Inhaltsverzeichnis

Alltag / Wohnen 2
Deutschland von A bis Z 2
Mobilität / öffentliche Verkehrsmittel 2
Fahrrad fahren 3
Führerschein und Autofahren 4
Geld und Girokonto 6
Haftpflichtversicherungen 7
Religion 8
Steuern und Steuererklärung 8
Einkaufen (Kleidung, Möbel, Lebensmittel) 9
Telefon, Internet, Medien 10
Freies WiFi / Hotspots 11
Hilfe bei Problemen mit Verträgen und Rechnungen 12
Mobiltelefon 12
Radio und Medien 13
Müll und Pfand 14
Öl - Altöl 15
Pfand-System 15
Altkleider - Textilien 16
alte Medikamente 17
Wohnen 17
Wohnungen für Asylbewerber 17
Wohnungssuche und Miete 18
Wohngeld 20
Hausordnung 21
Lüften / Heizen 21
Putzen - Waschen 22
Strom sparen 23

Alltag / Wohnen

Deutschland von A bis Z

Handbook Germany

Im Handbook Germany finden Sie in Videos und Texten Antworten von A-Z zum Leben in Deutschland. Und das in acht Sprachen. Mit wichtigen Tipps zu Asyl, Wohnung, Gesundheit, Arbeit und Ausbildung, sowie zu Kita, Studium und vielem mehr.

Die Ankommen-App gibt Antworten auf viele Fragen zum Leben in Deutschland.

Der Refugee Guide gibt hilfreiche Tipps für Geflüchtete über das Leben in Deutschland.

Mobilität / öffentliche Verkehrsmittel

Nahverkehr

Im Landkreis Bad Kreuznach und Umgebung fahren viele öffentliche Verkehrs-Mittel. Zum Beispiel: Bus oder Bahn.

Fahrpläne und Tickets

Linienbusse KRN
RNN Bus
Bahn

Mit dem öffentlichen Nahverkehr können viele Orte in Ihrem Wohnort und der Umgebung problemlos erreicht werden. Direkte Zugverbindungen bestehen zu vielen Städten in der Umgebung.

Sie sind Fahrgast. Sie können sich unter diesem Link beschweren oder bei anderen Anliegen an den RNN wenden: Direktlink zum Kundenportal der RNN

Sie brauchen für jede Fahrt ein Ticket! Egal ob im Bus oder in der Bahn. Es wird oft kontrolliert. SIe haben kein Ticket und werdenkontrolliert? Dann müssen Sie eine Strafe bezahlen. Ihnen passiert das ein zweites Mal? Dann bekommen Sie auch eine Anzeige bei der Polizei. Und eine viel höhere Geld-Strafe. Achten Sie also darauf: **Haben Sie immer ein gültiges Ticket bei sich!**

Fernverkehr

Weite Strecken fahren Sie mit der **Bahn**. Oder mit einem **Fernbus**. Der nächste Fernbus Abfahtsort ist in Mainz. Ein Fernbus ist zum Beispiel Flixbus.

Fliegen

Der nächste große Flughafen ist in Frankfurt am Main **Fraport.** Oder Sie können am **Flughafen Hahn** abfliegen. Er ist in Büchenbeuren im Hunsrück.

Fahrrad fahren

Fahrrad

Eine gesunde, kostengünstige und umweltfreundliche Alternative, um von A nach B zu kommen, bietet ein Fahrrad. Dies ist auf Dauer wesentlich günstiger als mit den öffentlichen Verkehrsmitteln.

Einige wichtige Verkehrsregeln für Fahrradfahrer:

- Nutzen Sie Radfahr-Wege, auch auf den Straßen
- Wenn es einen Fahrradweg gibt, muss dieser genutzt werden (immer nur auf der rechten Straßenseite in Fahrtrichtung)
- immer auf der rechten Fahrbahnseite fahren
- nicht nebeneinander, sondern hintereinander fahren
- Nur Kinder bis 11 Jahre dürfen die Fußwege mit dem Fahrrad benutzen
- Mit dem Handy auf dem Fahrrad zu telefonieren, ist verboten
- In der Dämmerung oder Dunkelheit immer mit Fahrradlicht fahren. Das Licht spätestens dann einschalten, wenn die Straßenbeleuchtung brennt.
- Befahren einer Einbahnstraße gegen Fahrtrichtung: Nur enn Einbahnstraßen mit einem Zusatzschild für Sie als Radfahrer freigegeben sind, dürfen Sie sie entgegen der Fahrtrichtung benutzen – **Achtung!!** 20 Euro müssen Sie zahlen, wenn Sie die Einbahnstraße in die nicht vorgeschriebene Fahrtrichtung befahren.

Verkehrsregeln für Radfahrer in mehreren Sprachen finden Sie hier:

Deutsch (pdf)

Englisch (pdf)

Französisch (pdf)

Arabisch (pdf)

Farsi (pdf)

Beim Kauf eines Fahrrades sollte folgende Ausstattung für die Verkehrssicherheit vorhanden sein:

- Licht vorne und hinten
- Reflektor vorne und hinten

- Reflektoren in den Speichen (je 2 pro Rad)
- Reflektoren an den Pedalen
- Klingel
- Zwei voneinander unabhängige Bremsen
- Sollte das Fahrrad nicht verkehrssicher sein, wird bei einer Kontrolle durch die Polizei ein Bußgeld verhängt.

Aktiv für Flüchtlinge 2.0

Fahrräder für Geflüchtete

Annahme und Abgabe von gut erhaltenen Fahrrädern

Dienstag 9:00-11:00 Uhr

bitte den Hintereingang benutzen

Rasool Ali Piroozi

Kurhausstraße 8, 55543 Bad Kreuznach

interkulturelle-gemeinde@ekir.de

+49 (0) 15736208113

Führerschein und Autofahren

Ein Führerschein kann sehr nützlich sein. Besonders wenn Sie in einem Dorf oder einer kleinen abgelegenen Stadt wohnen. Oft gibt es hier keinen Anschluss an öffentliche Verkehrsmittel. Dann ist ein Führerschein hilfreich. Und der Kauf eines Autos oft notwendig. Sie möchten einen deutschen Führerschein machen? Oder Sie haben bereits einen Führerschein aus Ihrem Heimatland? Und möchten diesen nun umschreiben? Umschreiben bedeutet, dass der Führerschein auch in Deutschland gültig ist. Auf dieser Seite geben wir Ihnen diese Informationen.

Ist mein Führerschein in Deutschland gültig?

