 Monaten müssen Sie einen neuen Antrag stellen
Kosten?	Deutschlandticket für 28€ Regiokarte für 32€ 2x4 Fahrtenkarte 8,55€
Kontakt	Infos und Antragsunterlagen von der Stadt https://www.freiburg.de/pb/974916.html VAG pluspunkt Salzstraße 3 79098 Freiburg Postfach 10 03 53 79122 Freiburg Telefon: 0761/4511-500 Fax: 0761/4511-539 E-Mail: kundenservice@vagfr.de https://www.vag-freiburg.de/ticket/sozialticket



Befreiung von der Rundfunkgebühr/GEZ

Was	Keine Rundfunkgebühren mehr zahlen
Wer	• Bürgergeld (SGB II) • Grundsicherung (SGB XII) • wer in den letzten 3 Jahren eine der oben genannten Leistungen bezogen hat, kann die Befreiung rückwirkend beantragen
Nächste Schritte	Normalerweise bekommen Sie mit Ihrem Bescheid vom Amt ein Dokument für die Befreiung Dann müssen Sie nur 1. Rundfunknummer eintragen 2. Dokument an angegebene Adresse schicken (ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice 50656 Köln) Wer kein Dokument erhalten hat kann die Befreiung beim Beitragsservice beantragen. 1. Antragsformular online aufrufen oder ausdrucken (www.Rundfunkbeitrag.de) 1. Antrag ausfüllen 2. Kopie des Bescheids vom Jobcenter oder Sozialamt mitschicken
Infos	Sobald Sie die Bestätigung oder den Antrag abgeschickt haben müssen Sie keine Rundfunkgebühren mehr bezahlen. Sie können sich bis zu 3 Jahre rückwirkend befreien lassen.
Kosten?	-
Kontakt	www.rundfunkbeitrag.de ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice 50656 Köln 01806 999 555 10* (20 Cent pro Anruf)



Unterstützung bei hohen Nebenkosten bekommen

Was	• Übernahme von Nebenkostennachzahlungen • Hilfe bei der Verringerung der Ausgaben durch einen individuellen Stromsparcheck (Tipps für Einsparungen)
Wer	<u>Eine Nebenkostennachzahlung hat</u> • Und beim Jobcenter/Sozialamt Leistungen bekommt ,kann folgende Rechnungen einfach einreichen ▪ Müllgebührenbescheid ▪ Nebenkostennachzahlung ▪ Erhöhung der Heizkosten • Wer nicht beim Jobcenter/Sozialamt ist aber ein geringes Einkommen und eine hohe Nachzahlung hat, kann eventuell für einen Monat Geld vom Amt bekommen <u>Wer seine Ausgaben für Nebenkosten senken will</u> ○ und Sozialleistungen bezieht ○ geringes Einkommen hat kann einen kostenlosen Stromsparcheck machen Eventuell kann auch ein neuer Kühlschrank über den Stromsparcheck finanziert werden
Nächste Schritte	<u>Für die Übernahme der Nebenkostenabrechnung</u> 1. Bei Sozialberatungsstellen oder auf energiehilfe.org über die Möglichkeiten informieren 2. Antrag beim Jobcenter/Sozialamt stellen (Kopie der Nebenkostennachzahlung nicht vergessen) 3. Der Antrag kann formlos gestellt werden eine Vorlage gibt es auf energiehilfe.org <u>Für den Stromsparcheck</u> • Kontakt zum Team vom Stromsparcheck aufnehmen und Termin vereinbaren • Nachweis über den Bezug von Sozialleistungen vorzeigen
Infos	Teilweise gibt es auch die Möglichkeit über Solidarfonds/Energiefonds die Nachzahlungen auszugleichen (z.B bei Sanktionsfrei.org) Wenn eine Stromsperre droht, gibt es auch die Möglichkeit ein Darlehen aufzunehmen
Kosten?	0€
Kontakt	www.energiehilfe.org stromspar-check@fqf-freiburg.de

