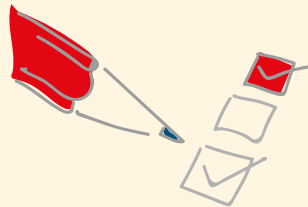




# Familien-Leben in Armut – was für eine Leistung!



## Was (arme) Familien brauchen und wie sie es bekommen

Familie zu leben kostet u.a.  
Kraft, Zeit und Geld.  
Vielleicht geben Sie bereits mehr, als Sie haben,  
aber es reicht trotzdem nicht?

Wir unterstützen Sie dabei,  
Ihre Möglichkeiten zu verbessern.

## Hier bekommen Sie Unterstützung und Informationen

– eine Auswahl\* –

### Interessenvertretungen für Familien in Rheinland-Pfalz

- evangelische arbeitsgemeinschaft familie  
- Landesarbeitskreis Pfalz e.V.  
[eaf-rlp.de](http://eaf-rlp.de)
- Familienbund der Katholiken  
[familienbund.org](http://familienbund.org) und  
[familienbund-trier.org](http://familienbund-trier.org)
- Verband Alleinerziehender Mütter und Väter,  
Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.  
[vamv-rlp.de](http://vamv-rlp.de)

### Beratung bei Trennung und Scheidung, bei Erziehungsfragen, in Notlagen, finanzielle Hilfen, Gruppenangebote

- [caritas.de/adressen](http://caritas.de/adressen)
- [diakonie-rlp.de](http://diakonie-rlp.de)
- [profamilia.de](http://profamilia.de)
- [kinderschutzbund-rlp.de](http://kinderschutzbund-rlp.de)

### Beratung bei Gewalt gegen Frauen und Kinder

- [frauennotruf-mainz.de/lag-rlp/](http://frauennotruf-mainz.de/lag-rlp/)

### Finanzielle Hilfen in besonderen Notlagen

- Stiftung „Familie in Not“: [lsjv.rlp.de](http://lsjv.rlp.de) oder  
[rlp-buergerservice.de](http://rlp-buergerservice.de)
- Bundesstiftung „Mutter und Kind“  
(finanzielle Unterstützung bei  
Schwangerschaft und Geburt)  
[bundesstiftung-mutter-und-kind.de](http://bundesstiftung-mutter-und-kind.de)

### Ferienangebote, kostengünstige Urlaubsmöglichkeiten für Familien, finanzielle Leistungen

- [mffjiv.rlp.de](http://mffjiv.rlp.de)
- [urlaub-mit-der-familie.de](http://urlaub-mit-der-familie.de)
- [landsichten-rheinland-pfalz.de](http://landsichten-rheinland-pfalz.de)

### Ferienbetreuung/Sportangebote/Vereine

- [sportjugend.de](http://sportjugend.de)
- [lsb-rlp.de](http://lsb-rlp.de)

### Infos zu Familienthemen und Hilfen für Familien von A - Z

- [familien-wegweiser.de](http://familien-wegweiser.de)

### Selbsthilfegruppen in Rheinland-Pfalz

- [selbsthilfe-rlp.de](http://selbsthilfe-rlp.de)
- [paritaet-rheinland-pfalz-saarland.de](http://paritaet-rheinland-pfalz-saarland.de)

### Grundsicherung, Arbeitslosengeld, Bildungs- und Teilhabepaket, Arbeitsvermittlung

- [bmas.de](http://bmas.de)
- [jobcenter-ge.de](http://jobcenter-ge.de)
- [arbeitsagentur.de](http://arbeitsagentur.de)

### Kostenlose Abgabe von Lebensmitteln

- [tafel.de](http://tafel.de)

\* Angegeben sind nur allgemeine Internetadressen.  
Sie finden die jeweiligen Informationen, indem Sie  
auf den Webseiten nach Stichworten suchen.

# AGF

Arbeitsgemeinschaft  
der Familienorganisationen  
in Rheinland-Pfalz



evangelische  
arbeitsgemeinschaft  
familie



Verband Alleinerziehender  
Mütter und Väter  
VAMV LV Rheinland-Pfalz e.V.



Familienbund  
der Katholiken

Gefördert durch



## Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR FAMILIE,  
FRAUEN, JUGEND, INTEGRATION  
UND VERBRAUCHERSCHUTZ



## ARBEIT

Arbeitsagentur und Jobcenter vor Ort bieten Informationen und Arbeitsvermittlung an sowie persönliche Gespräche und Maßnahmen, die helfen, Arbeit zu finden. Informationen gibt es unter [arbeitsagentur.de](http://arbeitsagentur.de)

## WOHNEN

Wenn die Wohnung zu klein oder zu teuer ist, sind die Wohnungsbaugesellschaften der wichtigste Ansprechpartner. Weitere Möglichkeiten: Nachfragen bei Vermietern, Wohnungsbörsen der Städte oder Gemeinden, Internet, Nachbarschaft.