Sie möchten selbst in Deutschland fahren? Dann brauchen Sie einen Führerschein aus Deutschland oder einem anderen EU-Staat. Führerscheine aus Nicht-EU-Ländern sind nur für sechs Monate in Deutschland gültig. Sie dürfen nur in den ersten sechs Monaten mit einem Führerschein aus Ihrem Heimatland in Deutschland fahren. Die sechs Monate beginnen mit Ihrer ersten polizeilichen Anmeldung in Deutschland. Sie müssen Ihren Führerschein immer bei sich haben, wenn Sie fahren. Außerdem müssen Sie auch eine Übersetzung Ihres

Führerscheins ins Deutsche dabei haben.

Sie möchten auch nach sechs Monaten selber fahren? Dann lassen Sie Ihren Führerschein umschreiben.

Wenn Sie Deutschland nur besuchen, dürfen Sie mit Ihrem ausländischen oder einem internationalen Führerschein fahren. Sie müssen Ihren Führerschein immer bei sich haben, wenn Sie fahren.

💡 Während Ihres Asylverfahrens bleiben all Ihre Dokumente beim BAMF. Sie bekommen sie normalerweise erst zurück, wenn Ihr Asylverfahren abgeschlossen ist. Solange Ihr Führerschein beim BAMF ist, dürfen Sie selbst nicht Auto fahren.

Wie schreibe ich meinen Führerschein um?

Melden Sie sich bei Ihrer lokalen Fahrerlaubnisbehörde oder Führerscheinstelle. Es kann manchmal etwas dauern, bis Sie eine Antwort erhalten. Die Behörde bekommt manchmal sehr viele Anträge auf einmal. Kontaktieren Sie die zuständige Stelle bevor Ihre sechs Monate Fahrerlaubnis ablaufen. Sie müssen persönlich zur Führerscheinstelle gehen. Dort müssen Sie verschiedene Dokumente vorlegen:

- Ausweis oder Pass
- Meldebestätigung (polizeiliche Anmeldung)
- biometrisches Passbild
- Bescheinigung über einen Sehtest (von einem Optiker oder einem Augenarzt)
- Bestätigung über die Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs. Einen Kurs in Ihrer Nähe finden Sie beispielsweise beim ASB oder bei den Johannitern.
- Ihren ausländischen Führerschein im Original (ein internationaler Führerschein reicht nicht). In der Regel müssen Sie zusätzlich eine beglaubigte deutsche Übersetzung vorlegen.
- eine Erklärung, dass Ihr ausländischer Führerschein noch gültig ist.

Die Führerscheinstelle entscheidet dann, ob Ihr Führerschein ohne Prüfung umgeschrieben werden kann. Ansonsten müssen Sie zunächst die Theorie- und Praxisprüfung machen. Das hängt davon ab, in welchem Land Sie Ihren Führerschein gemacht haben.

💡 Vor der Prüfung ist es gut, eine Fahrschule zu besuchen. Deutschland hat sehr viele Verkehrsregeln und Schilder. Im Gegensatz zu denjenigen, die das erste Mal den Führerschein machen, müssen Sie aber keine Fahrstunden nehmen.

Wie kann ich einen deutschen Führerschein machen?

Um einen Führerschein das erste Mal zu machen, gehen Sie wie folgt vor:

- Melden Sie sich bei einer Fahrschule an. In großen Städten gibt es Fahrschulen mit Fahrlehrern, die beispielsweise Arabisch und Persisch sprechen. Fahrschulen in Ihrer Nähe können Sie auf drivolino.de oder fahrschulen.de finden.
- Nehmen Sie an einem Erste-Hilfe-Kurs teil. Einen Kurs in Ihrer Nähe finden Sie beim Arbeiter-Samariter-Bund oder bei den Johannitern.
- Machen Sie einen Sehtest bei einem Optiker oder einem Augenarzt. Der Sehtest kostet ca. 7 €. Einige Optiker bieten den Sehtest auch kostenlos an.

- Lassen Sie ein biometrisches Passbild machen.

Kann mir der Führerschein abgenommen werden?

Wenn Sie wichtige Verkehrsregeln missachten, können Sie Ihren Führerschein verlieren. Man unterscheidet hier zwischen einem Fahrverbot und dem Entzug des Führerscheins.

- Bei einem Fahrverbot müssen Sie Ihren Führerschein für einige Monate bei der Bußgeldstelle abgeben. In dieser Zeit dürfen Sie nicht selbst fahren. Nach Ablauf der Frist können Sie Ihren Führerschein wieder abholen.
- Bei einem Entzug des Führerscheins verliert Ihr Führerschein seine Gültigkeit. Das bedeutet, dass Sie nicht mehr selbst fahren dürfen und für eine bestimmte Zeit (Sperrfrist) auch keinen neuen Führerschein machen dürfen.

Sie haben den Straßenverkehr gefährdet? Sie sind betrunken Auto gefahren? Sie haben 8 Strafpunkte gesammelt? Das sind Gründe, um Ihnen den Führerschein zu entziehen.

Strafpunkte bekommen Sie für verschiedene Regelverstöße, beispielsweise, wenn Sie zu schnell fahren. Die Strafpunkte werden umgangssprachlich auch „Punkte in Flensburg“ genannt.

Sie haben Ihren Führerschein neu gemacht? Dann sind Sie zwei Jahre in der Probezeit. Sie haben während der Probezeit gegen die Verkehrsregeln verstoßen. Dann müssen Sie zu einem Aufbauseminar. Vielleicht auch zu einer psychologischen Beratung. Außerdem verlängert sich Ihre Probezeit um zwei weitere Jahre. Sie nehmen nicht an dem Aufbauseminar und der Beratung teil? Dann wird Ihnen der Führerschein weggenommen. Beispiele für einen Verkehrsverstoß sind z.B. bei Rot über die Ampel Fahren, nachts ohne Licht Fahren, betrunken Auto Fahren. Falschparken ist kein Verkehrsverstoß. In diesem Fall müssen Sie nur die Strafe bezahlen.

Geld und Girokonto

Es gibt verschiedene Geld- Institute:

private Bank, Sparkasse, Genossenschafts-Bank oder Volksbank. Sie entscheiden, wo Sie ein Konto eröffnen. Fragen Sie vorher nach den verschiedenen Angeboten uind Bedingungen. Unterschiede haben Sie bei den Gebühren für das Konto. Oder für die einzelnen Buchungen. Fragen Sie auch den Zinsen für einen Dispo- Kredit.

Girokonto

Viele Rechnungen im Alltag können Sie ohne Bargeld bezahlen. Dafür brauchen Sie ein Girokonto bei einer Bank.

Mit einem Girokonto tätigen Sie folgende Vorgänge:

- Sie führen Überweisungen aus
- Sie erhalten bargeldlose Zahlungen von Behörden (Sozialleistungen werden oft bargeldlos geleistet, das heißt auf ein persönliches Girokonto überwiesen)

- Sie können Daueraufträge einrichten
- Sie können an Lastschriftverfahren teilnehmen
- Sie können Schecks einlösen
- Sie können mit der EC/Maestro-Karte bargeldlos bezahlen
- Sie können Bargeld am Bankschalter oder am Geldautomaten abheben
- Sie können Kontoauszüge ausdrucken

Eröffnung eines Kontos

Es gibt verschiedene Banken. Die Banken bieten Ihnen ein Girokonto mit unterschiedlichen Konditionen an. Daher ist es wichtig, dass Sie sich über die monatlichen Gebühren und die angebotenen Leistungen der jeweiligen Bank gut informieren.

