

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 anderen 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 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.

- [Tafel Idar-Oberstein](#)
- [Tafel Baumholder](#)
- [Tafel Birkenfeld](#)

Im Landkreis Birkenfeld gibt es auch mehrere Kleiderkammern. Dort gibt es kostenlos gespendete gut erhaltene Kleidung. Bei einigen müssen Sie sich vorher anmelden.