

Inhaltsverzeichnis

Behörden und Beratung	5
Willkommen im Bodenseekreis	5
Notrufnummern - SOS	6
Jugend, Soziales und Gesundheit im Landratsamt Bodenseekreis	7
Sozialamt	7
Jobcenter	8
Jugendamt	8
Gesundheitsamt	9
Amt für Migration und Integration	10
Beratung und Hilfe für Zugewanderte	11
Migrationsberatungsstellen für Erwachsene (ab 27 Jahren)	11
Jugendmigrationsdienste	12
Integrationsbeauftragte	13
Flüchtlingssozialarbeit und Integrationsmanagement	14
Beratung zur freiwilligen Rückkehr ins Heimatland	15
EU-Migranten, Spätaussiedler und Fachkräfte	16
Asyl und Geflüchtete	17
Aufenthaltsstatus	17
Asylantrag	20
Anträge stellen: Mehrsprachige Hilfen	21
Wichtige Adressen auf Landes- und Bundesebene	21
Welcome Center	26
Deutsch lernen	27
Sprachniveau und Zertifikate	27
Integrationskurse	28
Deutschkurse für Asylsuchende	31
Weitere Sprachkursangebote für Familien und Kinder	31
Selbstständig Deutsch lernen	32
Ehrenamtliche Sprachangebote	33
Dolmetscher und Übersetzer	33
Einstufung Deutschkenntnisse im Landratsamt Bodenseekreis (Zentrale Einstufung)	34
Zusammenleben, Alltag, Wohnen	34
Zusammenleben in der Gesellschaft	34
Rechtsstaat und Grundgesetz	34
Persönliche Freiheit und Gleichberechtigung	36
Demokratie und Antidiskriminierung	36
Vielfalt leben: Lesbisch, Schwul, Bisexuell, Trans* und Inter* (LSBTI)	37
Religion	38
Alltag	39
Führerschein	39
Girokonto	39
Internet und Free WIFI	40
Haftpflichtversicherung	41
Verträge und Mobiltelefon	41
Mülltrennung	42
Rundfunkgebühren	46
Steuern und Steuererklärung	46
Schulden und Schuldnerberatung	47
Haustiere und Steuern	48

Wohnen	48
Wo suche ich eine Wohnung?	48
Welche Unterlagen brauche ich?	49
Unterstützung und Beratung	52
Begriffe und Kosten	53
Verhalten in der Wohnung	55
Unterkünfte für Asylsuchende und Spätaussiedler	55
Kultur, Freizeit, Ehrenamt	56
Vereine und Freizeit	56
Vereine im Bodenseekreis	56
Kulturvereine	57
Sportvereine	58
Kino, Kultur, Kunst	58
Jugendarbeit und Jugendfreizeit	58
Jugendtreffs	58
Mitmachen Ehrensache	61
Jugendmedienwoche	62
Ehrenamt	62
Bürgerschaftliches Engagement	62
Helferkreise für Zugewanderte	63
Ausbildung, Arbeit und Studium	64
Ausbildung und Schule	64
Ausbildung (dual und vollschulisch)	64
Berufliche Schulen	65
Berufsorientierung	68
Beratungsstellen und Ausbildungsförderung	70
Inklusion und Ausbildung mit einer Behinderung	71
Arbeit	73
Jobsuche	73
Arbeitslosigkeit	73
Arbeitsmarktzugang	75
Anerkennung ausländischer Bildungsabschlüsse	76
Bewerbungen und Vorstellungsgespräche	77
Arbeitsvertrag	79
Selbstständigkeit	80
Rente	81
Inklusion und Arbeiten mit einer Behinderung	82
Studium	84
Studieren an einer Hochschule	84
Studienberatung und Studienorientierung	86
Studieren als Geflüchteter	87
Finanzierung und Stipendium	89
Inklusion und Studieren mit einer Behinderung	90
Kita, Schule und Bildung	90
Schule	90
Schulsystem	90
Einschulungs-Untersuchung	92
Mehrsprachige Erklärungen zum Thema Schule	93
Beratungsstellen und Bildungsförderung	94
Inklusion und Schüler mit Behinderung	96
Kita	97

Arten von Kinderbetreuung	97
Kindergarten	99
Inklusion und Kinder mit Behinderung	100
Erwachsenenbildung	101
Weiterbildung	101
Bibliotheken	102
Familie	103
Familienplanung, Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft	103
Sexualität, Verhütung und Gesundheit	103
Schwangerschaft und Geburt	105
Beratung und Unterstützung bei Schwangerschaft und Geburt	107
Familienleistungen	108
Standesamt und Sorgerecht	110
Unterstützung für Familien	111
Hilfe bei häuslicher Gewalt	111
Kindeswohl-Förderung	112
Unterstützung bei familiären Krisen	112
Existenzsicherung	113
Behinderung und Beeinträchtigung des Kindes	116
Interkulturelles Elternlotsen-Programm	118
Kinder und Gesundheit	118
Kinderarzt und Untersuchungen	119
Zahngesundheit	119
Kinder und Medien	119
Begegnungsorte	121
Familientreffs	121
Jugendtreffs	126
Familie, Migration und Flucht	126
Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge	126
Familiennachzug und Familienzusammenführung	127
Gesundheit und Soziales	128
Allgemeines	128
Arztbesuch und Krankenhaus	128
Medikamente und Apotheken	129
Hygiene und Impfschutz	130
Krankenversorgung über die Krankenkasse	131
Krankenversorgung über Asylbewerberleistungen	131
Verständigungshilfen und mehrsprachige Informationen	132
Obligatorische Anschlussversicherung (OAV)	132
Kinder und Gesundheit	133
Psychische Gesundheit	133
Beratung bei psychischer Erkrankung	133
Flucht und Trauma	135
Suchtberatung und Suchthilfe	136
Beratung bei Sucht und Drogen	136
Behinderung und Inklusion	138
Beratung bei Behinderung	138
Wegweiser Lebensende	140
Senioren und Pflege	141
Senioren- und Pflegeberatung im Bodenseekreis	141
Mobilität	144

Nachhaltige Mobilität	145
Mitfahrgelegenheiten	146
Auto	146
Führerschein	146
Führerschein Umschreibung	147
Führerscheinprüfung	149
Öffentliche Verkehrsmittel (ÖPNV)	151
Der öffentliche Nahverkehr	151
Der Fernverkehr	155
Baden-Württemberg-Ticket	157
Deutschlandticket	158
D-Ticket JugendBW	159
bwegt-App	161
Vergünstigte Fahrkarten bei geringem Einkommen	162
Mobil sein	163
Zu Fuß gehen	163
Parken	164
Besondere Parkbereiche	165
Park + Ride	167
Bezahlkarte	168

Behörden und Beratung

Willkommen im Bodenseekreis

Was ist ein Landkreis?

Der Bodenseekreis ist ein **Landkreis**, der **23 Gemeinden und Städte** umfasst. Das **Landratsamt** ist die **kommunale Behörde** des Landkreises.

Im Bodenseekreis leben etwa **224.200 Menschen**. Friedrichshafen ist die größte Stadt mit fast 62.000 Einwohnern. Danach folgen Überlingen, Salem und Tettang.

Im Landkreis gibt es **viele Verwaltungen, Behörden und Ämter**. Die sind für unterschiedliche Dinge zuständig.




Wer ist zuständig: Landratsamt Bodenseekreis oder die Gemeinde bzw. das Rathaus?

Grundsätzlich ist das **Rathaus** für die Fragen seiner Bürgerinnen und Bürger zuständig. Zum Beispiel für die **Anmeldung bei einem Zuzug in eine neue Gemeinde**. Wenden Sie sich deshalb zuerst an das Rathaus Ihrer Gemeinde oder Stadt. Dort wird Ihnen gesagt, was das Rathaus macht und Ihre Gemeinde anbietet. Zum Beispiel Integrationsberatung und ehrenamtliche Angebote.

Für die vielen kleineren Gemeinden im Bodenseekreis übernimmt das **Landratsamt weitere Aufgaben**. Im Landratsamt sind zum Beispiel die Ausländerbehörde, das Sozialamt, das Jugendamt, das Gesundheitsamt, die Kraftfahrzeug- und Führerschein-Zulassung und vieles mehr. Als kommunale Behörde des Landkreises prüft das Landratsamt die Rechtmäßigkeit von Entscheidungen der Gemeinden.

Friedrichshafen und **Überlingen** sind **Große Kreisstädte** und haben daher zusätzliche Aufgaben. Sie haben zum Beispiel eine eigene Ausländerbehörden.

Ich bin unsicher: Wer ist zuständig für mich?

Fragen Sie am Besten in Ihrer Gemeinde vor Ort, wann das Rathaus und wann das Landratsamt für Sie zuständig ist. Sie können außerdem die **Rufnummer**  [115](tel:115) (ohne Vorwahl) anrufen.

Wo finde ich die Kontaktdaten für meine Gemeinde?

Auf der Webseite des Landratsamtes finden Sie die Kontaktdaten und Öffnungszeiten der Gemeinden und Städte und weitere Informationen:

 www.bodenseekreis.de

Notrufnummern - SOS


Ein Notfall ist eine akute Gefahr für die Gesundheit. Eine Notärztin oder einen Notarzt bzw. Rettungsdienst kontaktieren Sie ausschließlich bei einem Notfall oder einer akuten Gesundheitsbedrohung.

Notfallkontakte

Polizei  [110](tel:110)

Feuerwehr, Rettungsdienst, Seenotrettung  [112](tel:112)

Krankenwagen, Notarzt  [112](tel:112)

 Die Notrufnummern der Handys funktionieren immer, auch bei Prepaid-Karte ohne Guthaben/Geld!

Wichtige Angaben bei einem Notruf

- **Wer** ruft an (Ihr Name)?
- **Wo** ist etwas passiert (Adresse)?
- **Was** ist passiert?
- **Wie viele** Verletzte oder Kranke gibt es?
- **Welche Art** von Krankheiten oder Verletzungen liegen vor?
- **Warten** auf Rückfragen!

Bleiben Sie ruhig. Sprechen Sie langsam und deutlich, damit man Sie besser versteht. Beenden Sie nicht das Gespräch. Die Notrufstelle / die Polizei beendet das Gespräch, wenn alle wichtigen Informationen übermittelt sind.

Vergessen Sie Ihren Ausweis bzw. Ihren Ankunftsnachweis nicht, wenn Sie ins Krankenhaus gehen! Wenn Sie bei einer Krankenkasse angemeldet sind, bringen Sie auch Ihre Versichertenkarte mit.

Jugend, Soziales und Gesundheit im Landratsamt Bodenseekreis

Das Landratsamt Bodenseekreis besteht aus vielen verschiedenen Ämtern. Jedes Amt übernimmt unterschiedliche Aufgaben.

Eine Übersicht für alle Ämter finden Sie unter der Seite: www.bodenseekreis.de

Rufen Sie die Rufnummer [115](tel:115) (ohne Vorwahl) an, um herauszufinden welches Amt für Ihre Frage zuständig ist.

Sozialamt

Das Sozialamt unterstützt die Menschen, die sich in schwierigen Lebenssituationen befinden. Das Amt ist Ihr erster Ansprechpartner über diese Themen, wie dem Lebensunterhalt, der Grundsicherung, der Behinderung und der Pflege.

Die Aufgaben des Sozialamtes sind:

- [Die Eingliederungshilfe für Behinderte](#)
- [Die Landesblindenhilfe](#)
- [Die Grundsicherung](#)
- [Das Wohngeld](#)
- [Die BAföG- und die AFBG-Leistungen](#)
- [Die Hilfe zur Pflege](#)
- [Die Altenhilfe](#)
- [Die Heimaufsicht](#)
- [Das Versorgungsamt und der Behindertenausweis](#)
- [Die Schuldnerberatung](#)
- [Das Soziale Entschädigungsrecht für die Opfer und die Geschädigten](#)
- [Die Betreuung und die Vorsorgeverfügung](#)

Das Sozialamt des Landratsamts Bodenseekreis

Der Kontakt:

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/2045451](tel:075412045451)

■ amtsleitung.sozialamt@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

■ **Wichtiger Hinweis für die Sozialhilfe**

Menschen in Arbeit, die den eigenen Lebensunterhalt nicht finanzieren können, werden im Landratsamt durch das [Jobcenter](#) betreut. Dort können sie das Arbeitslosengeld II ("Hartz IV") für sich selbst bzw. das Sozialgeld für die nicht erwerbsfähigen Angehörigen beantragen.

Jobcenter

Das Jobcenter im Bodenseekreis ist für die Gewährung von dem Bürgergeld zuständig. Anspruch auf das Bürgergeld hat, wer erwerbsfähig und hilfsbedürftig ist. Das ist zum Beispiel der Fall, wenn Sie arbeitslos sind oder so wenig verdienen, dass Sie Ihren Lebensunterhalt nicht selbst finanzieren können.

Die Aufgaben des Jobcenters sind:

- Sie sichern den Lebensunterhalt von den Arbeitssuchenden finanziell durch eine Grundsicherung, das Bürgergeld.
- Sie kümmern sich um die Beziehenden von dem Bürgergeld und vermitteln sie an mögliche Arbeitgebende.
- Sie fördern die Eingliederungsmaßnahmen und die berufliche Weiterbildung.
- Sie unterstützen ihre Kundinnen und Kunden bei den speziellen Problemen. Wie zum Beispiel durch die Suchthilfe, die Schuldnerberatung oder die psychosoziale Betreuung.

Wer hat darauf Anspruch ?

Unter diesem Link finden Sie heraus, wer den Anspruch darauf hat:

■ <https://www.bodenseekreis.de/soziales-gesundheit/...>

Welche Leistungen gibt es alles?

Unter diesem Link finden Sie heraus, welche Leistungen es alles gibt:

■ <https://www.bodenseekreis.de/soziales-gesundheit/...>

Die Antragstellung

Unter diesem Link finden Sie die Informationen für die Antragstellung heraus:

■ <https://www.bodenseekreis.de/soziales-gesundheit/...>

Das Jobcenter des Landratsamts Bodenseekreis

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541 204-3800](tel:075412043800)

■ jobcenter@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

■ Noch einige weitere Informationen über das Thema Arbeit, Ausbildung und Studium [finden Sie hier über diesen Link](#) heraus .

Jugendamt

Das Jugendamt unterstützt alle Kinder, Jugendliche und Eltern in schwierigen Lebenslagen. Zum Beispiel wenn man keine mehr Arbeit findet, sich von seinem Partner oder seiner Partnerin trennt oder sich von dieser scheiden lässt, aber auch bei den finanziellen Schwierigkeiten und dem Stress im Alltag.

Die Aufgaben des Jugendamts im Bereich der Sozialen Dienste sind:

- Die Adoption und die Adoption von den Stiefkindern
- Der allgemeine Soziale Dienst
- Die Betreuungshilfe und die sozialpädagogische Familienhilfe
- Der Fachdienst Eingliederungshilfe
- Der Fachdienst gemeinsame Erziehung der behinderten und der nicht behinderten Kinder in Kindergarten und Schule
- Die Förderung der Familie
- Die Jugendbegleitung

Die Aufgaben des Jugendamts in dem Bereich der Verwaltung sind:

- Die Beistandschaften, die Pflegschaften und die Vormundschaften
- Der Unterhaltsvorschuss
- Die wirtschaftliche Jugendhilfe

Mehr Informationen über das Jugendamt finden Sie [hier unter diesem Link](#) heraus.