Sie müssen einen Termin mit der gewünschten Bank vereinbaren, wenn Sie ein Konto eröffnen wollen. Hierzu müssen Sie eines Ihrer Legitimationspapiere mitbringen, entweder:

- Ihren Ankunftsnachweis
- Ihre Aufenthaltserlaubnis oder Aufenthaltsgestattung oder Duldung
- Ihren Ausweis
- Ihre Meldebescheinigung

Nach der Kontoeröffnung erhalten Sie eine EC-Karte mit einem vierstelligen PIN-Code. Den Pin-Code sollten Sie **immer** geheim halten. Den PIN-Code sollten Sie getrennt von der EC-Karte aufbewahren. Mit diesem PIN-Code bezahlen Sie bargeldlos in Geschäften und heben Geld an Geldautomaten ab.

- Die EC-Karte müssen Sie auf der Rückseite unterschreiben.
- Geben Sie den PIN-Code am Geldautomaten drei Mal falsch ein, wird die EC-Karte gesperrt und eingezogen. In diesem Fall müssen Sie sich an Ihre Bank wenden.
- Wenn Sie die EC-Karte verlieren oder wenn Ihnen die karte gestohlen wird müssen Sie die Karte sofort sperren lassen. Eine Sperrung erfolgt kostenlos und ist jederzeit möglich unter der Telefonnummer 📞 116116. Hier müssen Sie nur Ihre Bankleitzahl und die Kontonummer angeben. Im Anschluss müssen Sie bei Ihrer Bank eine neue EC-Karte beantragen.
- Um unnötige Kosten zu vermeiden, sollten Sie Ihr Bargeld am besten immer an einem Bankautomaten Ihrer Bank abheben.

Haftpflichtversicherungen

In Deutschland gibt es die Haftpflichtverischung. Sie hilft Ihnen, wenn Sie für einen Schaden haften müssen. Sie haben einer Person in Deutschland einen Schaden zugefügt. Auch wenn dies ohne Absicht geschehen ist, muss nach dem Gesetz Schadenersatz in unbegrenzter Höhe bezahlt werden. Schadenersatz ist eine finanzielle Entschädigung für den erlittenen Schaden. Das gilt für Schaden an einer Person oder Sache oder Vermögen im privaten Bereich (zum Beispiel bei einem Verkehrsunfall oder wenn ein Kind mit einem Ball eine Fensterscheibe zerbricht).

Es gibt in Deutschland die Möglichkeit eine **private Haftpflichtversicherung** abzuschließen. Sie bezahlt diese Schäden für die Familie und Kinder. Es handelt sich hierbei um eine freiwillige Versicherung, die jedoch dringend empfohlen wird. Sollte keine Versicherung vorhanden sein, müssen die Kosten für den Fall eines Schadens selbst gezahlt werden.

- Informationen der [redacted] Verbraucherzentrale zum Thema Haftpflichtversicherung

Religion

Religionsfreiheit

Das Gesetz in Deutschland garantiert Ihnen, Ihre Religion frei zu wählen. Das heißt Religionsfreiheit. Jede Person hat das Recht, ihrem Glauben frei zu praktizieren, solange dabei das Grundgesetz nicht verletzt wird.
Der Staat steht allen Religionen neutral und tolerant gegenüber. Jeder darf persönlich entscheiden, ob er sich zu einer Religion bekennt und einer Religionsgemeinschaft beitritt. Staat und Religion sind in Deutschland allerdings nicht strikt getrennt. Der Staat arbeitet mit Religionsgemeinschaften zusammen und organisiert den Religionsunterricht an Schulen. Religionsfreiheit bedeutet zum Beispiel:

- Alle Menschen dürfen ihre Religion und ihren Glauben frei ausüben und selbst wählen.
- Alle Menschen haben die Freiheit, nicht religiös zu sein und dies auch zu sagen.
- Wer nicht an Gott glaubt, darf dies auch öffentlich sagen.
- Angehörige unterschiedlicher Religionen und Glaubensrichtungen dürfen untereinander heiraten.
- Heirat zählt nur vor dem Standesamt als rechtskräftige Ehe.
- Ehen, die ausschließlich im Rahmen einer religiösen Zeremonie geschlossenen wurden, sind in Deutschland rechtlich nicht bindend.

Steuern und Steuererklärung

In Deutschland muss Ihr Einkommen versteuert werden.

- Sie haben eine Arbeit? Sie erhalten als Angestellter von Ihrem Arbeitgeber den Nettobetrag ihres Gehaltes ausgezahlt. Die Steuern wurden bereits verrechnet.
- Sie sind selbstständig? Dann müssen Sie Ihr Einkommen selbst versteuern.

Steuerliche Identifikationsnummer

Sie arbeiten in Deutschland. Sie bekommen eine persönliche Steuer-ID. Das ist eine Nummer mit 11 Stellen. Ihr Arbeitgeber benötigt diese Nummer. Sie können diese Nummer persönlich bei der Meldebehörde oder schriftlich beim Bundesamt für Steuern erfragen.

Steuererklärung

Sie müssen in jedem Jahr eine Steuererklärung abgeben. Bei der Steuererklärung kann Ihnen ein Lohnsteuerhilfeverein oder der Lohnsteuerberatungsverbund oder ein Steuerberater helfen. Bei weiteren Fragen hilft auch das örtliche Finanzamt .

Service-Leistungen des Finanzamtes

- Sie werden allgemein zu Steuern informiert
- Sie bekommen Vordrucke und Informationsmaterial (Steuererklärungsvordrucke und Broschüren)
- Hier geben Sie den Antrag zur Ermäßigung der Lohnsteuer ab.(elektronische Lohnsteuerabzugsmerkmale = (ELStAM)
- Hier geben Sie Ihre Steuererklärung und die Belege dazu ab
  Hinweis: Sie wird nicht direkt bearbeitet und die Belege werden nicht direkt geprüft!
- Hier können Sie Bescheinigungen beantragen
- Ein Antrag auf Änderung und ein Einspruch wird hier angenommen

Service-Center Bad Kreuznach

Ringstraße 10, 55543 Bad Kreuznach

Erreichbarkeit der Info-Hotline:

0261/2079279

Montag bis Donnerstag 08:00 - 17:00 Uhr und Freitag 8:00 - 13:00 Uhr

Einkaufen (Kleidung, Möbel, Lebensmittel)

Sie können in Deutschland alle Sachen für das tägliche Leben einkaufen. Lebensmittel kaufen Sie in einem Discounter oder Supermarkt. Es gibt auch internationale Supermärkte. Dort finden Sie viele Lebensmittel aus fernen Ländern.