!!! ??? 0€ 



Wohnberechtigungsschein

Was	Wohnberechtigungsschein erhalten und damit die Möglichkeit haben 1. in eine Sozialwohnung zu ziehen 2. In Wohnungssucherdatei aufgenommen zu werden →Notfallkartei bei drohender Wohnungslosigkeit
Wer	Wer in Freiburg wohnt und nicht mehr als 52.700€ brutto (+9.000€ für weitere Person im Haushalt) im Jahr zur Verfügung hat (das sind etwa 2.600€ netto im Monat) Stand 2024
Nächste Schritte	1. Antrag online ausfüllen oder einen Termin vereinbaren https://www.freiburg.de/pb/-/205332/vbid618 2. bei Arbeitnehmer*innen eine Verdienstbescheinigung vom Arbeitgeber ausfüllen lassen
Infos	• Sobald Sie den Wohnberechtigungsschein haben können Sie sich für eine Sozialwohnung z.B bei der Stadtbau und weiteren Trägern bewerben. Dann müssen auf eine Wohnung warten. • Sei können sich außerdem in die Wohnungssucherdatei eintragen lassen, wenn Sie akut von Wohnungsnot bedroht sind. Dies können Sie beim Amt für Wohnraumversorgung tun
Kosten?	-
Kontakt	Amt für Liegenschaften und Wohnungswesen Fahnenbergplatz 4 79098 Freiburg 0761 / 201-5480 Fax 0761 / 201-5499 alw@stadt.freiburg.de Zuständigkeiten sind nach den Buchstaben der Nachnamen geregelt A - Can 0761/201-5422 Can - Go 0761/201-5423 GP- Kos 0761/201-5424 Kot - Nie 0761/201-5425 Nif - Sei 0761/201-5426 Sej - Z 0761/201-5427 https://www.freiburg.de/pb/-/205332/vbid618

!!! ??? 0€   



Erstaussstattung Wohnung

Was	Möbel, Haushaltsgeräte und mehr zur Erstaussstattung der Wohnung bekommen
Wer	Wer eine Erstaussstattung der Wohnung benötigt z.B wegen • Erstauszug aus dem Elternhaus • Umzug von einer möblierten in eine unmöblierte Wohnung • Wohnungseinzug nach Haft oder Wohnungslosigkeit • Trennung • Wohnungsbrand/Überschwemmung etc. • * und • Bürgergeld/ Grundsicherung bekommt • andere Sozialleistungen bekommt • wenig Einkommen hat und kein Vermögen hat/sich keine Erstaussstattung leisten kann *Tipp: Wenn keine der Voraussetzungen auf Sie zutrifft, können Sie trotzdem ein Darlehen für den Einkauf von Haushaltsgeräten/Möbeln bekommen. Einen neuen Kühlschrank/Zuschuss zum Kühlschrank kann man eventuell auch über den Stromsparcheck bekommen (stromspar-check@fqb-freiburg.de)
Nächste Schritte	1. Benötige Möbel und Gegenstände auflisten 2. Antrag auf Erstaussstattung beim Jobcenter stellen einen Vordruck gibt es hier https://www.arbeitslosenselbsthilfe.org/wp-content/uploads/hartz-4-moebel-antrag-muster.pdf • Wer ansonsten keine Leistungen beim Jobcenter bezieht muss Nachweise über seine finanzielle Situation mitschicken (Lohnabrechnung, Bescheide..)
Infos	• Sie erhalten entweder direkt das Geld überwiesen oder Gutscheine für Möbelläden bei denen Sie die benötigten Gegenstände kaufen können • Ein Anspruch auf neue Möbel/ besondere Modelle gibt es nicht
Kosten?	-
Kontakt	https://www.gegen-hartz.de/buergergeld-erstaussstattung-fuer-die-wohnung-beantragen



Freiburger Familiencard

Was	• 10 Badekarten für insgesamt 5€ für jedes Familienmitglied • kostenloser Eintritt ins Museum • viele weitere Vergünstigungen
Wer	Alle Familien, die in Freiburg leben und Kinder unter 18 Jahren haben
Nächste Schritte	1. Einkommensnachweis und Ausweise bzw. Geburtsurkunden der Kinder bereit legen sowie passenden Bargeld für die Badekarten 2. Ausgabestelle in der Nähe suchen (z.B Quartiersbüros oder friga e.V) und hingehen 3.dort das Anmeldeformular ausfüllen, den Einkommensnachweis vorzeigen und die Badekarten bezahlen 4. Sie bekommen die Familiencard per Post zugeschickt. Die Badekarten bekommen Sie entweder direkt bei der Ausgabestelle oder auch per Post zugeschickt
Infos	<u>Schwimmbadkarten</u> Sie bekommen normale Badekarten mit denen Sie die Schwimmbäder in Freiburg besuchen können. Diese sind für 1 Jahr gültig <u>Familiencard/ weitere Vergünstigungen</u> Sie können zu den Organisationen und Veranstaltungen gehen die mitmachen. Dort zeigen Sie die Familiencard und bekommen dadurch den günstigen oder kostenlosen Eintritt Die Anmeldung ist für 1 Jahr gültig und kann danach verlängert werden. • Tipp: Günstige Freizeitangebote für die Kinder/Jugendliche finden Sie auch unter www.freiburger-ferien.de • Für eine Bezuschussung von Ferienfreizeiten für Kinder/Jugendliche fragen Sie beim Anbieter nach einer Unterstützung über den Landesjugendplan_
Kosten?	Kostenlos Für Familien die Sozialleistungen (Bürgergeld, Kinderzuschlag, Wohngeld, Asylberwerberleistungen, Grundsicherung, Bafög) bekommen Für alle anderen Familien kostet sie 30€ im Jahr
Kontakt	Freiburg Bündnis für Familie Kaiser-Joseph-Str. 268 79098 FreiburgTel: 0761 - 120231 09 kontakt@fbff.de https://www.freiburger-buendnis-fuer-familie.de/familiencard/infos-zur-familiencard