Das Jugendamt des Landratsamts Bodenseekreis

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/2045617](#)

■ jugendamt@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Gesundheitsamt

Die Aufgabe des Gesundheitsamts ist es die Gesundheit der Bevölkerung zu fördern und zu schützen.

Die Aufgaben des Gesundheitsamtes sind:

- Die amtsärztliche Untersuchungen
- Das Infektionsschutz und die Umwelthygiene
- Die Zahngesundheit
- Die Kinder- und Jugendgesundheit, die Prävention und die Gesundheitsförderung

Wenn Sie noch mehr Informationen brauchen: Die Aufgaben und die Bereiche des Gesundheitsamts, finden Sie auch [hier unter diesem Link](#).

Das Gesundheitsamt des Landratsamts Bodenseekreis

Der Kontakt:

■ [Albrechtstrasse 75, 88045 Friedrichshafen](#)
■ [07541/2045852](#) und [07541/2045853](#)
■ gesundheitsamt@bodenseekreis.de
■ www.bodenseekreis.de

Amt für Migration und Integration

Das **Amt für Migration und Integration** trägt dazu bei, dass sich die Flüchtlinge und die Migrantinnen und die Migranten schneller und besser integrieren können.

Die Aufgaben des Amts für Migration und Integration sind:

- [Die Aufnahme, die Erstunterbringung und die Leistungsverwaltung](#)
- [Die Koordination von Sprache & Arbeitsmarkt](#)
- [Die Koordination von Bildung](#)
- [Das bürgerschaftliche Engagement](#)
- [Das Integrationsmanagement](#)
- [Die Rückkehrberatung](#)
- [Die Ausländerbehörde](#)

Das Amt für Migration und Integration des Landratsamts Bodenseekreis

Der Kontakt:

■ [Albrechtstraße 75, Zimmer A 407, 88045 Friedrichshafen](#)
■ [07541/2045099](#)
■ migration@bodenseekreis.de
■ www.bodenseekreis.de

Die Menschen, die keine EU-Bürger sind, benötigen einen Aufenthaltstitel, um in Deutschland leben und arbeiten zu dürfen. **Die Ausländerbehörde** ist zuständig für die Erteilung von den Aufenthaltstiteln.

Die Aufgaben der Ausländerbehörde sind:

- Die Aufenthaltsgestattung ausstellen und verlängern
- Die Aufenthaltserlaubnis beantragen und verlängern
- Die Beantragung der Arbeitserlaubnis
- Die Ausnahmegenehmigungen für Reisen
- Und noch vieles mehr

Die Ausländerbehörde des Landratsamts Bodenseekreis ist, auf dieser Karte, für die in Gelb markierten Gemeinden zuständig.



Die Ausländerbehörde des Amts für Migration und Integration des Landratsamts Bodenseekreis

Der Kontakt:

■ [Albrechtstrasse 75, Zimmer A E24, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/2045410](tel:075412045410)

■ www.bodenseekreis.de

■ Die Liste der zuständigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, nach dem Anfangsbuchstaben des Nachnamens, finden Sie [hier unter diesem Link](#).

Es gibt neben der [Ausländerbehörde des Landratsamts Bodenseekreis](#) gibt es hier im Landkreis auch noch die [Ausländerbehörde der Stadt Überlingen](#) und die [Ausländerbehörde der Stadt Friedrichshafen](#). Diese sind zusätzlich auch für die Gemeinden Immenstaad oder auch Owingen und für Sipplingen zuständig.

Mehr Informationen über das Ausländerwesen finden Sie auch [hier unter diesem Link](#).

Beratung und Hilfe für Zugewanderte

Migrationsberatungsstellen für Erwachsene (ab 27 Jahren)

Die Migrationsberatung bietet Unterstützung für alle Menschen mit Migrationshintergrund, die älter als 27 Jahre sind. Sie hilft bei Fragen zum Aufenthalt, zur Arbeit, zur Bildung, zur Sprache und zur Integration in die Gesellschaft. Ziel ist es, die Integration zu verbessern und den Zugang zu wichtigen Informationen zu erleichtern.

Die Migrationsberatung umfasst die folgenden Themen:

- Den Nachzug vom Ehegatten, von den Kindern und auch weiteren Familienangehörigen
- Die Integrationskurse und die Sprachkurse für Deutsch
- Die Anerkennung von ausländischen Schul- und Studienabschlüssen, wie die Orientierungs- und die Erstberatung
- Die Bildungs- und die Sozialversicherungssysteme, wie Info und Aufklärung
- Die Behörden, wie die Erklärung von Bescheiden und das Vorgehen
- Die finanzielle Unterstützung, wie die Hilfe bei Anträgen

- Die ausländerspezifischen Themen, wie das Aufenthaltsrecht oder die Arbeitserlaubnis
- Das Leben und das Arbeiten in Deutschland

Die Stellen

Das Deutsches Rotes Kreuz - Kreisverband Bodenseekreis e.V. an den Standorten in Friedrichshafen und in Uhdlingen-Mühlhofen

Der Kontakt:

- [Rotkreuzstraße 2, 88046 Friedrichshafen](#)
- [Hallendorfer Str. 8, 88690 Uhdlingen-Mühlhofen](#)
- [07541/5040](#)
- info@drk-kv-bodenseekreis.de
- www.drk-kv-bodenseekreis.de/

Der Caritasverband Linzgau-Bodensee e. V. am Standort in Überlingen

Der Kontakt:

- [Jahnstraße 3, 88662 Überlingen](#)
- [07551/83030](#)
- info@caritas-linzgau.de
- www.caritas-linzgau.de

■ Die Beratungsstelle, die sich an Jugendlichen und jungen Erwachsenen zwischen 12 und 27 Jahren richtet, finden Sie unter diesem Link: [Jugendmigrationsberatungen](#).

Jugendmigrationsdienste

Die Jugendmigrationsdienste (JMD) unterstützen junge zugewanderte Menschen im Alter von 12 bis 27 Jahren. Sie helfen Ihnen, sich so schnell wie möglich in Deutschland einzuleben und unterstützen Sie bei folgenden Themen:

- Bei Fragen zur allgemeinen Orientierung
- Die Schule, die Ausbildung und den Beruf
- Bei persönlichen Fragen
- Die finanziellen und rechtlichen Angelegenheiten

Hier finden Sie die Jugendmigrationsdienste im Bodenseekreis

Das CJD Bodensee-Oberschwaben in Friedrichshafen

Der Kontakt:

■ [Konstantin-Schmäh-Str. 31, 88045 Friedrichshafen](https://www.konstantin-schmah-str.de)
■ [07541/20750](https://www.0754120750.de)
■ info.friedrichshafen@cj-d.de
■ www.cjd-bodensee-oberschwaben.de

Das CJD Bodensee-Oberschwaben in Überlingen

Der Kontakt:

■ [Johann-Kraus-Str. 9, 88662 Überlingen](https://www.johann-kraus-str.de)
■ [07551/9495080](https://www.075519495080.de)
■ info.ueberlingen@cj-d.de
■ www.cjd-bodensee-oberschwaben.de

■ Die Beratungsstelle, die sich an Zugewanderte über 27 Jahren richtet, finden Sie unter diesem Link: [Migrationsberatung für Erwachsene](#).

Integrationsbeauftragte

Hier finden Sie die Kontaktdaten der Ansprechpersonen für Integration. Für den Bodenseekreis und für die Städte und Gemeinden im Bodenseekreis. Sie helfen Ihnen bei allen Fragen zur Integration und Hilfe für Geflüchtete.

Die Ansprechperson für den Landkreis Bodenseekreis

Landratsamt des Bodenseekreises

Der Kontakt:

■ Frau Monika Schanz
■ [07541/2045359](https://www.075412045359.de)
■ monika.schanz@bodenseekreis.de

Die Ansprechpersonen in den Städten und Gemeinden

Die Gemeinde Bermatingen

Der Kontakt:

■ Frau Tatiana Ayala Cerna
■ [07544/950231](https://www.07544950231.de)
■ t.ayala-erna@bermatingen.de

Die Gemeinden Eriskirch, Langenargen und Kressbronn

Der Kontakt:

■ Herr Mirko Meinel
■ [07543/932418](https://www.07543932418.de)
■ meinel@gvv-ekl.de

Die Stadt Friedrichshafen

Der Kontakt:

■ Herr Basian Rädle




[07541 203 52020](tel:0754120352020)



b.raedle@friedrichshafen.de

Die Stadt Markdorf

Der Kontakt:

 Herr Andrés Krautz Vargas



[07544 500286](tel:07544500286)



integrationsbeauftragter@markdorf.de

Die Gemeinde Meckenbeuren

Die Stelle ist aktuell ist nicht besetzt.

Die Gemeinde Salem

Der Kontakt:

 Frau Mersida Merdovic

 [07553/82338](tel:0755382338)

 mersida.merdovic@salem-baden.de

Die Stadt Tettngang

Der Kontakt:

 Frau Andrea Seibt


 [07542 510141](tel:07542510141)

 integration@tettngang.de

Die Stadt Überlingen und die Gemeinde Owingen

Der Kontakt:

 Frau Elke Dachauer

 [07551991228](tel:07551991228)

 e.dachauer@ueberlingen.de

Die Gemeinde Uhdlingen-Mühlhofen

Der Kontakt:

 Frau Susanne Hofmaier

 [07556 71754](tel:0755671754)

 s.hofmaier@uhldingen-muehlhofen.de

Flüchtlingssozialarbeit und Integrationsmanagement

Die Flüchtlingssozialarbeit

Die Flüchtlingssozialarbeiter sind eine der ersten Ansprechpersonen für Geflüchtete in den Gemeinschaftsunterkünften. Sie begleiten Geflüchtete bei Ihren ersten Schritten in ein Leben hier im Bodenseekreis.

■ Mehr Informationen und Kontaktangaben finden Sie auf der Seite: www.bodenseekreis.de

Das Integrationsmanagement

Die Integrationsmanager sind die Ansprechpartner für alle Geflüchtete, die von einer Gemeinschaftsunterkunft in eine Anschlussunterkunft gezogen sind. Sie unterstützen in vielen Bereichen: Wohnen, bei der Sprache, bei der Bildung, bei der Arbeitssuche, bei der Freizeit, bei der Gesundheit und mit den Behörden.

■ Mehr Informationen und Kontaktangaben finden Sie auf der Seite: www.bodenseekreis.de

Für Rückfragen wenden Sie sich bitte an:

Das Amt für Migration und Integration des Landratsamts Bodenseekreis Die Koordination der Flüchtlingssozialarbeit und des Integrationsmanagements

■ Dr. Dennis Kröh

■ [07541/2043369](tel:075412043369)

■ dennis.kroeh@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Beratung zur freiwilligen Rückkehr ins Heimatland

Möchten Sie wieder zurück in Ihr Heimatland?

Das Landratsamt Bodenseekreis bietet Beratung für Geflüchtete und Asylsuchende an. Diese Beratung ist für Menschen, die freiwillig in ihr Heimatland zurück möchten. Die freiwillige Rückkehr kann ein guter Neustart im Heimatland sein.

Wir beraten Sie gerne, wenn Sie...

- ...im Besitz einer Duldung sind
- ...verpflichtet sind, Deutschland zu verlassen
- ...ein vorübergehendes oder befristetes Aufenthaltsrecht haben
- ...sich in einem laufenden Asylverfahren befinden
- ...ein Spätaussiedler sind
- ...bedürftig sind und kein eigenes Einkommen haben
- ...im Bodenseekreis wohnen

Die Beratung ist freiwillig und kostenlos. Sie müssen danach nicht ausreisen. Die Beratung hat keinen Einfluss auf Ihr Asylverfahren. Es entstehen keine Nachteile für Sie und Sie können sich einfach informieren.


Welche Unterstützung gibt es?

- Die Beschaffung der notwendigen Dokumente


- Die Übernahme der Reisekosten
- Die Starthilfen
- Die schulische und berufliche Qualifizierung
- Die Existenzgründung
- Die medizinische Versorgung
- Die Zusammenarbeit mit den Organisationen vor Ort

Das Amt für Migration und Integration des Landratsamta Bodenseekreis

Der Kontakt:

 Frau Sabine Widmann und Herr Dr. Dennis Kröh

 [Albrechtstr. 75, 88045 Friedrichshafen](#)

 [07541/204 3134](tel:075412043134)

 rueckkehrberatung@bodenseekreis.de

 www.bodenseekreis.de

Sie können auch hier direkt einen Termin zur Beratung buchen:

 <https://onlinetermine.bodenseekreis.de/m/albrecht...>

EU-Migranten, Spätaussiedler und Fachkräfte

Die EU-Migranten

Wenn Sie Bürger oder Bürgerin eines Mitgliedstaates der EU sind, können Sie laut des Freizügigkeitsgesetzes der EU grundsätzlich legal nach Deutschland einreisen und auch leben. Als Bürger der EU haben Sie zudem einen leichten Zugang zu Arbeit.

Wenn Sie dauerhaft in Deutschland bleiben, müssen Sie sich beim [Einwohnermeldeamt in Ihrer Stadt oder Ihrer Gemeinde](#) anmelden. Dafür benötigen Sie einen gültigen Personalausweis oder einen gültigen Reisepass der EU.

Bedenken Sie, dass Sie (sofern Sie nicht arbeiten) in den ersten 5 Jahren Ihres Aufenthaltes unter Umständen keinen Anspruch auf Sozialleistungen in Deutschland haben. Hier ist es dann wichtig, dass Sie einen Beratungstermin mit dem [Jobcenter](#) im Landratsamt Bodenseekreis vereinbaren.

Auch die [Migrationsberatungsstellen für Erwachsene](#) sowie die [Jugendmigrationsdienste](#) stehen Ihnen immer offen.

 Weitere Informationen finden Sie auch hier unter diesen Link: www.bamf.de

Die Spätaussiedler

Nachdem Sie in Ihrem Herkunftsland Ihren Aufnahmebescheid erhalten haben, dürfen Sie nach Deutschland einreisen. Mit der Anerkennung als Spätaussiedler erhalten Sie die deutsche Staatsangehörigkeit. Wichtig ist hierfür die deutsche Volkszugehörigkeit. Die

gesetzliche Grundlage für die Aufnahme von Spätaussiedlern ist das Bundesvertriebenengesetz (BVFG).

Nach Ihrer Einreise nach Deutschland, werden Sie vom Bundesverwaltungsamt in Friedland einem Landkreis zugewiesen (zum Beispiel dem Bodenseekreis). Sofern Sie keine private Wohnung finden können, werden Sie auch durch diesen untergebracht.

Auch die [Migrationsberatungsstellen für Erwachsene](#) sowie die [Jugendmigrationsdienste](#) stehen Ihnen immer offen.

🔗 Weitere Informationen finden Sie auch hier unter diesen Link: www.bva.bund.de

🔗 Eine Broschüre des BAMF in Deutsch und sowie in Russisch finden Sie hier unter diesen Link: www.bamf.de

Die Fachkräfteeinwanderung

Das Fachkräfteeinwanderungsgesetz regelt die gezielte Zuwanderung von qualifizierten Fachkräften aus den Drittstaaten.

Der Zweck besteht darin, dass Fachkräfte nach Deutschland kommen können, die von den Unternehmen dringend benötigt werden, um ihren hohen Bedarf zu decken. Hierzu gehören Menschen mit einem anerkannten Hochschulabschluss oder mit einer qualifizierten Berufsausbildung, bei vorheriger Prüfung auf die Gleichwertigkeit der Qualifikation.