Sie können sehr günstig Kleidung oder andere Gebrauchsgüter in einer Kleiderkammer und im Sozialkaufhaus oder im Second-Hand-Shop kaufen. Hier gibt es gebrauchte Kleidung. Sie finden dort auch Geschirr und Möbel. Auch gebrauchte Elektrogeräte können Sie dort sehr preiswert kaufen.

In Bad Kreuznach gibt es den Diso-Fair-Markt.

Dürerstraße 21 für Kleider und Geschirr

Bosenheimer Straße 158 für Möbel

In Deutschland gibt es die Tafeln. Sie sammeln überschüssige aber gute Lebensmittel aus Geschäften und geben diese an bedürftige Personen weiter. Viele ehrenamtliche Helfer und Sponsoren machen das möglich. Zu bestimmten Zeiten können Sie sich als Lebensmittelempfänger anmelden. Hierfür brauchen Sie einen Ausweis. Und Sie müssen nachweisen, dass Sie Sozialleistungen vom Jobcenter oder dem Sozialamt bekommen. Danach können Sie Lebensmittel während der Ausgabezeiten erhalten.

Telefon, Internet, Medien

Radio und Medien

Eine Reihe von fremdsprachigen Sendungen für Fernseh und Radio ermöglicht es Interessierten, sich über Geschehnisse und Nachrichten sowohl aus ihrem Heimatland, als auch aus Deutschland zu informieren. Einige Internetadressen sind hier aufgeführt.

- Deutschlandfunk
- Nachrichten in leichter Sprache
- Refugee Radio, Radiosendung von Funkhaus Europa (WDR und NDR) auf Arabisch und Englisch
- WDRforyou - Information und Unterhaltung des WDR auf Deutsch, Englisch, Arabisch und Farsi
- COSMO Radio "Der Sound der Welt"- Internationales Radioprogramm von WDR, Radio Bremen und rbb
- "Steppenkinder" - Der Aussiedlerpodcast von Edwin Warketin und Ira Peter, Museum für russlanddeutsche Kulturgeschichte

Mobiltelefon

Es gibt in Deutschland zwei verschiedene Handyverträge: Prepaidvertrag und Laufzeitvertrag. Der Prepaidvertrag hat keine feste Vertragslaufzeit. Bei einem Laufzeitvertrag gibt es eine Mindestvertragslaufzeit. Dieser Vertrag verlängert sich automatisch, wenn er nicht schriftlich gekündigt wird. Dabei sind die Kündigungsfristen zu beachten.

Weitere Informationen zur Vertragsverlängerung finden Sie hier

10 wichtige Fragen für den Vertragsabschluss:

- Wie hoch ist die Grundgebühr? Erhöht sich die Gebühr nach einer bestimmten Zeit?
- Gibt es einen monatlichen Mindestumsatz (minimale Kosten pro Monat)?
- Wie lange geht der Vertrag?
- Wenn ich den Vertrag nicht kündige, verlängert sich der Vertrag automatisch?
- Wann muss ich kündigen, wenn ich den Vertrag nicht verlängern möchte?
- Wie viel kostet das Einrichten, Wechseln und Deaktivieren?
- Nach welchem Zeittakt wird berechnet? Muss für jede angefangene Minute bezahlt werden?
- Wie viel kostet die Minute (fremdes/ eigenes Netz)?
- Wie viel kostet ein Handy mit Vertrag und was kostet das Handy ohne Vertrag?
- Wie viel kostet Internet?
- Wie viel kosten Telefonate ins Ausland?

Verträge unterzeichnen

Besonders wichtig: Einen Vertrag, den man nicht verstanden hat oder nicht lesen kann, sollte man nicht unterschreiben, da dieser Kosten verursachen können. Es ist manchmal sehr schwierig das wieder rückgängig zu machen. Am besten sollten immer mehrere Angebote geprüft und verglichen werden, um danach in Ruhe zu entscheiden. Keiner sollte sich zu einer Unterschrift drängen lassen.

Bei Problemen mit Verträgen, Rechnungen und Mahnungen kann die Verbraucherzentrale um Rat und Hilfe gefragt werden.

Freies WiFi / Hotspots

Öffentliche WLAN-Hotspots im Landkreis Badkreuznach

Viele Menschen haben keinen privaten Anschluss für Internet oder WLAN. Sie auch nicht? Dann können Sie öffentliche Hotspots nutzen. Sie sind kostenfrei. Die Nutzung ist meistens zeitlich unbegrenzt. Oft können Sie aber nur eine bestimmte Anzahl von MBytes nutzen.

Vorsicht: In der Regel sind öffentliche WLAN-Netze nicht verschlüsselt! Jede Person im gleichen WLAN-Netz könnte auf Ihre Daten zugreifen. Und das, ohne dass Sie es bemerken. Es gibt ein paar Dinge, die Sie beachten solltest. Zum Beispiel:

- Schalten Sie die Datei- und Verzeichnisfreigabe auf Ihrem Smartphone aus. Und zwar bevor Sie den Hotspot nutzt.
- Achten Sie auf verschlüsselte Internetseiten. Die Nutzung von https-Seiten ist empfehlenswert. Sie verwenden eine Verschlüsselung.
- Löschen Sie gespeicherte Netzwerke.
- Nutzen Sie VPN-Tunnel. Dann werden IhreDaten verschlüsselt durch das offene WLAn geschickt.

Das öffentliche Internet ist grundsätzlich vollständig nutzbar. Oft sind bestimmte Seiten aber gesperrt. Zum Beispiel: Seiten mit jugendgefährdenden oder rechtswidrigen Inhalten.

Wo finden Sie öffentliche WLAN Hotspots im Landkreis Bad KReuznach (Auswahl)?

Es gibt viele Orte mit öffentlichem WLAN im Landkreis Bad Kreuznach. Sie können einfach dort hingehen und es nutzen. Es ist kostenfrei.

Wir haben Ihnen einige Hotspots zusammengefasst:

Stadt Bad Kreuznach

Verbandsgemeinde Kirner Land

Verbandsgemeinde Langenlonsheim-Stromberg

Verbandsgemeinde Nahe-Glan

Hilfe bei Problemen mit Verträgen und Rechnungen

Die Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz

Hier bekommen Sie Informationen und Hilfe bei verschiedenen Problemen.