!!! ??? 0€- €€€  



Übernahme Betreuungskosten für Kita/Hort

Was	Befreiung oder Vergünstigung der Betreuungskosten für Kita und Hort Übernahme von Kosten für das Mittagessen
Wer	Wer eine der folgenden Leistungen bezieht • Wohngeld • Kinderzuschlag, • Leistungen zum Lebensunterhalt nach SGB XII (Grundsicherung) oder SGB II (Bürgergeld) • Asylbewerberleistungsgesetz erhält oder folgende Nettoeinkommensgrenzen nicht überschreitet (01/24) Ermäßigter Beitrag 1 (über 's Jugendamt) 1 Kind 3.201.- €/2 Kinder 3.819.- €/ 3 Kindern 4.436.- €/4 Kinder 5.055.- €/ ab 5 Kindern 5.674.- € Ermäßigter Beitrag 2 (über 's Amt für Städtische Kitas) 1 Kind 3.842.- €/ 2 Kinder 4.583.- €/ 3 Kinder 5.324.- €/ 4 Kindern 6.066.- € / ab 5 Kindern 6.809.- €
Nächste Schritte	1. Antrag ausfüllen, diesen gibt es online oder beim Jugendamt 2. Ein Teil des Antrags muss von der Kita/Schule/Hort ausgefüllt werden bei Arbeitnehmer*innen ist eine Verdienstbescheinigung des Arbeitgebers zwingend notwendig
Infos	
Kosten?	Je nach Einkommen müssen Sie trotzdem Teile der Kosten bezahlen. Die Höhe finden Sie in der Tabelle Elternbeiträge auf www.freiburg.de
Kontakt	Amt für Kinder, Jugend und Familie Abteilung 1 – SG 4 Europaplatz 1 79098 Freiburg i.Br. (mo-fr 08:00 h - 12:00 h + montags und mittwochs 13-16 Uhr) 0761 201-8429 Mail: aki@stadt.freiburg.de https://www.freiburg.de/pb/site/Freiburg/get/params_E843728794/1851254/Antrag_Elternbeitrag_ab_08_2020_online_komplett.pdf

!!! ??? 0€- €€€  



Kostenübernahme /Zuschuss Kindertagespflege

Was	Bezuschussung/Übernahmen der Kosten die für die Kindertagespflege (Betreuung des Kindes bei Tagesmutter/Tagesvater)
Wer	• Ein Kind unter drei Jahren* hat und dieses mindestens 5 Stunden pro Woche von Tagesmutter/Tagesvater betreuen lassen möchte. • Die Betreuung des Kindes von Nicht qualifizierten Betreuungspersonen ist ebenfalls nach Prüfung des Jugendamts möglich, kann aber höchstens mit 1,87€ pro Stunde pro Kind gefördert werden *Wenn der Betreuungsumfang von Kita/Hort nicht ausreicht ist eine Zuschussung von ergänzender Betreuung bei älteren Kindern ebenfalls bis zum 14. Lebensjahr möglich
Nächste Schritte	1. Die Höhe des Eigenanteils über https://www.kinder-freiburg.de/eltern/kostenrechner.php ausrechnen oder in der Tabelle nachschauen (2.) Kontakt zum Team der Tagespflege im Jugendamt aufnehmen, um sich individuell beraten zu lassen und Angebote einzuholen 3. Antrag ausfüllen, diesen gibt es online oder beim Jugendamt Ein Teil des Antrag muss von der Tagespflege ausgefüllt werden
Infos	Die Kosten können nicht nachträglich übernommen werden
Kosten?	• Der Betrag, den Sie selbst zahlen müssen wird individuell berechnet • Bis zu einem Nettoeinkommen von ca 2.500€ werden die Kosten vollständig übernommen (genauer in Tabelle/Rechner)
Kontakt	https://kinder-freiburg.de/ https://www.freiburg.de/pb/1195357.html Fachbereich Tagespflege im Jugendamt (Zuständigkeit richtet sich nach dem ersten Buchstaben des Nachnamens Ihres Kindes) <u>A-L</u> Frau Vatter 0761 / 201 - 8416 ilse.vatter@stadt.freiburg.de <u>M-Z</u> Frau Ketterer 0761 / 201 - 8417 anja.ketterer@stadt.freiburg.de