Die Fachkräfte aus Drittstaaten benötigen ein Visum für die Arbeitsplatzsuche in Deutschland. Die Voraussetzung für das Visum ist es, dass während dieser Zeit der Lebensunterhalt gesichert werden kann. Es sind auch weitere Voraussetzungen, wie die Deutschkenntnisse, zu beachten.

Auch die [Migrationsberatungsstellen für Erwachsene](#) sowie die [Jugendmigrationsdienste](#) stehen Ihnen immer offen.

Mehr Informationen sind hier unter diesen Links zu finden:

■ www.bmi.bund.de

■ <https://www.make-it-in-germany.com/en/visa/skille...>

■ [Explainer Video - Recognition of foreign qualifications](#)

Asyl und Geflüchtete

Aufenthaltsstatus

Jeder Mensch in Deutschland hat einen Ausweis. Dieser Ausweis hilft Menschen zu identifizieren. Auch als Asylsuchende:r brauchen Sie einen Ausweis. Damit können die Behörden Ihren Status erkennen. Ihr Status bestimmt, ob Sie arbeiten dürfen oder nicht.

Es gibt 5 verschiedene Dokumente:

1. Ankunftsnachweis

Status: Asylsuchende

Hintergrund: Sie haben den Behörden gesagt, dass Sie Asyl brauchen. Die Behörden haben Sie im System erfasst. Sie haben aber noch keinen Asylantrag gestellt. Dieser Ausweis ist gültig, bis Sie den Antrag stellen. Den Antrag stellen Sie an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).



2. Aufenthaltsgestattung

Status: Asylbewerberinnen und Asylbewerber

Hintergrund: Sie haben einen Antrag auf Asyl gestellt. Eine Gruppe von Personen entscheidet über Ihren Antrag. Das dauert oft sehr lange. Dieser Ausweis ist bis zu der Entscheidung gültig. Über den Asylantrag entscheidet das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Ihr Antrag wurde abgelehnt? Dann können Sie dagegen klagen. Dies tun Sie beim Verwaltungsgericht. Ob sie für die Zeit des Klageverfahrens in Deutschland bleiben dürfen, ist abhängig davon, wie das Bundesamt Ihren Antrag abgelehnt hat. Wir empfehlen Ihnen, sich Unterstützung von einem Anwalt zu holen.

Dieser Ausweis sagt, ob Sie arbeiten dürfen. Der Ausweis sagt, wo Sie wohnen können.

- Sie möchten arbeiten? Sie brauchen dafür eine Genehmigung? Diese bekommen Sie bei der [Ausländerbehörde](#). Ihr Arbeitgeber/ Ihre Arbeitgeberin oder Sie als Arbeitnehmer/ Arbeitnehmerin können diese beantragen. Schicken Sie auch den Arbeitsvertrag und die Erklärung zum Beschäftigungsverhältnis (EZB).
- Sie möchten Arbeit vermittelt bekommen? Gehen Sie zur [Agentur für Arbeit](#)
- Sie brauchen finanzielle Hilfe? Gehen Sie zum [Sozialamt](#)



3. Fiktionsbescheinigung

Status: Anerkannte Flüchtlinge, anerkannte Schutzstatus oder anerkannte Asylberechtigung

Hintergrund: Sie haben bei der Ausländerbehörde einen Antrag gestellt. Dieser Antrag soll ihr Recht zu bleiben verlängern. Die Behörde stellt dann oft eine Bescheinigung aus. Diese Bescheinigung erlaubt Ihnen zu bleiben. Dies ist wichtig, weil Ihr Antrag noch nicht

bearbeitet wurde. Schutzberechtigte und Asylberechtigte, bei denen ein Abschiebungsverbot festgestellt wurde, erhalten „übergangsweise“ eine Duldung bis zur Erteilung der beantragten Aufenthaltserlaubnis.



4. Aufenthaltserlaubnis

Status: Anerkannte Flüchtlinge

Hintergrund: Ihr Antrag auf Asyl wurde positiv entschieden

Die Aufenthaltserlaubnis ist ein zeitlich befristeter Aufenthaltstitel. Sie wird zu einem bestimmten Zweck erteilt.

- Später können Sie ein unbefristetes Aufenthaltsrecht bekommen (Niederlassungserlaubnis)
- Sie haben uneingeschränkten Zugang zum Arbeitsmarkt
- Das [Jobcenter](#) kann Ihnen Arbeit und Sozialleistungen vermitteln



5. Duldung

Status: Geduldete

Hintergrund: Ihr Antrag auf Asyl wurde abgelehnt

Wenn Ihr Asylverfahren negativ abgeschlossen wurde, müssen Sie ausreisen. Wenn das nicht geht, prüft die Ausländerbehörde, ob sie eine Duldung ausstellt. Mit einer Duldung müssen Sie trotzdem ausreisen. Manchmal ist eine Abschiebung aus rechtlichen, tatsächlichen, humanitären oder persönlichen Gründen unmöglich.

- Es gibt eine generelle Regel. Dadurch ist für bestimmte Gruppen eine Duldung von maximal 3 Monaten möglich. Sie können für diese Zeit nicht in Ihr Heimatland zurückgebracht werden.
- Eine Arbeitsgenehmigung ist grundsätzlich notwendig. Diese beantragen Sie bei der [Ausländerbehörde](#).
- Sie möchten Arbeit vermittelt bekommen? Gehen Sie zur [Agentur für Arbeit](#)

- Sie brauchen finanzielle Hilfe? Gehen Sie zum [Amt für Migration und Integration](#)



Asylantrag

Wenn Sie in Deutschland registriert sind und in einer Gemeinschaftsunterkunft leben, sind dies die nächsten Schritte für Sie.

1. Persönliche Asylantragstellung

- Den Asylantrag stellen Sie beim **Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF)**
- Eine Asylverfahrensberatung kann Ihnen wichtige Informationen für das Asylverfahren geben.
- **Wichtig:** Ihren Antrag können Sie nur persönlich stellen. Sie können diesen Antrag nicht per Post senden
- Den Termin und die zuständige BAMF-Stelle erhalten Sie mit Ihrem Ankunftsnachweis. Wenn Sie keinen Termin bekommen haben, fragen Sie Ihre Unterkunftsleitung

2. Erster-Interview-Termin (Asylantragstellung)

Sie müssen sich nach Ihrem ersten Termin bei der [Ausländerbehörde](#) melden

3. Persönliche Anhörung

Der zweite Interview-Termin ist die eigentliche Anhörung. Danach entscheidet das BAMF über Ihren Asylantrag und sendet Ihnen einen Bescheid zu. Darin wird die Entscheidung ausführlich begründet

a) Der Bescheid ist negativ

- Wenn der Bescheid negativ ist und Sie ihn anfechten möchten (das heißt, Sie sind nicht einverstanden), gehen Sie sofort zu Ihrer [Flüchtlingssozialberatung](#). Dort bespricht man mit Ihnen, was Sie machen können und man kann Sie an spezialisierte Anwälte vermitteln. Sie können zum Beispiel gegen den Bescheid klagen. Achtung: Die Fristen sind sehr kurz. Handeln Sie schnell.
- Wenn Sie sich entscheiden, [freiwillig auszureisen](#) können Sie finanzielle Unterstützung für Ihren Neuanfang in Ihrem Herkunftsland erhalten

b) Der Bescheid ist positiv, d.h. Sie sind als schutzberechtigt anerkannt. Die nächsten Schritte sind:

Fiktionsbescheinigung bzw. elektronischer Aufenthaltstitel (eAT): Unmittelbar nachdem der positive BAMF-Bescheid zugestellt wurde, müssen Sie sich um ein Ausweisdokument bzw. ein Äquivalent kümmern. Dies erhalten Sie beim [Einwohnermeldeamt bzw. bei der Ausländerbehörde.](#)

Jobcenter: Sie bekommen Ihr Geld jetzt nicht mehr vom Sozialamt, sondern müssen beim [Jobcenter](#) einen Antrag stellen.

Anträge stellen: Mehrsprachige Hilfen

Wie stelle ich einen Antrag?

Mehrsprachige Erklärvideos für Personen im Leistungsbezug finden Sie hier:

<https://www.gvv-ekl.de/antraege.html>

Wichtige Adressen auf Landes- und Bundesebene

Wichtige Adressen zum Asylrecht

- **Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge Sigmaringen (Außenstelle)**
Graf-Stauffenberg-Kaserne, Gebäude 80
[Binger Str. 28, 72488 Sigmaringen, Baden-Württemberg](#)
- **Der Verwaltungsgerichtshof Baden-Württemberg**
[Schubertstraße 11, 68165 Mannheim](#)
Tel.: [06212920](tel:06212920)
Fax: [06212924444](tel:06212924444)
poststelle@vghmannheim.justiz.bwl.de
www.vghmannheim.de
- **Die Härtefallkommission beim Ministerium der Justiz und für Migration Baden-Württemberg**
- Geschäftsstelle -
[Postfach 10 34 61, 70029 Stuttgart](#)
Tel.: [07112313465](tel:07112313465), -3466, -3494
poststelle@jum.bwl.de
- **Der Petitionsausschuss Landtag von Baden-Württemberg**
Petitionsausschuss
[Konrad-Adenauer-Straße 3, 70173 Stuttgart](#)
Tel.: [07112063595](tel:07112063595)
Fax: [07112063540](tel:07112063540)

petitionen@landtag-bw.de
www.landtag-bw.de

Behörden und Ämter

- **Das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration Baden-Württemberg**
Pressestelle/ Öffentlichkeitsarbeit
[Else-Josenhans-Str. 6, 70173 Stuttgart](https://www.sm.bwl.de)
Tel.: [07111230](tel:07111230)
Fax: [0711123-3999](tel:0711123-3999)
poststelle@sm.bwl.de
<https://sozialministerium.baden-wuerttemberg.de/d...>

Flüchtlingshilfe, Sozialverbände und NGOs

- **Die AWO Bezirksverband Württemberg e. V.**
[Kyffhäuserstraße 77, 70469 Stuttgart](https://www.awo-wuerttemberg.net)
Tel.: [0711229030](tel:0711229030)
Fax: [071122903109](tel:071122903109)
bezirksverband@awo-wuerttemberg.de
www.awo-wuerttemberg.net
- **Der Caritasverband der Diözese Rottenburg-Stuttgart**
[Strombergstraße 11, 70188 Stuttgart](http://www.caritas-rottenburg-stuttgart.de)
Tel.: [071126330](tel:071126330)
Fax: [071126331177](tel:071126331177)
info@caritas-dicvrs.de
www.caritas-rottenburg-stuttgart.de
- **Der Paritätische Baden-Württemberg**
[Hauptstraße 28, 70563 Stuttgart](http://www.paritaet-bw.de)
Tel.: [071121550](tel:071121550)
Fax: [07112155250](tel:07112155250)
info@paritaet-bw.de
www.paritaet-bw.de
- **Das Diakonische Werk Württemberg Abteilung Migration und Internationale Diakonie**
Dr. Birgit Susanne Dinzinger
[Heilbronner Straße 180, 70191 Stuttgart](http://www.diakonie-wuerttemberg.de)
Tel.: [07111656377](tel:07111656377)
Fax: [0711165649377](tel:0711165649377)
dinzinger.b@diakonie-wuerttemberg.de
www.diakonie-wuerttemberg.de
- **DRK Landesverband Baden-Württemberg**
[Badstraße 39 - 41, 70372 Stuttgart](http://www.drk-bw.de)

Tel.: [071155050](tel:071155050)
Fax: [07115505139](tel:07115505139)
info@drk-bw.de
www.drk-baden-wuerttemberg.de

- **Die Evangelische Landeskirche in Württemberg
Asylpfarrer**
Joachim Schlecht
[Christophstraße 35, 70180 Stuttgart](https://www.church.de/ort/70180-stuttgart-christophstrasse-35)
Tel.: [071120709629](tel:071120709629) Fax: [071120709628](tel:071120709628)
joachim.schlecht@elkw.de
www.elk-wue.de
- **Der Flüchtlingsrat Baden-Württemberg e.V.**
[Hauptstätter Straße 57, 70178 Stuttgart](https://www.fluechtlingsrat-bw.de)
Tel.: [07115532834](tel:07115532834)
Fax: [07115532835](tel:07115532835)
info@fluechtlingsrat-bw.de
www.fluechtlingsrat-bw.de
- **Der Verein für Internationale Jugendarbeit e.V. (VIJ)
Landesverein Württemberg**
[Moserstraße 10, 70182 Stuttgart](https://www.vij-wuerttemberg.de)
Tel.: [0711239410](tel:0711239410)
info@vij-wuerttemberg.de
<https://vij-wuerttemberg.de>
- **Die Kirchliche Dienste am Flughafen und der Messe Stuttgart;
Flughafenverwaltung**
Postfach 399; 70629 Stuttgart; Terminal 3, Ebene 2, Raum 2411 und 2412
Tel.: [07119484101](tel:07119484101)(katholisch)
Tel.: [07119484100](tel:07119484100)(evangelisch)
Fax: [07119484105](tel:07119484105)
MeFoldenauer@blh.drs.de
- **Der BumF - Bundesfachverband unbegleitete minderjährige Flüchtlinge e.V.**
[Paulsenstr. 55 - 56, 12163 Berlin](https://www.bumf.de)
Tel.: [03082097430](tel:03082097430)
Fax: [03082097439](tel:03082097439)
info@b-umf.de
<https://b-umf.de/>

- **Die Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. Landesgeschäftsstelle Baden-Württemberg**
[Eichwiesenring 9, 70567 Stuttgart](#)
Tel.: [07112030300](tel:07112030300)
Fax: [0711203030499](tel:0711203030499)
info@johanniter.de
<https://www.johanniter.de/juh/lv-bw/>

- **Die Landesärztekammer Baden-Württemberg**
[Jahnstraße 40, 70597 Stuttgart](#)
Tel.: [0711769890](tel:0711769890)
Fax: [07117698950](tel:07117698950)
info@laek-bw.de
www.aerztekammer-bw.de

- **Die Malteser - Medizin für Menschen ohne Krankenversicherung**
[Böheimstraße 40, 70199 Stuttgart](#)
Tel.: [071122070218](tel:071122070218)
regine.martis-cisic@malteser.org
<https://www.malteser.de/menschen-ohne-krankenvers...>

- **The Voice Refugee Forum Germany**
[Schillergässchen 5, 07745 Jena](#)
Tel: [036419278815](tel:036419278815)
thevoiceforum@gmx.de
www.thevoiceforum.org

- **Der Zentralrat Deutscher Sinti und Roma**
[Bremeneckgasse 2, 69117 Heidelberg](#)
Tel.: [06221981102](tel:06221981102)
Fax: [06221981177](tel:06221981177)
info@sintiundroma.de
www.sintiundroma.de

- **Amnesty International**
Sektion der Bundesrepublik Deutschland e. V.
[Zinnowitzer Straße 8, 10115 Berlin](#)
Tel.: [0304202480](tel:0304202480)
Fax: [030420248488](tel:030420248488)
info@amnesty.de
www.amnesty.de

- **Die Bundesarbeitsgemeinschaft „Asyl in der Kirche“**

Kirche Zum Heiligen Kreuz
[Zossener Straße 65, 10961 Berlin](https://www.zossenerstrasse65.de)
Tel.: [03025898891](tel:03025898891)
Fax: [03069041018](tel:03069041018)
info@kirchenasyl.de
www.kirchenasyl.de