- Sie haben ein Problem mit dem Vertrag für Telefon, Internet und Fernsehen
- Sie haben einen Vertrag an der Haustür oder im Internet abgeschlossen
- Sie bekommen Rechnungen und Mahnungen
- Sie werden abgemahnt, weil Sie das Urheberrecht verletzt haben
- Sie haben Fragen zu Banken und Girokonto
- Sie haben Fragen zur Krankenkasse
- Sie haben Fragen zu Versicherungen
- Sie haben Fragen zu Lebensmitteln
- Sie haben Fragen zum Rundfunk-Beitrag
- Sie haben Fragen zu Smartphone, Apps, Internet, Datenschutz (Hinweise in Arabisch, Farsi, Englisch, Türkisch, Russisch und Polnisch)
- Sie haben Fragen zum Heizen, zum Strom sparen, bei Zahlungsproblemen und zu Rechnungen vom Stromversorger

Die Beratung erfolgt nur in Deutsch.

Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e.V.

Beratungsstützpunkt Bad Kreuznach

Sie erhalten eine persönliche Beratung. Sie müssen vorher einen Termin vereinbaren. Sie können auch schriftlich oder über E-Mail beraten werden. Sie möchten telefonisch und per Video beraten werden? Das ist mit einem Termin möglich.

Mobiltelefon

Es gibt in Deutschland zwei verschiedene Handyverträge: Prepaidvertrag und Laufzeitvertrag.

Der Prepaidvertrag hat keine feste Vertragslaufzeit. Dabei werden nur Gebühren bezahlt, wenn das Handy genutzt wird.

Bei einem Laufzeitvertrag gibt es eine Mindestvertragslaufzeit. Danach verlängert sich der Vertrag automatisch. Es muss schriftlich gekündigt werden. Dabei sind die Kündigungsfristen zu beachten.

Weitere Informationen zur Vertragsverlängerung finden Sie hier.

10 wichtige Fragen für den Vertragsabschluss:

- Wie hoch ist die Grundgebühr? Erhöht sich die Gebühr nach einer bestimmten Zeit?
- Gibt es einen monatlichen Mindestumsatz (minimale Kosten pro Monat)?
- Wie lange geht der Vertrag (z. B. 12 oder 24 Monate)?
- Wenn ich den Vertrag nicht kündige, verlängert sich der Vertrag automatisch?
- Wann muss ich kündigen, wenn ich den Vertrag nicht verlängern möchte?
- Wie viel kostet das Einrichten, Wechseln und Deaktivieren?
- Nach welchem Zeittakt wird berechnet? Muss für jede angefangene Minute bezahlt werden?
- Wie viel kostet die Minute (fremdes/ eigenes Netz)?
- Wie viel kostet ein Handy mit Vertrag und was kostet das Handy ohne Vertrag?
- Wie viel kostet Internet?
- Wie viel kosten Telefonate ins Ausland?

Verträge unterzeichnen

Besonders wichtig: Einen Vertrag, den man nicht verstanden hat oder nicht lesen kann, sollte man nicht unterschreiben, da dieser Kosten verursachen können. Es ist manchmal sehr schwierig das wieder rückgängig zu machen. Am besten sollten immer mehrere Angebote geprüft und verglichen werden, um danach in Ruhe zu entscheiden. Keiner sollte sich zu einer Unterschrift drängen lassen.

Bei Problemen mit Verträgen, Rechnungen und Mahnungen kann die Verbraucherzentrale um Rat und Hilfe gefragt werden.

Radio und Medien

Nachrichten aus der ganzen Welt in verschiedenen Sprachen

Das sind einige Radiosender:

- Deutschlandfunk Nachrichten in leichter Sprache
- Nachrichten in leichter Sprache
- Refugee Radio Radio in Arabisch und Englisch
- WDRforyou Radio in Deutsch, Englisch, Arabisch und Farsi
- COSMO Radio "Der Sound der Welt"

Müll und Pfand

In Deutschland wird der Müll getrennt.

Sie selbst beginnen mit der Mülltrennung. Mülltrennung bedeutet, dass Sie unterschiedliche Sorten von Abfall getrennt sammeln. Es gibt Restmüll und Biomüll und Wertstoffe. Ihr Abfall wird dann getrennt verwertet. Das heißt, dass Sie in Ihrem Haushalt den Müll selbst sortieren und in verschiedene Tonnen und Container werfen müssen. Ein großer Teil des Mülls in Deutschland wird recycelt und kompostiert. Darurch schonen Sie Ressourcen. Sie schonen die Umwelt.

Grundsätzlich aber gilt für Sie: vermeiden Sie Müll. Das ist für Sie immer noch der einfachste Weg, etwas gegen die wachsenden Müllberge zu unternehmen.

Wenn Sie etwas in die falsche Tonne werfen, wird dieser Müll nicht entsorgt.

Wichtige Informationen zur Abfallentsorgung finden Sie auf der **Homepage des Abfallwirtaschftsbetrieb (AWB) des Landkreises Bad Kreuznach**

Das Formular zur **Sperrmüll - Anmeldung** finden Sie hier.

Gelbe Säcke erhalten Sie AUSSCHLIESSLICH bei der Firma Remondis, Felix-Wankel-Straße 7, 55545 Bad Kreuznach.

+49 (0) 6718940271

de-dsd-kh@remondis.de

Weitere Informationen zur Mülltrennung:

Das ABC der Müllentsorgung

Abfall-Info.de

Mülltrennung in mehreren Sprachen:

Türkisch /Türkçe

Französisch / français

Persisch-Farsi / فارسی

Englisch / English

Deutsch

Arabisch / العربية

Russisch/Русский

Bosnisch /Bosanski

Polnisch / Polskui

Portigisisch / Português

Windeltonne

Im Landkreis Bad Kreuznach gibt es keine spezielle Windeltonnen. Entsorgen Sie Windeln über den Rest-Müll (schwarze Tonne).

Öl - Altöl

Altes Speiseöl oder Fett

Das dürfen Sie **nicht** in den Ausguss des Waschbeckens gießen! Es verstopft die Abflussrohre und die Kanalisation. Die Verstopfung muss dann von einer Spezial-Firma beseitigt werden und kostet Sie sehr viel Geld. Altes Speisefett kann in kleinen Mengen in die Biotonne gegeben werden. große Mengen bringen Sie zum Schadstoffmobil.

Altöl (Motorenöl): Motoröl

Das können Sie kostenfrei im Handel zurückgeben.
Gemäß Altölverordnung ist der Handel (auch Online-Shops) verpflichtet Altöl (bis zu der abgegebenen Menge) zurückzunehmen.

Heizöl

Heizöl müssen Sie kostenpflichtig über einen privaten Entsorger entfernen lassen. Sehr kleine Mengen können Sie auch am Schadstoffmobil abgeben.
Adressen von privaten Entsorgungsunternehmen erhalten Sie über die **Abfallberatung** +49 (0) 6718031954

Pfand-System

Pfand - Ressourcen schonen

Wasser, Gas und Strom sollte nur genutzt werden, wenn sie auch gebraucht werden.