Bildungs- und Teilhabepaket

Was	• Schulgeld jeweils im Januar und August • Kostenübernahme für Mittagessen in Kita oder Schule • Kostenübernahme für Ausflüge/Klassenfahrten in Kita/Schule • Kostenübernahme für die Fahrkarte (falls für Schule benötigt) • 15€ pro Monat für Freizeit (z.B Sportverein, Musikschule...) • Übernahmen von Kosten für Nachhilfe
Wer	Kinder /Jugendliche* die (bzw. deren Eltern) • Bürgergeld (SGB II) • Wohngeld • Grundsicherung im Alter (SGB XII) • Asylbewerberleistungen • Kinderzuschlag bekommen *Jugendliche müssen U25 sein und eine allgemein/berufsbildende Schule besuchen ohne Ausbildungsvergütung zu erhalten.
Nächste Schritte	• Für Kostenlose Fahrkarten einfach den Leistungsbescheid beim Sekretariat in der Schule vorzeigen • Schulgeld wird beim Jobcenter auch ohne Antrag ausgezahlt Ansonsten gilt 1. Antrag ausdrucken oder beim jeweiligen Amt abholen (Achtung es gibt verschiedene Anträge, je nachdem welche Leistung man bekommt) https://www.freiburg.de/pb/231199.html 2. gewünschte Leistung(e)n ankreuzen • bei Lernförderung muss ein Teil von der Schule ausgefüllt werden und eine Kopie des Zeugnisses mitgeschickt werden • Bei Klassenfahrten/Ausflügen eine Kopie vom Elternbrief mit Kosten /Quittung über die Bezahlung mitschicken
Infos	• Sie erhalten Gutscheine, die Sie dann in der Kita/Schule oder bei Freizeitangeboten abgeben • Nach Ablaufzeit müssen Sie wieder einen Antrag stellen • Eine Übersicht über BuT geförderte Angebote gibt es hier www.freiburger-ferien.de. • Die Gutscheine für die Freizeit können Sie auch sammeln (z.B für Jahresbeiträge oder Ferienfreizeiten) • Einen Zuschuss für Ferienfreizeiten können Sie evtl. auch über den Landesjugendplan Bawü erhalten (Den Antrag kann nur der Anbieter stellen, dabei unbedingt beim Anbieter informieren) • Die 15€ für Freizeit reichen nicht? Individuell sind auch höhere Beträge möglich, wenden Sie sich dazu an eine Beratungsstelle
Kosten?	0€(bzw. wenn die 15€ für Freizeit nicht reichen muss man zuzahlen)
Kontakt	https://www.freiburg.de/pb/231199.html

!!! ???

0€



Erstausstattung Schwangerschaft und Geburt

Was	Erstausstattung für Schwangerschaft und Geburt z.B. • Umstands-und Babykleidung • Kinderwagen, Babybett, Trage etc. • Pflegeprodukte Tipp: Zusätzlich kann bei der AFS ein Stoffwindelzuschlag beantragt werden, diesen bekommt man unabhängig von der finanziellen Situation gegen Vorlage der Rechnung für Stoffwindeln (www.Abfallwirtschaft-freiburg.de /Stoffwindelzuschuss)			
Wer	Wer mit dem ersten Kind schwanger ist (bei Geschwisterkindern Begründung nötig, warum Erstausstattung nötig ist) und • Bürgergeld/ Grundsicherung bekommt • andere Sozialleistungen bekommt • wenig Einkommen hat und kein Vermögen hat/sich keine Erstausstattung leisten kann			
Nächste Schritte	Den Antrag können Sie beim Jobcenter stellen (auch wenn Sie derzeit kein Bürgergeld beziehen) dafür 1. Benötigte Gegenstände/Kleidungsstücke auflisten 2. Antrag auf Erstausstattung beim Jobcenter stellen einen Vordruck gibt es hier https://www.edp-service.de/Hartz/Antraege/baby.pdf • Wer ansonsten keine Leistungen beim Jobcenter bezieht muss Nachweise über seine finanzielle Situation mitschicken Außerdem gibt es Stiftungen die eine Erstausstattung finanzieren, hierfür muss der Antrag über eine Schwangerschaftsberatungstelle gestellt werden (Kontakt siehe unten bei „Kontakt Stiftungen“)			
Infos	• Sie erhalten entweder direkt das Geld überwiesen oder Sachspenden/Gutscheine • Ein Anspruch auf neue Sachen oder besondere Modelle gibt es nicht			
Kosten?	-			
Kontakt Jobcenter	https://hartz4widerspruch.de/ratgeber/kinder/erstausstattung-bei-schwangerschaft/			
Kontakt Stiftungen	Pro Familia Baslerstraße 61 79100 Freiburger 0761/ 296 256 freiburg@profa- milia.de	Donum Vitae Leopoldring 7 79098 Freiburg 0761/ 202 30 96 donum-vitae- freiburg@t- online.de	Diakonie Lorettostraße 63 79100 Freiburg 0761/ 888 912 14 skb@diakonie- freiburg.de	Sozialdienst katholischer Frauen Eschholzstraße 101 79115 Freiburger 0761/385 08 300 beratung@skf- freiburg.de