- **PRO ASYL**

Postfach 160624, 60069 Frankfurt am Main
Tel.: [0692423140](tel:0692423140)
Fax: [06924231472](tel:06924231472)
proasyl@proasyl.de
www.proasyl.de

- **UNHCR Deutschland**

[Zimmerstraße 79/80, 10117 Berlin](https://www.zimmerstrasse7980.de)
Tel.: [0302022020](tel:0302022020)
Fax: [03020220220](tel:03020220220)
gfrbe@unhcr.org
www.unhcr.de

- **UNO-Flüchtlingshilfe**

[Gaurheindorfer Str. 149 a, 53117 Bonn](https://www.gaurheindorferstr149a.de)
Tel.: [022890908600](tel:022890908600)
Fax: [022890908601](tel:022890908601)
info@uno-fluechtlingshilfe.de
www.uno-fluechtlingshilfe.de

- **IOM - Internationale Organisation für Migration**

[Charlottenstraße 68, 10117 Berlin](https://www.charlottenstrasse68.de)
Tel: [0302787780](tel:0302787780)
iom-germany@iom.int
<https://germany.iom.int/>

Psychosoziale Zentren für Traumatisierte und Folteropfer

- **Der Verein zur Unterstützung traumatisierter Migranten e. V.**

Tel.: [07216288306](tel:07216288306)
Fax: [07216288331](tel:07216288331)
trauma-migranten@web.de
www.traumatisierte-migranten.de

- **Das Behandlungszentrum für Folteropfer**
[Wagnerstr. 65, 89077 Ulm](#)
Tel.: [073188070890](tel:073188070890)
bfu@rehaverein.de
www.bfu-ulm.de

- **Die Psychologische Beratungsstelle für politisch Verfolgte und Vertriebene (PBV)**
[Schloßstraße 76, 70176 Stuttgart](#)
Tel.: [07112854450](tel:07112854450)
Fax: [07112054499507](tel:07112054499507)
Dieter.David@eva-stuttgart.de
<https://www.eva-stuttgart.de/nc/unsere-angebote/a...>

- **refugio stuttgart e.V.**
[Waiblinger Str. 12, 70372 Stuttgart](#)
Tel.: [071196983250](tel:071196983250) Fax: [0711969832-51](tel:0711969832-51)
info@refugio-stuttgart.de
www.refugio-stuttgart.de

- **Refugio Villingen-Schwenningen e.V.**
[Schwedendamm 6, 78050 Villingen-Schwenningen](#)
Tel.: [07721504155](tel:07721504155)
Fax: [07721504165](tel:07721504165)
info@refugio-vs.de
www.refugio-vs.de

Welcome Center

Das Welcome Center ist eine Beratungsstelle bei der Industrie- und Handelskammer (IHK) angesiedelt.

Was macht das Welcome Center?

- Hilfe für Fachkräfte aus anderen Ländern.
Fachkräfte sind Personen mit einer Ausbildung oder ein Studium.
Fachkräfte haben einen Beruf gelernt.
- Hilfe für Studierende aus anderen Ländern.
- Hilfe für Unternehmen in der Region Bodensee-Oberschwaben.

Informationen zu Einreise und Aufenthalt:

- Was muss ich machen, wenn ich in die Region Bodensee-Oberschwaben kommen will?

- Was muss ich machen, wenn ich in der Region Bodensee-Oberschwaben bleiben will?
- Brauche ich ein Visum? Wie bekomme ich ein Visum?
- Wer darf in Deutschland arbeiten?
- Welche Papiere (Dokumente) brauche ich?

Informationen zur Berufsankennung:

- Was muss ich machen, damit meine Abschlüsse in Deutschland anerkannt sind?
- Wer prüft meinen Abschluss?
- Was bedeutet Teil-Anerkennung?
- Was mache ich, wenn ich keine (volle) Anerkennung bekomme?

Informationen zum Arbeiten in Deutschland:

- Wie suche ich eine Arbeit?
- Wie schreibe ich den Lebenslauf (CV)?
- Wie lese ich den Arbeitsvertrag?

Informationen zum Wohnen und Leben in Deutschland:

- Wie lerne ich Deutsch
- Wie suche ich eine Wohnung?
- Was kann ich in meiner Freizeit tun?
- Welche Angebote gibt es in der Region Bodensee-Oberschwaben

Wie kann ich das Welcome Center kontaktieren?

☎ 0751 409 287 @ welcomecenter@weingarten.ihk.de

In der offenen Sprechstunde ohne Anmeldung:

Dienstag von 10 Uhr bis 12 Uhr

IHK Bodensee-Oberschwaben

📍 Lindenstraße 2 - 88250 Weingarten

Deutsch lernen

Sprachniveau und Zertifikate

Sie können einen Deutschkurs besuchen. Es gibt sechs Niveaustufen: A1, A2, B1, B2, C1 und C2. Sie beginnen mit A1. Sie haben in Ihrer Muttersprache C2. Die sechs Stufen bedeuten im Detail:

A1: Anfängerin oder Anfänger

Sie können einfache Wörter und Sätze verstehen und verwenden.

Sie können sich und andere vorstellen. Zum Beispiel: Ich heiße Maria. Ich bin 30 Jahre alt.

Ich wohne in Deutschland. Das ist mein Freund. Er heißt Paul.

Sie können Fragen zur Person stellen. Zum Beispiel: Wie heißen Sie? Wo wohnen Sie?

Sie können Fragen beantworten. Zum Beispiel: Wie geht es Ihnen? Mir geht es gut.

Eine Person spricht langsam und deutlich. Sie können sich mit ihr unterhalten.

A2: Grundlegende Kenntnisse

Sie können Sätze und häufig gebrauchte Wörter verstehen. Sie verstehen Wörter zu diesen Bereichen: Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit und Ihre Umgebung.

Sie können sich in einfachen, alltäglichen Situationen verständigen. Sie können Ihre Herkunft, Ausbildung und Umgebung beschreiben.

B1: Fortgeschrittene Sprachverwendung

Sie können viel verstehen. Es geht um Arbeit, Schule, Freizeit und so weiter.

Sie können sich auf Reisen verständigen. Sie können etwas über vertraute Themen und persönliche Interessen sagen. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten. Sie können Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben. Sie können zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

B2: Selbstständige Sprachverwendung

Sie können die wichtigsten Inhalte von komplexen Texten zu konkreten und abstrakten Themen verstehen. Sie verstehen in Ihrem Spezialgebiet auch Fachdiskussionen.

Sie können sich spontan und fließend verständigen. Ein normales Gespräch mit Muttersprachlerinnen und Muttersprachlern ist ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten möglich. Sie können sich zu vielen verschiedenen Themen klar und detailliert ausdrücken. Sie können einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern. Sie können die Vor- und Nachteile von verschiedenen Möglichkeiten angeben.

C1: Fachkundige Sprachkenntnisse

Sie können viel von anspruchsvollen, längeren Texten verstehen. Sie erfassen auch implizite Bedeutungen.

Sie können sich spontan und fließend ausdrücken. Sie müssen nicht oft nach Worten suchen. Sie können die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Sie können sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern. Dabei verwenden Sie verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen.

C2: (Annähernd) Muttersprachliche Kenntnisse

Sie können praktisch alles, was Sie lesen oder hören, mühelos verstehen.

Sie können Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen. Sie können Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Sie können sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken. Sie können auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.

Wo finde ich eine Sprachschule?

Schauen Sie [hier](#).

Integrationskurse

Die Integrationskurse sind für die Personen aus der Europäischen Union, die Spätaussiedler und für die Personen mit einem Aufenthaltstitel und teilweise auch für die Flüchtlinge offen. Genauere Informationen finden Sie [hier unter diesem Link](#).

Im Integrationskurs lernt man in 600 Unterrichtsstunden Deutsch bis zum dem Niveau B1. In 100 weiteren Unterrichtsstunden bekommt man viele Einblicke in die Kultur, in die Politik und in die sozialen Gepflogenheiten in Deutschland. Es gibt auch spezielle Formen des Integrationskurses.

Man kann vom [Jobcenter](#) oder von der [Ausländerbehörde](#) zur der Teilnahme an einem Integrationskurs verpflichtet werden. Die Anmeldung erfolgt persönlich bei der Sprachschule.

Wenn man nicht verpflichtet wird, aber an einem Integrationskurs teilnehmen möchte, kann man den Integrationskurs beim [BAMF](#) beantragen.

■ Die Integrationskurse sind kostenlos für alle Menschen, die soziale Leistungen beziehen.

■ Wenn Sie Hilfe bei der Beantragung brauchen, wenden Sie sich an eine [Migrationsberatungsstelle für Erwachsene](#) oder an den [Jugendmigrationsdienst](#). Dort unterstützt man Sie auch bei der Auswahl eines Integrationskursträgers.

Weitere Informationen finden Sie hier unter den folgenden Links:

■ www.bodenseekreis.de

■ www.bamf.de

■ [BAMF-NAVI: Wo finde ich einen Integrationskurs?](#)

Die Sprachkursträger im Bodenseekreis

Die BFZ

Der Kontakt:

■ [Müllerstr. 12-14, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [In den Mühlen 2, 88662 Überlingen](#)

■ [0755195010](tel:0755195010)

■ Frau Jaek (Gesamtkoordination)

■ [07541501937](tel:07541501937)

■ sabine.jaek@bfz.de

Das CJD Friedrichshafen

Der Kontakt:

■ [Konstantin-Schmäh-Str. 31, 88045 Friedrichshafen](#)

■ Frau Zajonz (Integrationskurse und Deuföv)

■ [015140638097](tel:015140638097)

■ anna.zajonz@cjd.de

Das CJD Überlingen

Der Kontakt:

■ [Johann-Kraus-Str. 9, 88662 Überlingen](#)

■ Frau Zajonz (Integrationskurse und Deuföv)

■ [015140638097](tel:015140638097)

■ anna.zajonz@cj-d.de

Das inlingua Friedrichshafen**Der Kontakt:**

■ [Bahnhofplatz 1, 88045 Friedrichshafen](#)

■ Frau Seletska

■ [07541286814](tel:07541286814)

■ seletska@inlingua-friedrichshafen.de

■ Leitung: Herr Schott

■ schott@inlingua-friedrichshafen.de

Das inlingua Überlingen**Der Kontakt:**

■ [Lippertsreuter Str. 4c, 88662 Überlingen](#)

■ Frau Strasser

■ [075512046](tel:075512046)

■ info@inlingua-ueberlingen.de

■ Leitung: Frau Bekker

■ petra.bekker@inlingua-konstanz.de

Die VHS Bodenseekreis**Der Kontakt:**

■ [Glärnischstr. 1-3, 88045 Friedrichshafen](#)

■ Frau Peoples

■ [075412045874](tel:075412045874)

■ kuemueschai.peoples@bodenseekreis.de

■ Frau Nedyalkova

■ [075412045635](tel:075412045635)

■ nadezhda.nedyalkova@bodenseekreis.de

Leitung VHS: Herr Kottenrodt

Die VHS Friedrichshafen**Der Kontakt:**

■ [Charlottenstr. 12/2, 88045 Friedrichshafen](#)

■ Frau Maurer

■ [075412033411](tel:075412033411)

■ maurer@vhs-fn.de

■ Frau Lehmann

■ [075412033401](tel:075412033401)

■ lehmann@vhs-fn.de

Deutschkurse für Asylsuchende

VwV-Deutschkurse

Die VwV-Deutschkurse sind für Asylsuchende gedacht, die keinen Zugang zu einem Integrationskurs haben. In diesen Kursen werden nicht nur Deutschkenntnisse vermittelt, sondern auch Themen zur Kultur und dem Leben in Deutschland behandelt. Die Kurse decken das Sprachniveau von Alphabetisierung bis B1 ab. Einige dieser Kurse sind speziell für Frauen und bieten eine Betreuung für Kinder an.

■ Die VwV-Deutschkurse sind kostenlos.

Das Amt für Migration und Integration des Landratsamts Bodenseekreis

Der Kontakt:

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.albrechtstrasse75.de)

■ [07541/2045439](tel:075412045439)

■ integration@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Bildungsjahr für erwachsene Asylsuchende (BEF-Alpha)

Das Angebot richtet sich an Asylsuchende, die in der Regel zwischen 20 und 35 Jahre alt sind und keine oder geringe Deutschkenntnisse haben. Der Kurs beinhaltet eine Berufsorientierung, Sprachförderung, Alltagskompetenzen, politische Grundbildung und Praktika. Das Projekt BEF-Alpha richtet sich insbesondere auch an Frauen mit Kinder.

■ Die Teilnahme an diesem Projekt ist kostenlos.

Weitere Sprachkursangebote für Familien und Kinder

Sprachförderangebote der Caritas Bodensee Oberschwaben

Die Angebote der Caritas fördern Kleinkinder (Griffbereit), Kindergartenkinder (Rucksack I), Grundschulkindern (Rucksack II) und Eltern mit gezielten Sprachfördermaßnahmen.

Caritas Bodensee-Oberschwaben (Standort Friedrichshafen)

■ [Katharinenstr. 16, 88045 Friedrichshafen](https://www.katharinenstrasse16.de)

■ [07541300070](tel:07541300070)

■ info@caritas-bodensee-oberschwaben.de

■ www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Mobile Sprachförderung mit Kind (für Frauen in Gemeinschaftsunterkünften)

Mit der mobilen Sprachförderung werden Mütter in den Gemeinschaftsunterkünften vor Ort erreicht. In Kleingruppen und mit den Kindern zusammen findet eine alltagsbasierte und auf die Bedarfe der Frauen abgestimmte Sprachförderung statt.

Sprachcafés für Bewohnerinnen und Bewohner in Gemeinschaftsunterkünften

Im Sprachcafé können Bewohnerinnen und Bewohner in den Gemeinschaftsunterkünften Deutsch üben. Der Fokus liegt dabei auf der alltagsbasierten und mündlichen Kommunikation.

Amt für Migration und Integration, Landratsamt Bodenseekreis

Christina Klassen

■ [Albrechtstraße 75, Raum A 401, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [075412045654](tel:075412045654)

■ christina.klassen@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Selbstständig Deutsch lernen

Online-Sprachkurse

Sie können Deutsch auf verschiedene Weise lernen, ganz bequem von zu Hause aus. Nutzen Sie die Zeit, die Sie auf einen Sprachkurs warten, um sich schon mit der Sprache vertraut zu machen. Sie haben die Möglichkeit, Deutsch entweder über Ihr Smartphone oder Ihren Computer zu lernen, und das sogar kostenlos. Auf diese Weise können Sie die Zeit, die Sie auf einen Sprachkurs warten, sinnvoll nutzen.