Ein verantwortungsvoller Umgang mit diesen Ressourcen sollte das Ziel für alle sein.

Was muss ich über "Pfand" wissen?
In Deutschland gibt es eine sogenannte **„Pfandpflicht“** für bestimmte Getränkeverpackungen. Wenn Sie **Plastikflaschen und Glasflaschen oder Getränkedosen** im Supermarkt kaufen, bezahlen Sie dafür einige Cent mehr. Wenn Sie diese später leer an der Leergutannahmestelle in einem Supermarkt (meistens ein Automat) zurückgeben, bekommen Sie dieses Geld zurück. Das nennt man **„Pfand“.** Es gibt zwei verschiedene Arten dieser speziellen Flaschen:

Auf Einwegflaschen (die recycelt werden) finden Sie ein viereckiges Zeichen mit einer Dose und einer Flasche.

Auf Mehrwegflaschen finden Sie ein Symbol auf dem ein Feil zu finden ist oder einen „blauen Engel“ oder das Wort „Mehrwegflasche“, „Leihflasche“ oder „Pfandflasche“. Auf diese Flaschen bekommen Sie wieder Geld zurück.

Getränkekartons sind pfandfrei.

Ab 1. Januar 2024 muss auch auf Milch, Milchmischgetränke und Milchprodukte in Flaschen aus Kunststoff ein Pfand erhoben werden. Achten Sie bei Ihrem Einkauf auf das Symbol

Weitere Informationen finden Sie auf der Seite der Verbraucherzentrale.

Wenn Sie selbst keine Zeit oder Lust haben, Ihre Pfandflaschen zurückzubringen, können Sie sie auch gut sichtbar neben einem Abfalleimer auf der Straße stellen. Es gibt viele Leute in Deutschland, die diese Flaschen sammeln und sich so ein bisschen Geld dazuverdienen.

Altkleider - Textilien

Seit dem 1. Januar 2025 gelten diese Regeln für die Entsorgung alter Textilien und Stoffe.

Sie haben die Pflicht Abfälle separat zu entsorgen. Das gilt in der ganzen Europäischen Union. Damit sorgen Sie dafür, dass der Abfall wieder verwendet oder recycelt werden kann. So sollen Ressourcen so lange wie möglich nutzbar im Kreislauf erhalten bleiben. Sie müssen in allen Städte und Landkreisen in Deutschland alte brauchbare Textilien getrennt von anderen Abfällen sammeln. Dabei unterscheiden Sie zwischen Kleiderspenden und Textilmüll.

Sie können im Landkreis Bad Kreuznach überall Abfall und alte Textilien getrennt abgeben. Dadurch können Sie Ihre Pflicht zum getrennten Sammeln umsetzen. Für Sie ändert sich durch die neue Regelung noch nichts.

Kleiderspende:

Noch tragbare und gut erhaltene alte Kleider und Paare von Schuhen und Bettwäsche und Tischwäsche können Sie wie gewohnt in den Sammelcontainern entsorgen. Das getrennte Sammeln von Abfall soll für alle nicht viel Geld kosten. Darum achten Sie auf die Qualität von alten Textilien. Und die sorgfältige Trennung von Textilmüll.

Textilmüll:

Haben Sie stark beschädigte oder verschmutzte oder kontaminierte Textilien? Dann entsorgen Sie diese weiterhin über die Restmüll- Tonne.

Beschädigte oder schmutzige Textilien können noch nicht gut wiederverwendet werde. Aktuell sind die Kapazitäten zum Recycling ausgelastet. Es gibt im Moment keine hohe Nachfrage nach Produkten wie Putzlappen oder Dämmstoffen. In Deutschland werden sehr viele Alttextilien gesammelt. Darum ist es hier im Land keine Frage der Menge. Die Qualität entscheidet, ob die Altkleider auch einen Absatzmarkt finden.

Der AWB Bad Kreuznach bedankt sich bei Ihnen für die Mitarbeit, dass Sie alte Textilien verantwortungsvoll entsorgen.

Mehr Informationen finden Sie hier:

AWB Bad Kreuznach

Altkleiderspenden.de

alte Medikamente

Medikamente haben ein Ablauf-Datum. Dann sollen Sie diese Medikamente nicht mehr verwenden.

Alte Medikamente bringen Sie zum Schadstoffmobil oder zu den Schadstoff-Sammelstellen im Landkreis Bad Kreuznach.

Manche Apotheken nehmen auch Ihre alten Medikamente zurück.

Leere Verpackungen von Medikamenten geben Sie bitte in die gelbe Tonne. Leere Papierschachteln geben Sie in das Altpapier. Leere Glasflaschen bringen Sie in den Altglas-Container.

ABC der Mülltrennung

Schadstoffsammlung

Wohnen

Wohnungen für Asylbewerber

Als Asylbewerber werden Sie von der Kreisverwaltung Bad Kreuznach an das Sozialamt der Stadt Bad Kreuznach oder einer Verbandsgemeinde vermittelt. Dort werden Sie in einer Unterkunft untergebracht. Sie können können dort wohnen, bis ihr Asylverfahren abgeschlossen ist. Oft wohnen dort noch weitere Asylbewerber. Wenn dort keine Wohnung vorhanden ist, kommen Sie vorläufig in der Notunterkunft des Landkreises Bad Kreuznach in Windesheim unter.

Grundsätzlich gilt:

- Behandeln Sie die Wohnung und die Einrichtungsgegenstände pfleglich und sorgsam,
- melden Sie Probleme oder Schäden in der Wohnung unverzüglich dem Sozialamt,
- nehmen Sie selbst keine baulichen Veränderungen in der Wohnung vor,
- trennen Sie ihren Müll, Hinweise dazu finden Sie hier

Wenn Ihr Asylverfahren abgeschlossen ist und Sie in Deutschland bleiben dürfen, müssen Sie zeitnah aus der Wohnung der Stadtverwaltung oder Verbandsgemeinde ausziehen und selbst eine Wohnung mieten. Die Hinweise hier können Ihnen dabei helfen, eine eigene Wohnung zu finden.

Neue Wohnung:

Haben Sie eine Wohnung gefunden? Verdienen Sie noch nicht genug Geld? Dann lassen Sie vom **Vermieter eine Mietbescheinigung** ausfüllen. Das Jobcenter prüft diese Bescheinigung. **Erst, wenn das Jobcenter zustimmt, dürfen Sie den Mietvertrag unterschreiben.**

Oft brauchen Sie für den Vermieter zusätzlich eine SCHUFA-Auskunft. Darin steht, ob Sie Schulden haben. Die SCHUFA-Auskunft ist einmal im Jahr kostenlos!