!!! ??? 0€   

Rückerstattung von hohen Ausgaben für Gesundheit (Medikamente, Therapien etc.)



Was	Bei hohen Ausgaben für die Gesundheit einen Anteil von der Krankenkasse zurückbekommen
Wer	• Wer 2% seines Jahresbrutto für seine Gesundheit ausgibt • 1% wenn eine chronische Krankheit vorliegt • Beim Bezug von Bürgergeld/Grundsicherung beträgt die Zuzahlungsgrenze* 2024 107,76 € /53,88 € für chronisch Kranke • Ihre individuelle Zuzahlungsgrenze können Sie sich von Ihrer Krankenkasse ausrechnen lassen oder selbst im Internet errechnen (QR Code en) *Mindestbetrag den Sie pro Jahr für Ihre Gesundheit ausgeben müssen, um etwas zurückzubekommen
Nächste Schritte	1. Berechnung der Zuzahlungsgrenze (bei der Krankenkasse oder im Internet) 2. alle Quittungen die Ihre Gesundheit betreffen aufheben 3. Antrag bei der Krankenkasse stellen
Infos	Die Krankenkasse überprüft Ihre Einkommenssituation und Ihre Ausgaben. Sollten Sie über der Zuzahlungsgrenze liegen, erhalten Sie zurück, was Sie zu viel gezahlt haben
Kosten?	-
Kontakt	https://www.aponet.de/service/krankenkasse/zuzahlungsrechner

!!! ?? €€€   



Kostenloser Zahnersatz über Härtefallregelung

Was	Zahnersatz kostenfrei bekommen
Wer	Bezug von • Bürgergeld • Grundsicherung • Bafög • oder höchstens 1.414 € Bruttoeinkommen • (1.944,25 Euro zu zweit, plus 353,50 Euro für weitere Angehörige) Stand 2024 Tipp: Wer knapp über der Grenze liegt kann trotzdem den Antrag stellen und erhält eventuell einen Zuschuss
Nächste Schritte	1. Kostenvoranschlag vom Zahnarzt bei der Krankenkasse einreichen 2. Antrag auf zusätzliche Kostenübernahme ausfüllen und einreichen. Das Formular gibt es bei der Krankenkasse oder beim Zahnarzt 3. auf die Entscheidung warten und sich erst dann behandeln lassen
Infos	• Die Krankenkasse überprüft Ihre Einkommenssituation. Eventuell wird der Zahnersatz komplett übernommen oder es gibt einen Zuschuss • Für weitere Probleme mit den Zähnen gibt es eine kostengünstige Behandlung von Studierenden der Uni Freiburg unter Anleitung von erfahrenen Zahnärzt*innen https://www.uniklinik-freiburg.de/zahnerhaltung/patienten-info/studentenkurse.html 0761/ 270 49470
Kosten?	Keine Wer leicht über der Härtefallgrenze liegt erhält einen Zuschuss
Kontakt	www.Kostenfalle-zahn.de Krankenkasse oder Zahnarzt/Zahnärztin ansprechen