💡 Die folgenden Links führen Sie zu nützlichen Apps und Webseiten, die Sie beim Erlernen der Sprache unterstützen und Ihnen beim Spracherwerb zur Seite stehen:

- Sprachlern-App für erste Sprachkenntnisse für IOS-Geräte: www.einstieg-deutsch.de
- Ankommen-App mit Selbstlernkurs für die ersten Wochen in Deutschland: www.ankommenapp.de
- App unterwegs Deutsch lernen: www.goethe.de
- Online-Sprachkurs der Deutschen Welle: www.lerngerman.dw
- Kostenfreier Deutschkurs: www.deutsch.vhs-lernportal.de
- Lernen der deutschen Sprache von Niveau A1-B2: www.mein-deutschbuch.de
- Spracheinstufungstest: www.onset.de
- App zur Alphabetisierung und Ergänzung zum Sprachkurs für Android: www.de.serlo.de
- Sprachlernprogramme für A1 bis C2: www.deutsch-uni.com
- Mehrsprachiger Kurzsprachführer: www.bundessprachenamt.de
- Stadt der Wörter Lernspiel: www.goethe.de/de/spr/ueb/led.html
- Deutsch am Arbeitsplatz: www.goethe.de/de/spr/ueb/daa/all.html

Verständigungs- und Sprachhilfen

Verständigungs- und Sprachhilfen, wie Übersetzungs-Apps und Wörterbücher im Internet, helfen Ihnen, eine neue Sprache zu lernen und sie im Alltag zu benutzen. Mit diesen Hilfen können Sie schnell neue Wörter lernen und sich besser verständigen.

💡 Die folgenden Links führen Sie auch zu vielen Verständigungs- und Sprachhilfen, die Sie nutzen können.

- Übersetzen mit künstlicher Intelligenz: www.deepl.com/translator
- Übersetzen mit künstlicher Intelligenz: www.reverso.net
- Google-Translate: www.translate.google.de
- Microsoft Translator mit offline Funktion: www.microsoft.com
- Pons Intelligent Translate: www.pons.com
- Online-Wörterbuch: www.refugeephasebook.de
- BABADADA visuelles-Wörterbuch: babadada.com/topic/school/ger/eng

Ehrenamtliche Sprachangebote

Neben den offiziellen Deutschkursen gibt es Helfergruppen, die beim Deutsch lernen helfen. Die Helfer heißen Lernbegleiter.

Jeder kann zu diesen Gruppen kommen, egal welchen Aufenthaltsstatus er hat.

Die Sprachkurse finden an verschiedenen Orten statt, zum Beispiel in:

- Familientreffs
- Mehrgenerationenhäusern
- Vereinshäusern

Die Helfergruppen für Geflüchtete und Zugewanderte finden Sie [hier](#).

■ Wenn Sie ehrenamtliche Sprachkurse suchen, können Ihnen diese Stellen helfen: Ihre [Gemeinde](#), ein [Helferkreis](#), [die Familientreffs](#), die [Migrationsberatungsstelle für Erwachsene](#) oder der [Jugendmigrationsdienst](#).

Dolmetscher und Übersetzer

Dolmetscher für den Alltag und bei Behörden

Wenn Sie zu Behörden gehen, brauchen Sie in manchen Fällen eine Dolmetscherin oder einen Dolmetscher. Ein Dolmetscher kann auch bei Arztbesuchen, bei Elternabenden in der Schule oder im Kindergarten helfen.

Einige Städte und Gemeinden haben eine Liste mit Dolmetschern. Zum Beispiel die [Stadt Friedrichshafen](#). Fragen Sie in Ihrer Stadt oder Gemeinde, ob es dort auch Dolmetscher gibt und was sie dabei beachten müssen. Auch Kulturvereine können dabei helfen, einen ehrenamtlichen Dolmetscher zu finden.

Sie sprechen gut Deutsch und eine weitere Sprache? Dann können Sie Menschen helfen, die kein Deutsch sprechen. Zum Beispiel können Sie sie zu Behörden oder anderen Terminen begleiten. Melden Sie sich bei Ihrer [Gemeinde](#), um weitere Informationen zu bekommen.

Beglaubigte Übersetzungen

Offizielle Dokumente wie etwa Zeugnisse, Heiratsurkunden oder Geburtsurkunden dürfen in Deutschland nur von einem staatlich geprüften Übersetzer übersetzt werden. Auf der Website des [Bundesverbands der Dolmetscher und Übersetzer](#) sowie in der [Dolmetscher- und Übersetzerdatenbank](#) können Sie diese finden.

■ Beglaubigte Übersetzungen können sehr teuer werden. Prüfen Sie am besten vorher genau, ob Sie wirklich eine beglaubigte Übersetzung brauchen und vergleichen Sie die Übersetzungspreise.

Einstufung Deutschkenntnisse im Landratsamt Bodenseekreis (Zentrale Einstufung)

Im Amt für Migration und Integration gibt es mehrmals im Jahr einen Test. Dieser Test zeigt, wie gut Sie Deutsch sprechen und verstehen. Der Test ist für Menschen, die Deutsch lernen wollen oder lernen müssen, um sich in Deutschland besser zurechtzufinden.

Der Test wird von Fachleuten durchgeführt, die dafür ausgebildet sind. Mit dem Ergebnis können wir den richtigen Deutschkurs für Sie finden.

Wie bekomme ich eine Einladung?

Bitte sprechen Sie mit den Sozialarbeitern der Flüchtlingssozialarbeit oder des Integrationsmanagements.

Sie können sich aber auch direkt beim Amt für Migration und Integration melden. Schreiben oder telefonieren Sie hierzu bitte mit Herrn Michael Haak. Herr Haak sendet Ihnen einen Brief mit der Einladung zum Termin.

Sie können den Test machen, wenn:

- Sie eine gültige Zulassung (Erlaubnis) oder eine gültige Verpflichtung (Pflicht) haben, einen Integrationskurs vom BAMF zu besuchen.
- Sie vorher noch keinen solchen Test gemacht haben.

Kontakt:

👤 Ansprechpartner: Herr Michael Haak (Sprachkurskoordination)

☎ Telefon: 07541 204-5439

@michael.haak@bodenseekreis.de

Zusammenleben, Alltag, Wohnen

Zusammenleben in der Gesellschaft

Rechtsstaat und Grundgesetz

Deutschland ist ein **Rechtsstaat**. Die Entscheidungen des Staates bzw. der Regierung sind an das Gesetz gebunden.

Alle Menschen, die in Deutschland leben, müssen sich an die zentralen Grundsätze der politischen und rechtlichen Ordnung halten. Die wichtigste rechtliche Grundlage des Lebens in Deutschland ist das **Grundgesetz**. Es ist die Verfassung der Bundesrepublik Deutschland.

Grundgesetz

Artikel 1, Grundgesetz: Menschenwürde

„Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt. (...)“

Damit wird deutlich, dass in Deutschland jeder Mensch, ob Frau, Mann oder Kind vom Staat geschützt wird und die Menschenwürde an oberster Stelle steht.

Artikel 2, Grundgesetz: Persönlichkeitsrecht

„Jeder hat das Recht auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit (...)“.

„Jeder hat das Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit (...)“.

Damit wird unter anderem die Privatsphäre geschützt. Zuhause steht es jedem in Deutschland frei, sich so zu verhalten, wie er oder sie es möchte: In seinen alltäglichen Lebensabläufen, mit seinen Worten, in seiner Art der Bekleidung, in seinen sexuellen Verhaltensweisen. Entscheidend ist dabei, dass kein anderer dadurch eingeschränkt wird.

Jeder darf sich so kleiden, wie er oder sie es möchte und für richtig hält. Nur bei bestimmten Berufen und an bestimmten Örtlichkeiten wie zum Beispiel in Großküchen, auf Baustellen oder bei Gerichtsprozessen können Kleidervorschriften möglich sein. Oftmals sind sie zum Schutz vor Unfällen oder beispielsweise vor Infektionen gedacht.

Das Persönlichkeitsrecht wird durch das Strafrecht geschützt: Körperverletzung, Beleidigung oder Straftaten, die sich gegen die sexuelle Selbstbestimmung richten, werden strafrechtlich verfolgt. Alle sexuellen Handlungen, die an einem Menschen gegen seinen Willen vorgenommen werden, stehen in Deutschland unter Strafe.

Artikel 3, Grundgesetz: Gleichberechtigung

Dieser Artikel besagt, dass alle Menschen in Deutschland gleichberechtigt sind.

(1) **Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.**

(2) **Männer und Frauen sind gleichberechtigt. (...)**

(3) **Niemand darf wegen seines Geschlechtes, seiner Abstammung, seiner Rasse, seiner Sprache, seiner Heimat und Herkunft, seines Glaubens, seiner religiösen oder politischen Anschauungen benachteiligt oder bevorzugt werden. Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden.**

Einen Überblick zum Grundgesetz finden Sie in diesem [Video hier](#).

Weitere Informationen finden Sie hier:

www.bamf.de/DE/Willkommen

Persönliche Freiheit und Gleichberechtigung

Selbstbestimmung und persönliche Freiheit

Alle erwachsenen Menschen dürfen selbst über sich und das eigene Leben bestimmen. Egal, ob Mann oder Frau, jung oder alt, mit oder ohne Behinderung, egal welcher Hautfarbe, Religionszugehörigkeit oder sexuellen Orientierung.

Alle Menschen dürfen tun, was sie wollen, solange sie sich an die Gesetze halten und andere nicht in ihrer Freiheit einschränken.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Alle Menschen dürfen entscheiden, was sie anziehen möchten.
- Alle Menschen dürfen essen, was sie wollen und was ihnen schmeckt.
- Frauen und Männer dürfen studieren oder einen Beruf erlernen. Beiden stehen grundsätzlich alle Berufe offen.
- Jede Frau und jeder Mann darf selbst entscheiden, ob und wen sie oder er heiraten möchte. Jede Frau und jeder Mann darf sich scheiden lassen.
- Unverheiratete Paare dürfen zusammenleben und Kinder bekommen.
- Angehörige unterschiedlicher Religionen und Glaubensrichtungen dürfen heiraten und Kinder bekommen.
- Die Aufgaben und Rollen in der Familie sind nicht vorgeschrieben.
- Verhütung ist für beide Geschlechter erlaubt. Die Entscheidung einer Person, verhüten zu wollen, muss geachtet werden.
- Gleichgeschlechtliche Partnerschaften sind in Deutschland anerkannt. Homosexuelle Partner dürfen in Deutschland heiraten und haben somit dieselben Rechte wie eine Ehe zwischen Mann und Frau.
- Alle (volljährigen) entscheiden selbst, wie und wo sie leben wollen. Für Nichtdeutsche kann dieses Recht bis zur Anerkennung eines Asylantrages eingeschränkt sein.
- Sexuelle Handlungen unter Erwachsenen dürfen nur im gegenseitigen Einverständnis geschehen. Jede sexuelle Handlung mit Kindern ist verboten.
- Frauen und Männer können wählen und in politische Ämter gewählt werden.
- Privateigentum ist in Deutschland für jeden Mann und jede Frau erlaubt.
- Frauen und Männer sind beim Vererben gleichberechtigt.

■ Die eigene Freiheit endet dort, wo sie die Freiheit oder die Menschenwürde des Anderen verletzt oder gegen Gesetze verstößt.

Demokratie und Antidiskriminierung

Was bedeutet Demokratie?

Demokratie ist, wie ein Land regiert wird. In Deutschland gibt es die parlamentarische Demokratie.

Das heißt:

- Die Bürgerinnen und Bürger wählen das Parlament.
- Das Parlament macht die Gesetze.
- Das Parlament wählt die Regierung und diese entscheidet was im Land passiert.

■ In einer Demokratie beschützt der Staat die Rechte der Menschen. Zudem gelten für alle Menschen die Menschenrechte.

Informationen und Beratungsangebote finden Sie hier

- [Demokratiezentrum Baden-Württemberg](#)
- [Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg](#)
- [Bundeszentrale für politische Bildung](#)
- [Amadeu Antonio Stiftung](#)

Wie steht der Bodenseekreis zur Antidiskriminierung?

Der Bodenseekreis sagt klar „Nein“ zu jeder Art von Diskriminierung.

■ Alle Menschen haben die gleiche Würde und die gleichen Rechte. Niemand darf Nachteile haben, denn bei Diskriminierung werden die Menschenrechte verletzt.

Weitere Informationen und Beratungsangebote finden Sie hier

- [Antidiskriminierungsverband Deutschland \(advd\)](#)
- [Antidiskriminierungsstelle des Bundes](#)
- [LEUCHTLINIE](#)

Vielfalt leben: Lesbisch, Schwul, Bisexuell, Trans* und Inter* (LSBTI)

In Deutschland leben Menschen unterschiedlicher Religion, unterschiedlichen Geschlechts, unterschiedlicher Herkunft und unterschiedlicher politischer Ansichten friedlich zusammen. Alle genießen die gleichen Rechte. Gleiches gilt auch für Menschen unterschiedlicher sexueller Orientierung oder geschlechtlicher Identität: Lesben, Schwule, Bisexuelle sowie trans- und intergeschlechtliche Menschen, kurz LSBTI. Sie haben in Deutschland die gleichen Rechte wie andere Personen auch.

Neben den beiden Geschlechtern "männlich" und "weiblich" gibt es auch das dritte Geschlechts "divers". Transgeschlechtliche Personen können ihren Geschlechtseintrag und

Namen ändern lassen. Frauen dürfen in Deutschland andere Frauen lieben und heiraten, Männer andere Männer.

Mehr Informationen und Ansprechpersonen finden Sie beim:

Lesben- und Schwulenverband in Deutschland (LSVD)

■ www.lsvd.de

■ lsvd@lsvd.de

■ Viele LSBTI-Personen sind nach Deutschland geflüchtet, weil sie in ihrem Heimatland verfolgt wurden. Wenn Sie geflüchtet und lesbisch, schwul, bisexuell, trans- oder intergeschlechtlich sind, können Sie Unterstützung, soziale Kontakte und Informationen bei vielen LSBTI-Organisationen in Deutschland finden. Beim LSVD-Projekt "Queer Refugees Deutschland" finden Sie Ansprechpersonen und weitere Informationen:

Projekt "Queer Refugees Deutschland"

www.queer-refugees.de

queer-refugees@lsvd.de

Weitere Informationen und Angebote

- ILSE Initiative Lesbischer und Schwuler Eltern: ■ www.lsvd.de
- Arbeitsgruppe Homosexuelle und Kirche: ■ www.huk.org
- Queergestreift Film Festival: ■ www.queergestreift.com
- CSD am See in Konstanz: ■ www.csd-konstanz.de
- UNIQUEER: Hochschulgruppe der Universität Konstanz, die regelmäßige Treffen und Veranstaltungen organisiert: ■ www.uniqueer.weebly.com

AIDS-Beratung im Landratsamt Bodenseekreis

Gesundheitsamt, Landratsamt Bodenseekreis

■ [Albrechtstr. 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.lsvd.de)

■ [07541/2045860](tel:075412045860)

■ www.bodenseekreis.de

--> Aidshilfe Konstanz: ■ www.aidshilfe-konstanz.de

Religion

Freie Wahl des Glaubens

In Deutschland leben Menschen unterschiedlicher Religion friedlich zusammen. Die freie Wahl des Glaubens ist in den Grundrechten verankert. Diesen darf man auch frei ausüben. Niemand darf zu einem Glauben gezwungen werden.

Durch die Vielfalt an Religionen gibt es viele Möglichkeiten einen Gottesdienst zu besuchen, oder sich am Gemeindeleben zu beteiligen.

Im Bodenseekreis gibt es sehr vielfältige religiöse Einrichtungen. Fragen Sie in [Ihrer Gemeinde oder Stadt](#), welche Einrichtungen und Glaubensrichtungen es gibt.

Alltag

Führerschein

In Deutschland müssen Sie Ihren Führerschein immer dabei haben, wenn Sie ein Fahrzeug fahren.

Sie haben einen gültigen ausländischen Führerschein?

Nach der Einreise ist Ihr ausländischer Führerschein noch sechs Monate gültig.