Wenn die Nebenkostenabrechnung zu hoch ausgefallen ist, hilft das Jobcenter unter bestimmten Voraussetzungen.



## KLEIDUNG/HAUSRAT

Günstig sind: Kleiderkammern, Flohmärkte, Second-Hand-Läden und Basare (etwa für Kinderkleidung), Internet. Schwangeren- und Erstausrüstung kann man beim Jobcenter oder über die Erziehungs- und Familienberatungsstellen bei der Stiftung Familie in Not beantragen.



## GESUNDHEIT


Bei Fragen rund um Rehabilitation und Pflege oder Mutter-Kind-Kuren: Informationen geben Ärzte, Krankenkassen, örtliche Pflegestützpunkte, Gesundheitsämter. Über Angebote zur Prävention (Vorbeugung) informieren sie ebenfalls.

## ÖFFENTLICHE KINDERBETREUUNG

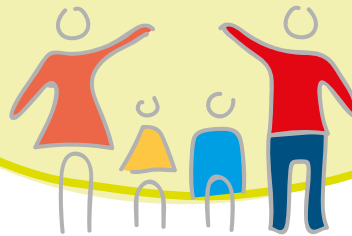
Kinder ab dem vollendeten 1. Lebensjahr haben einen Rechtsanspruch auf einen Kindergartenplatz oder einen Platz bei der Tagesmutter. Das Jugendamt des jeweiligen Wohnortes gibt Auskunft über Angebot und Finanzierung und hilft bei der Vermittlung. Kirchliche Träger vergeben ihre Plätze direkt – fragen Sie nach!

## BILDUNG

BuT-Mittel für Kinder (Bildungs- und Teilhabepaket) können alle Familien beantragen, die entweder ALG II oder Wohngeld beziehen. Geld gibt es z. B. für Lernmittel, Nachhilfe, Beiträge für Sport- oder Musikverein, Mittagessen in Kita und Schule. Antragstellung: direkt bei Kita und Schule oder beim Jobcenter, bei der Wohngeldstelle oder bei der Kreis- und Stadtverwaltung.



## Was (arme) Familien brauchen und wie sie es bekommen



## ENTLASTUNG

Jugendämter bieten kostenlose Beratung an. Sie helfen bei Erziehungsfragen, Problemen mit dem Kindesunterhalt oder Konflikten in der Familie weiter. Schuldnerberatungsstellen erarbeiten mit Ihnen Wege aus finanziellen Engpässen. Bei allen anderen Themen rund um Familie helfen VAMV, Kinderschutzbund und kirchliche Einrichtungen (Caritas und Diakonie) weiter.

## SICH HILFE HOLEN

Alle Ortsgemeinden, Stadtverwaltungen oder Ämter (Wohngeldstelle, Jobcenter, Jugendamt,...), aber auch der Kinderarzt oder alle Erziehungs- und Familienberatungsstellen sind dazu verpflichtet, Familien zu beraten und zu sagen, wer weiterhelfen kann. (siehe auch unter „Entlastung“)



## ESSEN

In vielen Städten gibt es, wenn das Einkommen nur knapp reicht, die TAFELN. Sie geben vollwertige Lebensmittel an arme Familien aus. Voraussetzung: ALG II-Bescheid. Wie man sich anmeldet und wo es Tafeln gibt: [tafel.de](http://tafel.de)



## FREIZEIT

Angebote zur Freizeitgestaltung bieten Sportvereine, Musikschulen, Jugendzentren und Kirchen an. Mit einem „Sozialausweis“, den man nach Vorlage des ALG II-Bescheides bei der Stadt-/Gemeindeverwaltung bekommt, erhält man z.B. Rabatte auf den Eintritt von Museen und Schwimmbädern.

## MOBILITÄT

In den meisten Städten oder Gemeinden gibt es die Möglichkeit, sich mit dem ALG II-Bescheid eine vergünstigte Fahrkarte kaufen zu können (Sozialausweis). Auskunft geben: Jobcenter, Stadtverwaltungen, Verkehrsbetriebe.



## KONTAKTE

Familienbildungsstätten, Häuser der Familien, Familienzentren oder Jugendzentren gibt es in vielen Städten und Gemeinden. Sie sind als Orte der Begegnung gedacht und für alle Generationen offen.