! ??? 0€ 

Kostenübernahme von Rezeptpflichtigen Verhütungsmitteln



Was	Rechnungen für Pille, Spirale und andere rezeptpflichtige Verhütungsmittel bezahlt bekommen			
Wer	Personen ab 22 Jahren mit Wohnort in Freiburg und Bezug von • Bürgergeld (SGB II) • Grundsicherung (SGB XII) • Asylbewerberleistungen			
Nächste Schritte	• Bei Bezug von <u>Asylbewerberleistungen</u> bitte direkt an die Sachbearbeiter vom Amt für Migration wenden • Bei Bezug von <u>Bürgergeld oder Grundsicherung</u> 1. ärztliches Rezept sowie Apothekenrechnung oder Kostenvoranschlag des Arztes mit Kontoverbindung einholen 2. Termin bei einer der Schwangerschaftsberatungsstellen (siehe unten) vereinbaren 3. Rezept, Rechnung, Ausweis und Einkommensnachweis zum Termin mitbringen und dort den Antrag stellen • Folgerezepte können beim Amt für Soziales und Senioren eingereicht werden			
Infos	• Nach Antragstellung wird der Antrag geprüft und wenn Alles stimmt wird die Rechnung übernommen. • Folgerezepte können beim Amt für Soziales und Senioren eingereicht werden			
Kosten?	Keine			
Kontakt	<u>Pro Familia</u> Baslerstraße 61 79100 Freiburger 0761/ 296 256 freiburg@profamilia.de	<u>Donum Vitae</u> Leopoldring 7 79098 Freiburg 0761/ 202 30 96 donum-vitae-freiburg@t-online.de	<u>Diakonisches Werk Freiburg</u> Lorettostraße 63 79100 Freiburg 0761/ 888 912 14 skb@diakonie-freiburg.de	<u>Sozialdienst katholischer Frauen</u> Eschholzstraße 101 79115 Freiburger 0761/385 08 300 beratung@skf-freiburg.de

!!! ??? 0-€€€ 



Beratung durch Sozialberatungsstellen

Was	• Aufklärung über verschiedene Sozialleistungen • Unterstützung bei Antragstellungen • Aufklärung über weitere Vergünstigungen • Prüfung von Bescheiden • Hilfe bei Widersprüchen und anderen Rechtsmitteln • Unterstützung bei Schwierigkeiten mit den Ämtern • Beantwortung individueller Fragen
Wer	Alle die Unterstützung benötigen Je nach Beratungsstelle gibt es Vorgaben (Alter, Wohnort etc)
Nächste Schritte	1. Passende Beratungsstelle suchen und Kontakt aufnehmen oder zur offenen Sprechstunde kommen
Infos	Übersicht über offene Sprechstunden (Kontaktdaten im letzten Kapitel (Adressen und Impressum)) • Montag 9-12 Uhr Nachbarschaftswerk Haslach* • Montag 13:30-17 Uhr Ombudsstelle • Montag 15:30-17 Uhr friga e.V. • Dienstag 10-12:30 HdB Landwasser (friga/Behördenlotsen)* • Dienstag 9-12 Uhr Nachbarschaftswerk Weingarten* • Mittwoch 15-18 Uhr Schreibstube im Ferdi Weiß Haus • Mittwoch 9-11 Uhr friga e.V (nur für Anträge, nur 2024) • Mittwoch 10-13 Uhr Stadtteiltreff Brühl(für Papierkram) • Mittwoch 15:30-17.00 K.I.O.SK Rieselfeld (2 wöchig,friga)* • Donnerstag 15:00-16:00 Uhr HdB Landwasser (von friga)* • Donnerstag 9:30-13Uhr Ombudsstelle • Freitag 9-12 Uhr Nachbarschaftswerk Weingarten* Nur für Bewohner*innen des jeweiligen Stadtteils
Kosten?	0€ (bzw. teilweise müssen Kopierkosten selbst bezahlt werden)
Kontakt	Eine Übersicht über verschieden Sozialberatungsstellen in Freiburg finden Sie im letzten Kapitel (Adressen und Impressum)

!! ??? 0-€€



Beratungshilfe bei rechtlichen Angelegenheiten

Was	Rechtliche Beratung und Vertretung bei juristischen Schwierigkeiten bekommen		
Wer	die Kosten nicht aus Einkommen oder Vermögen zahlen kann z.B. • Bürgergeldbezug • Sozialhilfebezug • bei kleinem Einkommen und keinem Vermögen ohne Sozialleistungsbezug (bzw. bei Bezug von Wohngeld oder Kinderzuschlag) lassen Sie sich am Besten vor Ort (Amtsgericht oder Kanzlei) beraten		
Nächste Schritte	Es gibt 3 Wege für die kostenlose Beratungshilfe bei allen müssen Sie Ihre aktuelle finanzielle Situation nachweisen 1. Zur Anwaltskanzlei der Wahl gehen und die finanzielle Situation ansprechen, dort kann dann der Antrag gestellt werden 2. Zur kostenlosen Rechtsberatung des Freiburger Anwaltvereins gehen, dort werden direkt die finanziellen Voraussetzungen geprüft. Im Anschluss werden Sie beraten (keine Vertretung möglich) 3. Beim örtlichen Amtsgericht einen Berechtigungsschein beantragen. Damit können Sie dann zur Anwaltskanzlei Ihrer Wahl gehen und sich kostenlos beraten lassen. Tipp: Es gibt vor allem im Bereich Sozialrecht (relevant bei Problemen mit dem Jobcenter, der Agentur für Arbeit, dem Sozialamt etc.) viele Kanzleien, die sehr niederschwellige kostenlose Beratungsangebote wie offene Sprechstunden oder Beratung per E-Mail/Whatsapp anbieten		
Infos	• Sie bekommen den Berechtigungsschein und werden kostenlos beraten und vertreten • Einen Anwalt können Sie z.B hier suchen ◦ Sozialportal.net ◦ www.rak-freiburg.de		
Kosten?	höchstens 15€ (je nach Anwalt)		
Kontakt	<u>Amtsgericht Freiburg</u> Holzmarkt 2 79098 Freiburg 0761/205-0 www. Amtsgericht-freiburg.de	<u>Rechtsberatung des Anwaltvereins</u> (im Amtsgericht) Holzmarkt 2,79098 Freiburg 0761 205 1190 www. Freiburger-anwaltsverein.de	<u>Anwaltsuche</u> Sozialportal.net. www.rakfreiburg.de  