In dieser Zeit müssen Sie den Umtausch in einen deutschen Führerschein bei der Fahrerlaubnisbehörde beantragen.

Nach Ablauf der sechs Monate dürfen Sie von dem ausländischen Führerschein in jedem Fall keinen Gebrauch mehr machen.

EU-Fahrerlaubnisse werden in der Regel ohne Umtausch anerkannt.

Fahrerlaubnisbehörde, Landratsamt Bodenseekreis:

■ [Glärnischstraße 1 - 3, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/2040](#) oder [115](#)

■ feb@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Sie haben keinen gültigen Führerschein?

Um einen deutschen Führerschein zu erwerben, müssen Sie Ihre Identität nachweisen können. Für eine Erst-Erteilung wird ein Besuch an einer Fahrschule mit anschließender theoretischer und praktischer Prüfung notwendig sein.

Fragen Sie deshalb bei der Führerscheinstelle nach, bevor Sie sich bei einer Fahrschule anmelden, ob Sie überhaupt zu einer Prüfung zugelassen werden.

Eine Fahrschule ist mit hohen Kosten verbunden. Erkundigen Sie sich vorher über die Höhe der Kosten bei der Fahrschule.

Girokonto

Ein Girokonto ist ein Konto für Personen, die Zahlungen über die Bank machen wollen. Ihr Geld ist auf Ihrem Girokonto jederzeit verfügbar. Achten Sie darauf, dass Sie für alle Abhebungen und Zahlungen genug Geld auf Ihrem Konto haben.

Mit einem Girokonto können Sie:

- Überweisungen ausführen
- Bargeldlose Zahlungen empfangen (Auszahlungen von Ämtern / Behörden / Sozialleistungen werden oft bargeldlos geleistet, das heißt auf ein persönliches Girokonto überwiesen)
- Daueraufträge einrichten
- An Lastschriftverfahren teilnehmen

- Schecks einlösen, mit der EC/Maestro-Karte bargeldlos bezahlen
- Bargeld am Bankschalter oder am Geldautomaten abheben
- Ihre Kontoauszüge ausdrucken

Eröffnung eines Kontos

Entscheiden Sie, bei welcher Bank Sie ein Konto haben möchten. Vereinbaren Sie einen Termin für die Kontoeröffnung. Bringen Sie bitte eines Ihrer Legitimationspapiere mit: Ankunftsbescheinigung, Aufenthaltsbewilligung, Ausweis. Sofern auf dem Legitimationsdokument keine aktuelle Adresse vermerkt ist, bringen Sie bitte zusätzlich eine Meldebescheinigung oder ein vergleichbares Dokument mit.

- Nach der Eröffnung des Kontos bekommen Sie eine EC-Karte mit einem vierstelligen PIN-Code. Unterschreiben Sie die EC-Karte auf der Rückseite und lernen Sie den PIN-Code auswendig. Den PIN-Code brauchen Sie für bargeldlose Zahlungen und für Geldabhebungen am Geldautomaten. **Bewahren Sie Karte und PIN-Code unbedingt getrennt auf!**
- Wenn Sie Bargeld abheben möchten, benutzen Sie am besten Bankautomaten der Bank, bei der Sie Ihr Konto haben. Dann kostet die Abhebung nichts. Wird der PIN-Code am Geldautomaten dreimal falsch eingegeben, wird die EC-Karte eingezogen und gesperrt. In diesem Falle müssen Sie Ihre Bank fragen.
- Bei Verlust oder Diebstahl Ihrer EC-Karte lassen Sie die EC-Karte sofort sperren. Sagen Sie Ihre Bankleitzahl und Ihre Kontonummer. Danach fragen Sie bei Ihrer Bank nach einer neuen EC-Karte.

Sperr-Notrufnummer  [116116](tel:116116)

 Rund um die Uhr.

Verschiedene Banken bieten Girokonten zu unterschiedlichen Konditionen an. Informieren Sie sich genau, wieviel ein Girokonto jeden Monat kostet und welche Leistungen die Bank dafür anbietet.

Wenn Sie kein Deutsch oder Englisch sprechen, bringen Sie bitte einen Dolmetscher mit.

Falls Sie Hilfe beim richtigen Einsatz der EC-Karte brauchen, können Ihnen folgende Stellen helfen: Ihre [Gemeinde](#), ein [Helferkreis](#), die [Migrationsberatungsstelle für Erwachsene](#) oder der [Jugendmigrationsdienst](#).

Internet und Free WIFI

Öffentliche, kostenlose WLAN-Hotspots

Kostenloses WLAN gibt es an mehreren Orten zum Beispiel in Innenstädten, Bibliotheken, Restaurants oder Medienhäusern. Dort können Sie mit ihrem eigenen Gerät im Internet surfen.

Privates WLAN

Für ein privates WLAN über Ihr Handy benötigen Sie einen Vertrag.

■ Achtung: Seien Sie vorsichtig bei Handyverträgen. Ein Vertrag, den Sie immer kündigen können, ist besser, als ein Vertrag, der für eine lange Zeit (zum Beispiel 2 Jahre) gilt. Fragen Sie vor Vertragsabschluss bei Ihrer Unterkunftsbetreuung oder bei Ihrem Vermieter nach, ob WLAN technisch überhaupt möglich ist und wie Sie dem Techniker Zugang verschaffen können.

■ Falls Sie Fragen zu Handyverträgen haben, können Sie sich an folgende Stellen wenden: Ihre [Gemeinde](#), ein [Helferkreis](#), die [Migrationsberatungsstelle für Erwachsene](#) oder der [Jugendmigrationsdienst](#).

Informationen für Asylsuchende

Asylsuchende haben in Deutschland leider keinen rechtlichen Anspruch auf einen Internetzugang (WIFI) in ihrer Unterbringung. Deshalb gibt es normalerweise in den Unterkünften kein WIFI (WLAN). Wenn es in der Unterkunft einen Telefonanschluss gibt, ist es möglich, dass Sie selbst einen Vertrag für WLAN abschließen.

Haftpflichtversicherung

Wenn Sie einer Person in Deutschland einen Schaden zufügen, müssen Sie Schadenersatz bezahlen. Auch wenn es nicht mit Absicht war. Das gilt für Personen-, Sach- und Vermögensschäden im privaten Bereich. Zum Beispiel, wenn Sie einen Verkehrsunfall verursachen oder wenn Ihr Kind mit einem Ball eine Fensterscheibe zerbricht.

In Deutschland können Sie eine private Haftpflichtversicherung abschließen. Die Haftpflichtversicherung bezahlt dann die Schäden für Sie und Ihre Familie. Sie können selbst entscheiden, ob Sie diese Versicherung abschließen möchten. Wir empfehlen es Ihnen aber dringend.

Falls Sie Fragen zur Haftpflichtversicherungen haben können Sie sich an folgende Stellen wenden: Ihre [Gemeinde](#), ein [Helferkreis](#), die [Migrationsberatungsstelle für Erwachsene](#) oder der [Jugendmigrationsdienst](#).

Verträge und Mobiltelefon

Verträge

Besonders wichtig: Unterschreiben Sie niemals etwas, was Sie nicht verstanden haben oder nicht lesen können. Sonst kann es sein, dass Sie einen Vertrag oder eine Vereinbarung unterschreiben, nach dem/der Sie etwas bezahlen müssen. Es ist manchmal sehr schwierig, das wieder rückgängig zu machen. Prüfen und vergleichen Sie immer mehrere Angebote und entscheiden Sie sich in Ruhe. Lassen Sie sich von niemandem zu einer Unterschrift drängen.

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 Sie nicht kündigen. Wenn Sie nicht wollen, dass sich der Vertrag automatisch verlängert, müssen Sie schriftlich kündigen. Achten Sie auf die Frist.

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 (60/1, 10/10) wird berechnet?
- 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?

Falls Sie Fragen zum Thema Verträge haben, können Sie sich an folgende Stellen wenden: Ihre [Gemeinde](#), ein [Helferkreis](#), die [Migrationsberatungsstelle für Erwachsene](#) oder der [Jugendmigrationsdienst](#).

Mülltrennung

Es gibt verschiedene Abfälle. Die verschiedenen Abfälle müssen getrennt werden. Anschließend werden sie entsorgt. Dafür ist das Abfallwirtschaftsamt zuständig. Es kümmert sich um das Abholen von dem Abfall.

Abfallwirtschaftsamt, Landratsamt Bodenseekreis

[Glärnischstraße 1 - 3, 88045 Friedrichshafen](#)

[07541/2045199](#)

www.abfallwirtschaftsamt.de

Diesen Müll holt das Abfallwirtschaftsamt ab:

- Die braune Tonne
- Die blaue Tonne
- Die schwarze Tonne
- Den gelben Sack

Was gehört in welche Tonne?

Die braune Tonne ist für den Bio-Müll.

In die Bio-Tonne gehören zum Beispiel Reste von Pflanzen und Lebensmitteln, Küchen-Tücher aus Papier, Eier-Kartons.



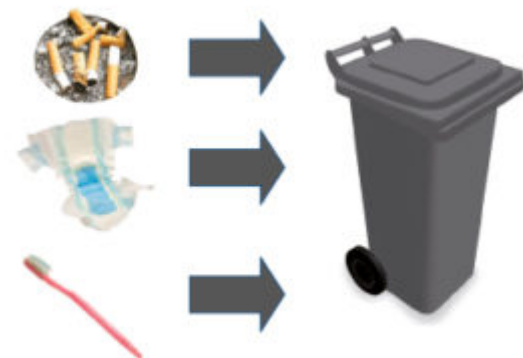
Die braune Tonne ist für den Bio-Müll.

In die Bio-Tonne dürfen nur Pflanzliche Abfälle. Zum Beispiel: Obst und Gemüse, Gartenabfälle, Blätter, Rasenschnitt, Stroh, Heu, Mist, Kompost.



Die blaue Tonne ist für den Papier-Müll.

In die Papier-Tonne dürfen nur Pappe und Papier. Zum Beispiel: Zeitungen und Werbung, Bücher, Briefe und Brief-Umschläge, Papp-Kartons.



Die graue Tonne ist für den Rest-Müll

In die Rest-Müll-Tonne gehören zum Beispiel Zigaretten-Kippen, alte Medikamente, Kehricht, Staub-Sauger-Beutel, Windeln, Damen-Binden und Tampons, Pflaster, Kleiderbügel, Papier mit Folie: Zum Beispiel Aufkleber und Fotos, Damen-Strumpf-Hosen, Back-Papier, Zahn-Bürsten, Rasier-Klingen

Der gelbe Sack ist für Verpackungen und Plastik.

In den Gelben Sack gehören Verpackungen. Zum Beispiel: Plastik-Verpackungen von Lebensmitteln, Plastik-Flaschen ohne Pfand, Tetra-Packs, Konserven-Dosen und Aluminium.



Wann wird der Müll abgeholt?

Am Ende vom Jahr bekommen Sie den Abfuhr-Plan per Post. Dort steht wann welcher Müll abgeholt wird. Sie können sich auch einen [persönlichen Abfuhrkalender hier](#) erstellen.

■ Stellen Sie den Müll am Abfuhr-Tag um 06:00 Uhr morgens an den Straßen-Rand.

Diesen Müll müssen Sie selbst wegbringen:

- **Alt-Glas**

Behälter aus Glas müssen Sie in Sammel-Container werfen.

Sie dürfen das Glas von Montag bis Samstag einwerfen von 08:00 bis 19:00 Uhr einwerfen.

In die Sammel-Behälter für Glas gehören zum Beispiel: Glas-Flaschen, Einmach-Gläser, Konserven-Gläser.

Sie müssen das Glas nach Farben trennen. Und in den richtigen Sammel-Container werfen.



• Abfall mit Schad-Stoffen

Abfall mit Schad-Stoffen ist schädlich für die Gesundheit. Und für die Umwelt. Deshalb darf Abfall mit Schad-Stoffen nicht in den Rest-Müll. Dieser Abfall muss beim Schadstoff-Mobil abgegeben werden. Das Schadstoff-Mobil ist ein besonderer Lastwagen. Das Schadstoff -Mobil kommt 2-mal im Jahr in Ihre Stadt. [Hier sehen Sie die Termine.](#)

Oder Sie geben die Schad-Stoffe im Entsorgungs-Zentrum ab. Das können Sie an bestimmten Nachmittagen tun.

Schad-Stoffe sind zum Beispiel: Farben und Lacke, Putzmittel, Batterien.

Was ist ein Wert-Stoff-Hof?

Ein Wert-Stoff-Hof ist ein Platz in Ihrer Stadt oder Gemeinde. Dort können Sie Wertstoffe abgeben. [Hier finden Sie die Öffnungszeiten.](#)

Was ist ein Entsorgungs-Zentrum?

Ein Entsorgungs-Zentrum ist ein sehr großer Platz für Abfall. Dort können Sie besonderen Abfall abgeben. Zum Beispiel: Garten-Abfall und Sperr-Müll.

Die Entsorgungszentren sind in:

- [Friedrichshafen-Weiherberg bei Raderach](#)
- [Tettngang-Sputenwinkel in Tettngang Bürgermoos](#)
- [Überlingen-Füllenwaid in Überlingen](#)



Rundfunkgebühren

In Deutschland gibt es unabhängiges Radio, Fernsehen und Onlineangebote von ARD, ZDF und Deutschlandradio. Sie berichten frei von wirtschaftlichen und politischen Einflüssen. Dafür bezahlen alle Menschen zusammen Geld. Das nennt man Rundfunkbeitrag.

Das Gesetz legt fest: Für jede Wohnung muss in Deutschland ein Rundfunkbeitrag gezahlt werden. Pro Wohnung muss aber nur eine Person den Rundfunkbeitrag zahlen. Das kostet 17,50 € im Monat und muss an den Beitragsservice von ARD, ZDF und Deutschlandradio bezahlt werden.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website des Rundfunkbeitrags:

■ www.rundfunkbeitrag.de

Auch in mehreren Sprachen:

■ www.rundfunkbeitrag.de/welcome

Muss ich auch Rundfunkgebühren bezahlen?

Manche Menschen können sich von der Zahlung befreien lassen. Zum Beispiel, wenn Sie Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz oder andere Sozialleistungen bekommen. Für die [Befreiung vom Rundfunkbeitrag](#) muss ein Antrag gestellt werden. Im [folgenden Flyer](#) finden Sie was zu tun ist.

Hier kommt man direkt zur Seite, um sich von der Zahlung befreien zu lassen:

🌐 [Der Rundfunkbeitrag - Befreiung oder Ermäßigung beantragen](#)

Steuern und Steuererklärung

Wenn Sie in Deutschland Einkommen haben, müssen Sie Steuern zahlen. Wenn Sie angestellt sind: Ihr Arbeitgeber zahlt die Steuern automatisch für Sie. Sie bekommen dann nur noch den Nettolohn ausgezahlt. Wenn Sie selbstständig sind: Sie müssen Ihre Steuern selbst bezahlen

und selbst rechnen.

Steuerliche Identifikationsnummer

Die Steuer-ID ist eine Nummer mit 11 Zahlen. Diese Nummer braucht man für die Einkommensteuer. Ihre Arbeitsstelle braucht diese Nummer. Wenn Sie die Nummer nicht mehr finden, können Sie sie: im Einwohnermeldeamt / Bürgerbüro bekommen oder beim Bundesamt für Steuern schriftlich anfragen.