Wenn Sie den neuen Mietvertrag unterschrieben haben, informieren Sie das Sozialamt darüber, **wann Sie aus der Unterkunft ausziehen.**

Die Wohnung muss sauber sein, wenn Sie ausziehen. Geben Sie die Schlüssel an dem Tag, an dem Sie ausziehen, beim Sozialamt ab. Wenn nicht, dann **müssen Sie die Kosten für den Austausch des Schlosses übernehmen.**

Wenn Sie umgezogen sind, müssen Sie sich beim Einwohnermeldeamt der Stadtverwaltung oder der Verbandsgemeinde, in der Sie wohnen, **anmelden.**

Wohnungssuche und Miete

Wenn Sie eine Wohnung suchen, haben Sie unterschiedliche Möglichkeiten.

Sie können im Internet suchen.

Geben Sie diese Stichwörter ein:

- Wohnung gesucht
- Wohnungsangebote
- suche Wohnung
- Immobilien Angebote

Sie können in einer lokalen Zeitung nachsehen.

Hier finden Sie Immobilien-Inserate. Dort werden auch verschiedene Wohnungen angeboten. Die meisten Angebote gibt es in der Zeitung am Mittwoch und am Samstag.

In Bad Kreuznach gibt es diese Zeitungen:

- Rhein-Zeitung - Öffentlicher Anzeiger (Tageszeitung)
- VRN- Allgemeine Zeitung (Tageszeitung)
- Der Wochenspiegel (kostenlose Wochenzeitung)

In Kirn gibt es diese Zeitungen:

- Nahe Zeitung
- Öffentlicher Anzeiger Kirn (Tageszeitung)

Mitteilungsblatt in der Verbandsgemeinde

In den Verbandsgemeinden gibt es ein kostenloses Mitteilungsblatt einmal in der Woche. Hier werden auch lokale Mietangebote für Wohnungen unter der Rubrik Kleinanzeigen veröffentlicht.

Verbandsgemeinde Rüdesheim (Mitteilungsblatt)

Verbandsgemeinde Bad Kreuznach (Amtsblatt)

Verbandsgemeinde Langenlonsheim (Mitteilungsblatt)

Verbandsgemeinde Nahe-Glan (Mitteilungsblatt)

Verbandsgemeinde Kirner Land (Mitteilung)

Wohnungsbaugesellschaften in der Stadt und im Landkreis Bad Kreuznach

Die Vermieter mit den meisten Wohnungen im Landkreis sind die Wohnungsbaugesellschaft und Wohnungsbaugenossenschaften. Sie bauen und verwalten auch viele Sozial-Wohnungen. Dort tragen Sie sich auf einer Warteliste ein. Manchmal müssen Sie vorher Mitglied in der Genossenschaft werden.

Gemeinnütziger Bauverein eG
Mittlerer Flurweg 20, 55543 Bad Kreuznach

0671/68237

kontakt@bauverein-kh.de

https://www.bauverein-kh.de

GEWOBAU GmbH Bad Kreuznach

GEWOBAU GmbH Bad Kreuznach

0671/841840

info@gewobau.net

https://www.gewobau.net

Gemeinnützige Baugenossenschaft eG, Kirn
Übergasse 3, 55606 Kirn

06752/135210

info@baugenossenschaft-kirn.de

https://www.baugenossenschaft-kirn.de

Wohnberatung und Unterstützung bei der Wohnungssuche

Sie suchen eine Wohnung. Sie können bei der Wohnberatung nach Hilfe fragen. Dort werden Sie ehrenamtlich beraten. Rufen Sie dort an. Vereinbaren Sie dafür einen Termin.

Aktiv für Flüchtlinge 2.0 (Interkulturelle Gemeinde/ Ev. Kirchenkreis an Nahe und Glan)
Kurhaus Str.1, 55543 Bad Kreuznach

0671/4837799

Wenn Sie wenig Einkommen haben können Sie vielleicht Wohngeld erhalten.

Informationen zum Thema Wohngeld finden Sie Wohngeld

Miete und Mietvertrag

Sie haben eine Wohnung gefunden.

Herzlichen Glückwunsch. Diese Wohnung mieten Sie von einer Person. Diese Person ist Ihr Vermieter oder Ihre Vermieterin. Mit dieser Person schließen Sie einen Vertrag. Der Vertrag sagt, dass Sie in der Wohnung wohnen dürfen. Er heißt Mietvertrag. Der Mietvertrag regelt die Rechte und Pflichten. Sie haben Rechte und Pflichten. Und Ihr Vermieter oder Ihre Vermieterin hat Rechte und Pflichten. Sie müssen zum Beispiel jeden Monat Geld bezahlen. Das ist die Miete. Ihr Vermieter oder Ihre Vermieterin muss Ihnen die Wohnung überlassen. Er oder sie muss sich auch um Reparaturen an der Wohnung kümmern.

Der Mietvertrag ist ein wichtiges Dokument. In ihm steht der Preis der Wohnung. Dort steht auch, ob Sie in der Wohnung rauchen oder Wäsche waschen dürfen. Alles ist in dem Vertrag schriftlich festgehalten. Sie verstehen etwas in dem Vertrag nicht? Fragen Sie nach. Am besten, bevor Sie den Vertrag unterschreiben.

Die Miete besteht aus der Nettokaltmiete und den Nebenkosten. Die Nebenkosten zahlen Sie auch jeden Monat. Damit bezahlen Sie laufende Kosten. Unter anderem die Reinigung des Treppenhauses oder die Gartenarbeitskraft. Auch die Müllabfuhr bezahlen Sie damit. Diese Nebenkosten teilen sich alle Bewohner und Bewohnerinnen des Hauses untereinander. Menschen mit einer größeren Wohnung zahlen mehr.

Nur Sie haben einen Schlüssel zu Ihrer Wohnung. Passen Sie gut auf den Schlüssel auf. Sie haben den Schlüssel verloren? Dann muss ein Schlüsseldienst kommen. Ein Schlüsseldienst kann teuer sein. Manchmal braucht der Vermieter oder die Vermieterin Zugang zu Ihrer Wohnung. Manchmal brauchen auch andere Personen Zugang zu Ihrer Wohnung. Dafür müssen Sie über den Besuch informiert werden. Oft passiert dies per Post oder Telefon. Dies kann insbesondere nötig sein, wenn ein Handwerker oder eine Handwerkerin in Ihre Wohnung muss. Sie wollen etwas bei Ihnen reparieren. Oder die Stadtwerke oder Ihr Energieversorger müssen ablesen, wie viel Wasser oder Strom Sie verbraucht haben.

Sie wollen kündigen?
Deutschland schützt mietende und vermietende Personen. Sie können nicht einfach von heute auf morgen kündigen. Sie müssen Ihren Vermieter oder Ihrer Vermieterin mindestens drei Monate vorher schreiben. Machen Sie eine Kündigung immer schriftlich. Lassen Sie sich eine Kündigung bestätigen.