!!! ??? 0-€€€



Prozesskostenbeihilfe bei Gerichtsverfahren

Was	Übernahme von Kosten für Anwalt*innen und Gerichtskosten
Wer	Wer • klagen möchte (wenn die Klage Aussicht auf Erfolg hat) oder • angeklagt wurde und die Kosten nicht aus Einkommen oder Vermögen zahlen kann z.B. • Bürgergeldbezug • Sozialhilfebezug • bei kleinem Einkommen und keinem Vermögen ohne Sozialleistungsbezug (bzw. bei Bezug von Wohngeld oder Kinderzuschlag) lassen Sie sich am Besten vor Ort (im Gericht , beim Anwalt über Beratungshilfe) beraten
Nächste Schritte	1. Beim Gericht/Anwalt nachfragen und Antrag stellen 2. Nachweise über finanzielle Situation beilegen → Die Formulare gibt es auch auf www. Bmj.de (QR Code oben) Tipp: Es gibt vor allem im Bereich Sozialrecht (relevant bei Problemen mit dem Jobcenter, der Agentur für Arbeit, dem Sozialamt etc.) viele Kanzleien, die sehr niederschwellige kostenlose Beratungsangebote wie offene Sprechstunden oder Beratung per E-Mail/Whatsapp anbieten
Infos	• Sie bekommen die Verfahrenskosten je nach finanzieller Situation ganz oder teilweise übernommen • Wenn sich Ihre finanzielle Situation innerhalb der nächsten vier Jahre ändert, müssen Sie Bescheid geben und eventuell im Nachhinein etwas zuzahlen oder die Kosten verringern sich • Einen Anwalt können Sie z.B hier suchen Sozialportal.net www.rak-freiburg.de
Kosten?	• Je nach finanzieller Situation werden alle Kosten übernommen und Sie müssen keine Prozesskosten bezahlen • Achtung! Falls Sie verlieren, müssen Sie trotzdem die Anwaltskosten der anderen Partei bezahlen • Wenn die Kosten nur zum Teil übernommen werden, müssen Sie einen Teil selbst bezahlen, dies kann in Raten (höchstens für 48 Monate) geschehen • Wenn sich Ihre finanzielle Situation innerhalb der nächsten vier Jahre ändert, müssen Sie Bescheid geben und Ihre Beteiligung an den Kosten wird angepasst
Kontakt	Beim Anwalt oder dem jeweiligen Gericht www.bmj.de Anwaltsuche z.B hier : • Sozialportal.net • www.rak-freiburg.de

! ? 0€   

Sanktionen ausgleichen über den Solidartopf von Sanktionsfrei e.V.



Was	Finanzielle und rechtliche Unterstützung bei Sanktionen bekommen
Wer	Wem Sanktionen angedroht worden sind oder wer bereits Sanktionen vom Jobcenter bekommt
Nächste Schritte	unter https://plattform.sanktionsfrei.de melden und alle entsprechenden Angaben machen → Zugang auch über den QR Code oben möglich
Infos	• Sie bekommen die Sanktion über einen Solidartopf ausgeglichen • Gleichzeitig bekommen Sie juristische Hilfe um gegen die Sanktion vorzugehen • Wenn die Sanktion rechtswidrig war und Sie das Geld vom Jobcenter zurückbekommen, können Sie dieses wieder in den Solidartopf einbezahlen • über Sanktionsfrei gibt es noch weitere Aktionen z.B für Energiepauschalen oder Weihnachtsgeld
Kosten?	0€
Kontakt	info@sanktionsfrei.de https://sanktionsfrei.de/