Hilfe bei der Steuererklärung

Wenn Sie Unterstützung bei Ihrer Steuererklärung brauchen:

Lohnsteuerhilfe Baden-Württemberg e.V. am Standort Friedrichshafen

■ [Werastraße 54, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/38350](#)

■ friedrichshafen@lohi-bw.de

■ www.lohi-bw.de

Weiterer Standort Friedrichshafen

■ [Riedleparkstraße 22, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/2869977](#)

■ fh-riedlepark@lohi-bw.de

■ www.lohi-bw.de

Weitere Vereine mit unterschiedlichen Standorten:

- [Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.](#)

Schulden und Schuldnerberatung

Sie sind verschuldet und die Bank zahlt kein Geld mehr aus? Der Gerichtsvollzieher steht vor der Tür?

Die **Schuldnerberatung des Landratsamtes Bodenseekreis** berät Personen aus dem Bodenseekreis mit finanziellen Problemen. Die Beratung ist vertraulich, gratis und freiwillig.

Schuldnerberatung, Sozialamt, Landratsamt Bodenseekreis

■ [Glärnischstraße 1 - 3, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/2045105](#)

■ schuldnerberatung@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

■ Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

■ Offene Sprechstunde für dringende Sachen:

Jeden Mittwoch von 09:00 bis 11:30 Uhr sowie Donnerstag von 14:00 bis 16:00 Uhr

Haustiere und Steuern

Wenn Sie in Deutschland einen Hund als Haustier haben, muss dies bei ihrer Gemeinde gemeldet werden und es müssen dafür Steuern bezahlt werden.

Weitere Informationen finden Sie dazu auf folgenden Seiten:

 <https://handbookgermany.de/de/pets>

Wohnen

Wo suche ich eine Wohnung?

Wichtig zu wissen

Im Bodenseekreis ist es sehr schwer, eine Wohnung zu finden. Deshalb sollten Sie versuchen, so früh wie möglich mit der Suche anzufangen. Sie sollten auch versuchen, flexibel zu sein, was den genauen Wohnort anbelangt und bereit sein, Kompromisse einzugehen.

Suche im Internet auf Wohnungsportalen

Die meisten Wohnungsanzeigen finden Sie heutzutage im Internet.

Hier finden Sie einige Adressen zur Wohnungssuche im Internet:

■ www.meinestadt.de

■ <http://www.vierwaen.de/>

■ www.wohnung-mieten.de

■ www.immonet.de

■ www.wg-gesucht.de

■ www.immozentral.com

■ www.immobilienscout24.de

■ www.wohnungsmarkt24.de

■ www.nestoria.de

■ www.wohnung-jetzt.de

Suche in den Sozialen Medien

Inzwischen werden viele Wohnungsanzeigen auch auf Sozialen Medien wie Facebook (oft in Ortsgruppen) veröffentlicht. In den Gruppen können auch Wohnungssuchende inserieren, dass Sie eine Wohnung suchen.

Suche in Zeitungen (teilweise auch Online verfügbar)

Außerdem finden Sie Anzeigen in lokalen Zeitungen (z.B. im Südkurier, oder der Schwäbischen Zeitung), die von Vermietern eingestellt werden. Sie können auch selber eine Anzeige in einer Zeitung (gegen Gebühren) schalten und Ihre Mietsuche inserieren. Manchmal funktioniert dieser Weg, um an eine Wohnung zu kommen.

Suche im Nachbar- und Bekanntenkreis

Oft kommt man auch durch persönliche Kontakte im Nachbar- und Bekanntenkreis zu einer Wohnung. Teilen Sie Ihren Bekannten mit, dass Sie auf Wohnungssuche sind. Wenn Sie in einem Verein sind, teilen Sie auch dort mit, dass Sie eine Wohnung suchen. Vielleicht kann Ihnen jemand aus dem Verein weiterhelfen oder kennt jemanden, der eine Wohnung vermietet.

Suche an öffentlichen Plätzen

Achten Sie auch auf Aushänge bei Bankfilialen oder auf Aushänge an anderen öffentlichen Plätzen. Manchmal (zwar seltener) sind auch dort Wohnungen ausgeschrieben.

Wohnberechtigungsschein und Sozialwohnungen

Wenn Sie ein niedriges Einkommen haben, können Sie unter bestimmten Voraussetzungen einen Wohnberechtigungsschein für eine Sozialwohnung beantragen. Wenden Sie sich hierfür an Ihre [Gemeinde](#). Dort können Sie auch direkt klären, welche Unterlagen Sie in Ihrem Fall vorlegen müssen.

■ Bitte beachten Sie, dass Sie auch mit einem Wohnberechtigungsschein keinen Anspruch auf eine Sozialwohnung haben.

Welche Unterlagen brauche ich?

Die **Bewerbung für die Wohnungssuche** enthält meistens folgende Unterlagen:

1. Anschreiben auf die Wohnungsanzeige
2. Mieter-Selbstauskunft
3. Einkommensnachweise bzw. Leistungsbescheid
4. Schufa-Auskunft
5. Kopien der Personalausweise
6. Bescheinigung über Mietschuldenfreiheit

Wenn Sie diese Unterlagen sorgfältig vorbereiten, haben Sie bessere Chancen auf eine Zusage für die Wohnung.

1. Anschreiben auf die Wohnungsanzeige

Beim Anschreiben verfassen Sie einen kurzen Text, in dem Sie sich vorstellen und erklären, warum Sie sich für diese Wohnung interessieren. Versuchen Sie im Anschreiben auf folgende Fragen einzugehen:

- Wer gehört zu Ihnen bzw. soll in die Wohnung einziehen?
- Warum sind Sie auf Wohnungssuche?
- Warum bewerben Sie sich für genau diese Wohnung in dieser Gegend?

So könnte ein Anschreiben aussehen:

Betreff: Bewerbung für die 3-Zimmer-Wohnung in der Mustermann-Straße 1, 88677 Markdorf

Sehr geehrter Herr Mustermann,

Ihre 3-Zimmer-Wohnung in der Mustermann-Straße 1 in Markdorf ist genau das, was wir uns für unser neues Zuhause wünschen.

Wir (Herr und Frau Mustermann mit unserer 3-jährigen Tochter) sind auf der Suche nach einer größeren Wohnung in einer ruhigen Gegend in Markdorf.

Die von Ihnen angebotene Wohnung ist ideal für eine kleine Familie und bietet genügend Platz für uns Drei.

Auch die Lage der Wohnung ist optimal für uns. Wir erreichen unsere Arbeitsplätze schnell und der Kindergarten unserer Tochter ist nur wenige Gehminuten entfernt.

Wir sind beide berufstätig. Unsere Einkommensnachweise finden Sie anbei.

Wir könnten ab dem TT.MM.JJJJ einziehen.

Wir freuen uns darauf, von Ihnen zu hören und gemeinsam die Wohnung zu besichtigen.

Mit freundlichen Grüßen

Herr und Frau Mustermann mit Tochter

Anlagen:

Selbstauskunft

Einkommensnachweise bzw. Leistungsbescheid

Schufa-Auskunft

Kopien der Personalausweise

Bescheinigung über Mietschuldenfreiheit

■ Seien Sie im Anschreiben sachlich und ehrlich. Sollten Sie aktuell keine Arbeit haben, formulieren Sie es so: Die Miete für die Wohnung wird durch das Jobcenter gesichert.

2. Mieter-Selbstauskunft

Die erste Frage, die sich jeder Vermieter stellt, lautet: Wer möchte hier einziehen? Die Selbstauskunft liefert die Antwort. In diesem Dokument geben Sie Auskunft über alle relevanten persönlichen Informationen, die für den Vermieter von Interessen sind. Das sind:

- Vor- und Nachname
- Geburtstag
- Aktuelle Adresse
- Kontaktmöglichkeiten (Telefon und E-Mail)
- Aktueller Beruf und Arbeitgeber
- Monatliches Einkommen

Sie können die Mieter-Selbstauskunft selber aufsetzen.

■ Wichtig ist: Wenn Sie nicht alleine einziehen wollen, sondern mit einem Partner, Ihrer Familie oder in einer WG, sollten alle Mieter jeweils eine Selbstauskunft abgeben.

3. Einkommensnachweis

Vermieter wollen sicher sein, dass Sie monatliche Miete bezahlen können. Ein Einkommensnachweis ist ein wichtiges Dokument, um Ihre finanzielle Situation zu zeigen. Meistens wird ein Nachweis über die letzten drei Monate gefragt. Geben Sie immer das gesamte gemeinsame Einkommen ein (Familien, Paare usw.).

■ Sollten Sie kein eigenes Einkommen haben, reichen Sie den Leistungsbescheid vom Jobcenter ein.

4. Schufa-Auskunft

Eine Schufa-Auskunft gibt Auskunft über Ihre Zahlungsfähigkeit. Online können Sie eine [Schufa-Auskunft](#) beantragen. Kümmern Sie sich frühzeitig darum, damit diese rechtzeitig für die Wohnungssuche ankommt.

■ Die kostenlose Variante der Schufa-Auskunft heißt "[Datenkopie nach Art. 15 DS-GVO](#)". Diese reicht für Vermieter aus.

5. Personalausweis in Kopie

Eine Kopie des Personalausweises (oder eines Aufenthaltstitels) gehört auch in die Bewerbung für ein Wohnung.

■ Alle Mieter, die in das Objekt einziehen wollen, fügen Kopien hinzu.

6. Bescheinigung der Mietschuldenfreiheit

Zukünftige Vermieter möchten oft wissen, ob Sie frei von Mietschulden sind. Die Bescheinigung der Mietschuldenfreiheit zeigt, dass Sie Ihre Miete beim bisherigen Vermieter kontinuierlich und pünktlich gezahlt haben.

Ihr bisheriger Vermieter kann Ihnen eine Bescheinigung ausstellen, dass Sie keine Mietschulden haben.

■ Eine weitere Möglichkeit, Ihre Mietschuldenfreiheit nachzuweisen, sind Kontoauszüge aus dem letzten Jahr, die jeweils pünktliche Zahlungen zeigen.

Unterstützung und Beratung

Beratung

Deutscher Mieterbund Bodensee e.V. Beratungsstelle Überlingen

■ [Mühlenstr. 4, 88667 Überlingen](#)

■ [07551/67678](tel:0755167678)

■ www.mieterbund-bodensee.de

Deutscher Mieterbund Bodensee e.V. Beratungsstelle Konstanz

■ [Zähringerplatz 15, 78464 Konstanz](#)

■ [07531/25913](tel:0753125913)

■ www.mieterbund-bodensee.de

Mieterverein Oberschwaben e.V. Beratungsstelle Ravensburg

■ [Seestr. 15, 88214 Ravensburg](#)

■ [07512/4541](tel:075124541)

■ www.mieterverein-oberschwaben.de

Finanzielle Unterstützungen

• Wohnberechtigungsschein und Sozialwohnungen

Wenn Sie ein niedriges Einkommen haben, können Sie unter bestimmten Voraussetzungen einen Wohnberechtigungsschein für eine Sozialwohnung beantragen. Wenden Sie sich hierfür an Ihre [Gemeinde](#). Dort können Sie auch direkt klären, welche Unterlagen Sie in Ihrem Fall vorlegen müssen.

■ Bitte beachten Sie, dass Sie auch mit einem Wohnberechtigungsschein keinen Anspruch auf eine Sozialwohnung haben.

• Wohngeld

Wenn Ihr Einkommen sehr gering ist, können Sie unter weiteren Voraussetzungen Wohngeld beantragen und einen Mietzuschuss bekommen.

Mehr Informationen und Ansprechpersonen finden Sie unter:

■ www.bodenseekreis.de

Die Wohngeldstelle des Landratsamtes Bodenseekreis ist für alle Gemeinden des Bodenseekreises zuständig, außer für die Großen Kreisstädte Friedrichshafen und Überlingen.

Wenn Sie in Friedrichshafen wohnen, erhalten Sie weitere Informationen unter:

■ www.friedrichshafen.de

Wenn Sie in Überlingen wohnen, erhalten Sie weitere Informationen unter:

■ [Wohngeld beantragen • Stadt Überlingen \(ueberlingen.de\)](#)

• **Hilfen zum Lebensunterhalt (z.B. Erstaussstattung der Wohnung)**

Wenn Sie keine Arbeit haben, kein Vermögen haben und Ihr Familieneinkommen nicht ausreicht können Sie unterschiedliche Hilfen beim Sozialamt beantragen (z.B. zur Erstaussattung der Wohnung, Erstaussattungen für Neugeborene).

Mehr Informationen und Ansprechpersonen finden Sie unter:

■ www.bodenseekreis.de

Begriffe und Kosten

Wichtige Begriffe und Kosten

Erklärung von wichtigen Abkürzungen bei Wohnungsanzeigen:

Whg. = Wohnung; App. = Apartment; WG = Wohngemeinschaft; Zi. = Zimmer; ZKB = Zimmer-Küche-Bad; EG = Erdgeschoss; 1. OG = 1. Obergeschoss; Wohnfl.= Wohnfläche; EBK = Einbauküche; teilmbL. = teilmöbliert; inkl. = inklusive; MM = Miete pro Monat; NK = Nebenkosten; HK = Heizkosten; Kaut. = Kautio

Mietvertrag

Eine Zusage für eine Wohnung wird erst durch einen Mietvertrag verbindlich. Im Mietvertrag werden sowohl die Rechte und Pflichten des Vermieters als auch die Rechte und Pflichten des Mieters geklärt. Der Mietvertrag enthält zudem viele weitere wichtige Details, die Sie sich sorgfältig durchlesen sollten (Abrechnung der Heiz- und Betriebskosten, Kündigungsfristen, Tierhaltung, Untervermietung und vieles mehr).

■ Lesen Sie den Mietvertrag sorgfältig bevor Sie ihn unterschreiben. Lassen Sie den Mietvertrag auch von einem Bekannten mit guten Deutschkenntnissen durchlesen oder holen Sie sich professionelle Unterstützung, wie zum Beispiel beim [Mieterschutzbund](#). Dieser unterstützt Mieter bei rechtlichen Fragen rund um die Miete. Bei Streitigkeiten mit dem Vermieter kann Sie der Mieterschutzbund beraten. Die Beratung ist an eine Mitgliedschaft (gegen Gebühr) gebunden.

Hausordnung

In der Hausordnung sind die Regeln des Zusammenlebens im Haus beschrieben. Dazu zählen z.B. Ruhezeiten im Haus von 22 bis 8 Uhr, Schnee räumen im Winter, regelmäßige Reinigung des Treppenhauses und vieles mehr. Lesen Sie die Vorschriften in der Hausordnung genau durch.

Wohnungsgeberbescheinigung

Dieses Formular muss Ihr Vermieter ausfüllen. Sie brauchen diese Bescheinigung für Ihre Ummeldung (Änderung Ihrer Adresse) in Ihrer Gemeinde bzw. beim Einwohnermeldeamt.

■ Sie müssen sich so schnell wie möglich in Ihrer neuen Gemeinde ummelden, spätestens nach 2 Wochen.

Kaltmiete

Die Kaltmiete bezieht sich auf die Kosten für die Wohnung **ohne** Nebenkosten wie Wasser, Heizung, Wassererwärmung, Hausmeister und die Grundsteuer. Die Kaltmiete ist immer niedriger als die Warmmiete.

Warmmiete

Die Warmmiete bezieht sich auf die gesamten Kosten für die Wohnung, das heißt die Kaltmiete plus Nebenkosten. Aber: Manchmal kommen zu der Warmmiete noch zusätzliche Kosten dazu, wie zum Beispiel Strom, Rundfunk (Radio, Fernsehen) und Müllentsorgung.