Wohngeld

Sie zahlen Miete für eine Wohnung. Sie können unter bestimmten Voraussetzung Wohngeld erhalten. Es gibt zwei unterschiedliche Arten von Wohngeld. Den Mietzuschuss oder den Lastenzuschuss. Genaue Informationen erhalten Sie bei dem Sozialamt

Wie und wo kann Wohngeld beantragt werden:
Wohngeld können Sie erhalten, wenn Sie einen Antrag stellen. Sie müssen die Voraussetzungen nachweisen.

Den Antrag stellen Sie bei der Verwaltung Ihrer Verbandsgemeinde oder der Kreisverwaltung Bad Kreuznach.

Die Karte zum Landkreis Bad Kreuznach mit den Verbandsgemeinden finden Sie hier

Antragsformulare für Wohngeld finden Sie hier.

Den Antrag können Sie auch digital auf der Homepage der Kreisverwaltung Bad Kreuznach stellen. Hier geht es zum Onlineantrag.

Wohnen Sie in der Stadt Bad Kreuznach, ist der Antrag bei der Stadtverwaltung Bad Kreuznach - Wohngeldstelle zu stellen.

Wer kann kein Wohngeld bekommen?

Sie können vom Wohngeld ausgeschlossen sein. Das ist wenn Sie andere Leistungen vom Staat erhalten. Wenn Sie zum Beispiel **Transferleistungen bekommen.** Und wenn die Kosten der Unterkunft dabei berücksichtigt worden sind. Genaue Informationen erhalten Sie bei Ihrem Sozialamt

Weiterführende Informationen im Internet
Wohngeldtabelle, Antragsvordrucke etc.
Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen
Finanzministerium Rheinland-Pfalz

Dokumente zum Download:

Flyer zu Wohngeld-Plus

Hausordnung

In Städten wohnen oft **mehrere Menschen in einem Haus.** Damit sie gut zusammen wohnen können, braucht es **Regeln.** Diese Regeln werden in der **Hausordnung** festgelegt. Besonders wichtig ist in Deutschland **die Ruhezeit.** Schauen Sie in Ihre Hausordnung, ab welcher Uhrzeit es ruhig sein muss. Oft ist dies der ganze Sonntag. An den anderen Tagen ist dies oft **ab 22 Uhr**. Achten Sie darauf, nicht zu laut zu sein. Menschen in der Umgebung sind zu laut? Dann sprechen Sie sie an. Bitten Sie sie, die Musik oder den Fernseher leiser zu stellen.

Lüften / Heizen

Wenn Sie richtig lüften und heizen verbessern Sie die Luft in Ihrer Wohnung. Sie verhindern Schimmel an den Wänden. Sie sorgen für ein gesundes Raumklima. Sie erhalten damit Ihre Gesundheit und die Gesundheit Ihrer Kinder.

Ausführliche Informationen und hilfreiche Tipps finden Sie auf folgenden Stellen:

- Umweltbundesamt
- Verbraucherzentrale
- WWF

Putzen - Waschen

Sauber Putzen

Mit Reinigungsmitteln können Sie den Haushalt sauber und hygienisch halten. Dosieren Sie Putzmittel richtig und sparsam. Weniger Reiniger ist gut für die Umwelt. Es ist wichtig für unsere eigene Gesundheit und für unsere Kinder.

Für viele Flächen und Schmutzarten verwenden Sie:

- Neutralreiniger, Allzweckreiniger oder Universalreiniger (nicht für Linoleum!)
- Microfasertücher nur mit Wasser
- keine antibakteriellen Reinigungsprodukte verwenden

Spülmittel verwenden Sie:

- für den Geschirrabwasch von Hand im Spülbecken, stark fettlösend
- für die Spülmaschine nur Spezialreiniger oder Tabs verwenden

Bad und WC

- wischen Sie die Waschbecken, Duschen, Badewannen sofort nach dem Benutzuen trocken
- Gegen Kalk und Urinstein benutzen Sie Zitronenreiniger oder Essigreiniger
- Verstopfung vom Abfluss verhindern Sie durch Auffangsiebe. Bei Verstopfung verwenden Sie eine Saugglocke oder Spirale
- Verwenden Sie einen Abflussreiniger, wenn die Spirale nicht wirkt.

Fenster reinigen

- Fenster putzen Sie mit Glasreiniger. wenn Sie zu viel Reinigungsmittel verwenden gibt es Schlieren auf der Scheibe
- Glasscheiben puten Sie mit Fenstertuch oder Fensterleder und Gummilippe

Lufterfrischer

- lüften Sie mehrmals am Tag

Wasser sparen

Gut 125l Trinkwasser verbraucht jeder von uns Tag für Tag. Nur etwa 3l werden getrunken oder zur Essenszubereitung genutzt. Vermeiden Sie unnötigen Wasserverbrauch.

Nicht in das Abwasser (WC) sondern in den **Restmüll** geben Sie:

- Wattestäbchen
- Tampons oder Menstruationsbinden
- Kondome
- Windeln
- Medikamente
- Farbreste (wie nach der Renovierung)
- Katzenstreu
- Zigaretten

Lebensmittelreste geben Sie immer in die Bio-Mülltonne und nicht in das WC!

Wäsche waschen und trocknen

Zwei bis Drei Waschmitteltypen reichen in der Regel aus, damit alle Textilien sauber werden. Wenn Sie Flecken mit Waschmittel oder Gallseife vorbehandeln, können Sie das Waschmittel in der Waschmaschine sparsamer dosieren.

- Colorwaschmittel für bunte und weiße Wäsche
- Fein- und Wollwaschmittel für Seide, Wolle und Daunen
- Vollwaschmittel für weiße Wäsche, es enthält Bleichmittel
- Gardinenwaschmittel enthält Schaumbremse und Bleichmittel
- Gallseife oder Fleckenmittel gegen Flecken

Bitte achten Sie darauf, dass durch das Waschen und Trocknen Ihrer Wäsche keine Schäden an der Wohnung entstehen – wie beispielsweise Schimmel oder Wasserschäden auf Fußböden oder an Wänden.

In Ihrem **Mietvertrag** oder Ihrer **Hausordnung** finden Sie Hinweise, wo Sie Ihre Wäsche zum Trocknen aufhängen können.

Strom sparen

Sie brauchen Strom im Alltag. Strom kostet Geld. Wenn Sie wenig Strom verbrauchen, sparen Sie Geld. Sie bekommen Leistungen vom Jobcenter oder vom Sozielamt? Sie möchten wissen, wie Sie Strom sparen können? Hier bekommen Sie eine kostenlose Beratung:

Strom-Spar-Check

Termine nach Vereinbarung

Bahnstraße 26, 55543 Bad Kreuznach

Diana Dahm
0671/8382819 oder 0151/22270544

stromspar-check@caritas-rhn.de

Stromsparcheck