Adressen Sozialberatungsstellen

Friga e.V -

Habsburgerstr. 9

kontakt@friga-freiburg.de

0761/ 59479616

www.friga-freiburg.de

Allgemeine Sozialberatung Diakonie

Lorettstr. 63

79100 Freiburg i.Br.

Telefon: [0761 888912-10](tel:076188891210)

Telefax: 0761 888912-18

massatsch@diakonie-freiburg.de

Goethe2

Sulzburger Straße 16

79114 Freiburg i.Br.

Telefon: [0170 8541838](tel:01708541838)

goethe2@diakonie-freiburg.de

www.goethe2.de

Caritassozialdienst mit Schuldnerberatung

Herrenstraße 6

79098 Freiburg

[\(07 61\) 319 16-66](tel:07613191666) oder -23

csd-schuldnerberatung@caritas-freiburg.de

Ombudsstelle Jobcenter Freiburg

Freiburger Zentrum für Engagement (FZE)
(Raum 5)

Schwabentorring 2

79098 Freiburg

Ute Aschendorf

Montags 13.30 bis 17.00 Uhr

Tel.: 0160-5414836

Franz Welsch

Donnerstags 9.30 bis 13.00 Uhr

Tel.: 0160-5027728

OmbudsstelleJC@stadt.freiburg.de

Nachbarschaftswerk Haslach

Stadtteilbüro Haslach

Melanchthonweg 9b, 79115 Freiburg

Tel. 0761 76790-01 oder -02

Fax: 0761 76790-00

Haslach@nachbarschaftswerk.de

Nachbarschaftswerk Weingarten

Haus Weingarten

Auggener Weg 73

79114 Freiburg

Tel. 0761 888603-52

Fax 0761 479999-11

Info@nachbarschaftswerk.de

Schreibstube für Anträge und Papierkram

Mittwoch 15.00-18.00 Uhr

Ferdinand-Weiß-Haus (Ferdinand-Weiß-
Straße 9a, 79106 Freiburg)

schreibstube@diakonie-freiburg.de

Sozialberatung des SWFR(für Studierende)

Basler Str. 2

07 61 21 01 - 2 33

sozialberatung@swfr.de

Sprechzeiten:

Di 09:00-12:00

Do 13:30-16:00

Jugendberatung Freiburg

(für alle von 14-26 Jahren)

Engelberger Str. 3, 79106 Freiburg

Montag, Mittwoch bis Freitag 9.00 - 12.30

Montag bis Donnerstag 14.30 - 18.30 Uhr

0761 / 27 34 87

beratemich@jugendberatung-freiburg.de

Behördenlotsinnen

Mittwochs 10:00 – 13:00 Uhr

im Stadtteiltreff Brühl-Beurbarung

Tennenbacher Straße 36

(01 70 / 7 79 61 62

Laura.RodriguezAlonso@drk-freiburg.de

Adressen und Broschüren für weitere Informationen

Zum Suchen von Beratungsstellen

Sozialportal.net

Datenbank Bildungsberatung auf wegweiser-bildung.de

Für weitere (rechtliche) Informationen

Tacheles-Sozialhilfe.de

www.gegen-hartz.de (Bei Bürgergeld)

wohngeldrechner.org (Bei Wohngeld)

energie-hilfe.org (Bei hohen Nebenkosten)

Broschüren mit Infos, Tipps und Anlaufstellen in Freiburg

„Wenn Das Geld nicht reicht“ von der Kontaktstelle Frau und Beruf

„Preisgünstig bis kostenlos in Freiburg“ Kontaktnetz Straßensozialarbeit

Impressum

Die Daten wurden mit Sorgfalt recherchiert und entsprechen (sofern nicht anders angegeben) dem Stand von Januar 2024.

Wenn Sie Fehler entdecken oder Ergänzungswünsche haben, geben Sie uns gerne Feedback

Neben den angegebenen Internetseiten haben wir folgende Quellen genutzt (ebenfalls als Lektüre zu empfehlen)

„Wenn das Geld nicht reicht“ Kontaktstelle Frau und Beruf, 2019

https://www.frauundberuf-bw.de/fileadmin/daten_events/KS_Freiburg/Broschueren/Wenn_das_Geld_nicht_reicht_2019.pdf

„Preisgünstig bis kostenlos in Freiburg“ Kontaktnetz Straßensozialarbeit Freiburg, herausgegeben von Stadt Freiburg im Breisgau Dezernat III Amt für Soziales, [www. Freiburg.de](http://www.Freiburg.de) , Stand Oktober 2022

Die „Mitmachmappe“ ist Teil des Projekts „Teilhabe auf allen Ebenen“ und wird gefördert durch



Gefördert vom



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**