■ Bei der Wohnungssuche sollte immer darauf geachtet werden, ob in der Wohnungsanzeige die Kaltmiete oder die Warmmiete angegeben ist. Ohne Angaben der Nebenkosten wirken einige Wohnungsangebote täuschend günstig. Klären Sie deswegen vorab, welche Kosten bei der Miete inbegriffen sind.

Kautio

Die Kautio dient dem Vermieter als finanzielle Sicherheit, falls etwas an der Wohnung kaputt gehen sollte. Die Kautio beträgt meist 2-3 Kaltmieten.

Am Ende des Mietverhältnisses wird die Kautio zurückgezahlt, wenn die Wohnung sauber und ohne Mängel an den Vermieter/Nachmieter übergeben wird.

■ Fotografieren Sie am besten beim Einzug bzw. bei der Wohnungsübergabe den Zustand der Wohnung. So können Sie später beim Auszug nachweisen, welche Mängel bereits beim Einzug vorherrschten.

Mieter-Selbstauskunft

Die Mieter-Selbstauskunft ist eine Art Fragebogen, die vom Vermieter eingefordert wird. Der Vermieter möchte vor allem überprüfen, ob der Mieter in der Lage ist, die Miete zu bezahlen. Sie können die Mieter-Selbstauskunft selber aufsetzen. Sie enthält folgende Angaben:

- Vor- und Nachname
- Geburtstag
- Aktuelle Adresse
- Kontaktmöglichkeiten (Telefon und E-Mail)
- Aktueller Beruf und Arbeitgeber
- Monatliches Einkommen

Schufa-Auskunft

Eine Schufa-Auskunft gibt Auskunft über Ihre Zahlungsfähigkeit. Online können Sie eine [Schufa-Auskunft](#) beantragen. Kümmern Sie sich frühzeitig darum, damit diese rechtzeitig für die Wohnungssuche ankommt.

Die kostenlose Variante der Schufa-Auskunft heißt "[Datenkopie nach Art. 15 DS-GVO](#)". Diese reicht für Vermieter aus.

Verhalten in der Wohnung

Grundsätzliches zum Wohnen

Heizen und Lüften:

Heizen Sie so, dass die Raumtemperatur 19-21 Grad beträgt. In Schlafräumen liegt die optimale Temperatur bei 16-18 Grad.

Ausreichendes Lüften ist wichtig:

Öffnen Sie täglich 2-3 mal die Fenster für ungefähr 10 Minuten, um frische Luft ins Zimmer zu lassen. Ein gekipptes Fenster ist nicht effektiv genug. Bei Temperaturen unter 0 Grad reichen 5 Minuten Lüften aus. Achten Sie darauf, Heizkörper nicht abzudecken. Wenn Sie länger abwesend sind, drehen Sie die Heizung ab.

Wasser sparen:

Drehen Sie alle Wasserhähnen immer zu. Duschen Sie statt ein Bad zu nehmen und spülen Sie Geschirr nicht unter fließendem Wasser.

Schimmel in Bad, Küche und Schlafräumen vermeiden:

Lüften Sie direkt nach dem Aufstehen, Kochen und Duschen oder Baden. Achten Sie darauf, dass Möbel 5-10 cm von der Außenwand entfernt stehen.

Energie sparen:

Um Ihre Stromrechnung gering zu halten, achten Sie auf neue energieeffiziente Geräte im Haushalt. Verwenden Sie eine Steckerleiste, die man abschalten kann. So können Sie Ihre Geräte konsequent abschalten, wenn Sie diese nicht benötigen.

 [Flyer Economical use of energy](#)

Unterkünfte für Asylsuchende und Spätaussiedler

Gemeinschaftsunterkunft (Asylsuchende und Spätaussiedler)

Als Asylsuchender stellt Ihnen das Landratsamt eine Bleibe in einer Gemeinschaftsunterkunft zur Verfügung. Solange Ihr Asylverfahren dauert, wohnen Sie dort.

Auch deutsche Spätaussiedler haben die Option, bis zu einem Jahr in einer Gemeinschaftsunterkunft unterzukommen.

■ Als Asylsuchender haben Sie in den ersten drei Monaten nach Ihrer Ankunft in Deutschland eine Residenzpflicht. Das heißt, dass Sie das Bundesland Baden-Württemberg nicht ohne Erlaubnis verlassen dürfen. Die Ausländerbehörde entscheidet über eine Erlaubnis (schriftliche Genehmigung). Ab dem vierten Monat können Sie dann frei in Deutschland reisen.

Anschlussunterbringung (Asylsuchende)

Nach 24 Monaten in der Gemeinschaftsunterkunft oder wenn über Ihren Asylantrag entschieden wurde, müssen Sie aus der Gemeinschaftsunterkunft ausziehen.

Vor dem Auszug können Sie sich eine eigene Wohnung suchen. Wenn Sie keine finden, werden Sie vom Landratsamt in eine Anschlussunterkunft untergebracht.

■ Bitte informieren Sie Ihre Gemeinde, wenn Sie Arbeit aufnehmen, damit die Leistungszahlungen (auch die Miete) rechtzeitig angepasst werden können.

Kontakt

Amt für Migration und Integration, Landratsamt Bodenseekreis

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.albrechtstrasse75.de)

■ [07541/2045095](tel:075412045095)

■ migration@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Kultur, Freizeit, Ehrenamt

Vereine und Freizeit

Vereine im Bodenseekreis

Vereine sind Gruppen, in denen Menschen zusammenkommen, weil sie ähnliche Interessen oder Hobbys haben. In einem Verein können die Mitglieder gemeinsam etwas unternehmen, sich austauschen und voneinander lernen. Vereine sind wichtig, weil sie den Menschen helfen, sich in eine Gemeinschaft einzufinden und sich besser in die Gesellschaft zu integrieren. Besonders für Menschen, die neu in einem Land oder einer Region sind, können Vereine eine wichtige Unterstützung bieten. Im Landkreis Bodenseekreis gibt es viele verschiedene Vereine, die in den Städten und Gemeinden aktiv sind. Diese Vereine bieten den Menschen die Möglichkeit, sich zu treffen, zusammen Spaß zu haben oder sich gemeinsam für etwas zu engagieren.

Die Übersicht mit der Liste der Vereine

Die Gemeinde Bermatingen: ■ [Folgen Sie diesem Link - www.bermatingen.de](http://www.bermatingen.de)

Die Gemeinde Daisendorf: ■ [Folgen Sie diesem Link - www.daisendorf.de](http://www.daisendorf.de)

Die Gemeinde Deggenhausertal: [Folgen Sie diesem Link - www.deggenhausertal.de](#)

Die Gemeinde Eriskirch: [Folgen Sie diesem Link - Vereine und Organisationen | Gemeinde Eriskirch](#)

Die Gemeinde Frickingen: [Folgen Sie diesem Link - www.frickingen.de](#)

Die Stadt Friedrichshafen: [Folgen Sie diesem Link - www.friedrichshafen.de](#)

Die Gemeinde Hagnau: [Folgen Sie diesem Link - www.gemeinde-hagnau.de](#)

Die Gemeinde Heiligenberg: [Folgen Sie diesem Link - www.heiligenberg.de](#)

Die Gemeinde Immenstaad: [Folgen Sie diesem Link - www.immenstaad.de](#)

Die Gemeinde Kressbronn: [Folgen Sie diesem Link - Vereine \(kressbronn.de\)](#)

Die Gemeinde Langenargen: [Folgen Sie diesem Link - www.langenargen.de](#)

Die Stadt Markdorf: [Folgen Sie diesem Link - www.markdorf.de](#)

Die Gemeinde Meckenbeuren: [Folgen Sie diesem Link - www.meckenbeuren.de](#)

Die Stadt Meersburg: [Folgen Sie diesem Link - Vereine | Stadt Meersburg](#)

Die Gemeinde Neukirch: [Folgen Sie diesem Link - Vereine - Gemeinde Neukirch \(neukirch-gemeinde.de\)](#)

Die Gemeinde Oberteuringen: [Folgen Sie diesem Link - www.oberteuringen.de](#)

Die Gemeinde Owingen: [Folgen Sie diesem Link - Vereine: Gemeinde Owingen](#)

Die Gemeinde Salem: [Folgen Sie diesem Link - www.salem-baden.de](#)

Die Gemeinde Sipplingen: [Folgen Sie diesem Link - www.sipplingen.de](#)

Die Gemeinde Stetten: [Folgen Sie diesem Link - www.gemeinde-stetten.de](#)

Die Stadt Tettngang: [Folgen Sie diesem Link - www.tettngang.de](#)

Die Stadt Überlingen: [Folgen Sie diesem Link - www.ueberlingen.de](#)

Die Gemeinde Uhldingen-Mühlhofen: [Folgen Sie diesem Link - www.uhldingen-muehlhofen.de/](#)

Kulturvereine

Die Migrantenorganisationen

Kulturvereine sind für alle Menschen mit einem Migrationshintergrund. Sie sind auch für Menschen, die Interesse an einer bestimmten Kultur haben. In Kulturvereinen können sich die ganzen Menschen austauschen. Es gibt unterschiedliche Angebote, wie zur Sprache, zur Bildung und Kulturfeste. Die Vereine finden Sie auf der Internetseite Ihrer [Stadt oder Gemeinde](#).

Eine große Anzahl von Vereinen in Friedrichshafen finden Sie auch [hier](#).

■ In Baden-Württemberg können Sie Ihre Fragen auch gibt des den Landesverband der kommunalen Migrantenvertretungen (LAKA-BW). Auch da kann man Fragen stellen.

Der Landesverband der kommunalen Migrantenvertretungen Baden-Württemberg (LAKA-BW)

Der Kontakt:

■ [Charlottenstraße 25, 70182 Stuttgart](#)

■ [+4971124837202](#)

■ [www.laka-bw.de](#)

Sportvereine

In Sportvereinen macht man zusammen mit anderen Sport. Dadurch kann man auch Freunde finden.

Im Bodenseekreis gibt es verschiedene Sportvereine mit unterschiedlichen Angeboten. Welche Angebote es in Ihrer Stadt gibt, finden Sie auf der Internetseite Ihrer [Stadt/Gemeinde](#).

Außerdem bietet der Sportkreis Bodensee e.V. eine großes Angebot an Sportaktivitäten.

■ [Sportkreis Bodensee e.V.](#)

■ Fragen Sie bei Interesse dort einfach nach, wann das nächste Training stattfindet und ob Sie zu einem Probetraining vorbei kommen dürfen.

Kino, Kultur, Kunst

Jede [Gemeinde im Bodenseekreis](#) hat ein eigenes Angebot an Veranstaltungen im Bereich Kultur, Kino, Kunst und Theater.

(Kunst-) Vereine in Ihrer Gemeinde finden Sie [hier](#).

Kunst, Kultur, Kino und Museen in Friedrichshafen finden Sie [hier](#).

Kunstsammlungen, Galerien und Archive des Bodenseekreises finden Sie [hier](#).

Die Angebote der Jugendkunstschule finden Sie [hier](#).

Jugendarbeit und Jugendfreizeit

Jugendtreffs

Jugendtreffs sind Orte der Begegnung für Jugendliche und junge Erwachsene. In den Jugendtreffs gibt es viele verschiedene Angebote. Sie sind meistens gratis.

Du hast Lust, neue junge Leute zu treffen? Dann schau in dem Treff in deiner Nähe vorbei.

Friedrichshafen

- **Jugendtreff Ailingen**

■ [Haldenweg 50, 88048 Friedrichshafen](#)

☎ [0151/51440655](tel:0151/51440655)

📍 [Jugendtreff Ailingen](#)

■ [Ettenkircher Straße 19, 88048 Friedrichshafen](#)

☎ [0151 14825403](tel:0151 14825403)

📍 [Jugendtreff Jugendtreff Ettenkirch](#)

- **Jugendtreff Kitzenwiese**

■ [Ravensburgerstraße Ecke Länderöschstraße \(Skaterpark\), 88046 Friedrichshafen](#)

☎ [0151/72083830](tel:0151/72083830)

- **Jugendtreff Kitzenwiese**

- **Jugendtreff Kluffern**

■ [Bahnhofstraße 13, 88048 Friedrichshafen](#)

☎ [0170/4571885](tel:0170/4571885)

📍 [Jugendtreff Kluffern](#)

- **Jugendtreff PRO (Albert-Merglen-Schule)**

■ [Heinrich-Heine-Straße 22/1, 88045 Friedrichshafen](#)

☎ [0175/4313875](tel:0175/4313875)

📍 [Jugendtreff PRO](#)

- **Jugendtreff Schreienesch**

■ [Ulrichstraße 22, 88046 Friedrichshafen](#)

☎ [0151/72083830](tel:0151/72083830)

- **Jugendzentrum MOLKE**

■ [Meistershofener Straße 11, 88045 Friedrichshafen](#)

☎ [07541/386725](tel:07541/386725)

📍 [Jugend- und Kulturzentrum MOLKE](#)

- **Kinder- und Jugendtreff Wiggenhausen**

■ [Bodelschwinghstraße 39, 88045 Friedrichshafen](#)

☎ [+49 151 14825403](tel:+49 151 14825403)

📍 [Kinder- und Jugendtreff Wiggenhausen](#)

- **Spielehaus & Spielbus**

■ [Meistershofener Str. 11a, 88045 Friedrichshafen](#)

☎ [07541/203 55525](tel:07541/203 55525)

📍 [Spielehaus und Spielbus](#)

Jugendtreff Ettenkirch

Bermatingen

- **Jugendtreff Bermatingen**
■ [Schulstraße 16, 88697 Bermatingen](#)

@bermatingen.jugendtreff@gmx.de
■ [www.bermatingen.de](#)

Kressbronn

- **Jugendtreff Kressbronn**
■ [Seesporthalle/Cube, Maicher Straße 33, 88079 Kressbronn](#)
@jugendarbeit@kressbronn.de

🌐 [jugendtreff "Schau doch mal rein"](#)

Langenargen

- **Jugendhaus Stellwerk**
■ [Mühlesch 2, 88085 Langenargen](#)
☎ [0151 5288 5368](#) oder ■ [07543 9330 47](#)
■ [www.langenargen.de](#)

Markdorf

- **Kinder- und Jugendcafé ZEPP**
■ [Zeppelinstraße 7, 88677 Markdorf](#)
☎ [07544/71048](#)

🌐 [jugendcafé ZEPP](#)
- **Jugendtreff SkatesOpen**
■ [Ensisheimerstraße 26, 88677 Markdorf](#)
■ [07544/71048](#)

🌐 [Skatesopen an der Trendsportanlage](#)

Meckenbeuren

- **Jugendcafe Meckenbeuren**
■ [Graf-Zeppelin-Straße 22, 88074 Meckenbeuren](#)
☎ [+49 \(0\) 7542912009](#) oder [01603647429](#)
■ [www.meckenbeuren.de](#)

Oberteuringen

- **Jugendraum „Jura“ in der Gemeindehalle Oberteuringen**
■ [St. Martin – Platz 9, 88094 Oberteuringen](#)
@jugendraum@oberteuringen.de

🌐 [jugendraum "Jura"](#)

Salem

- **Jugendtreff "Teekessele"**
■ [Kirchgasse 1, 88682 Salem](#)
☎ [0160/90122956](tel:016090122956)
■ www.salem-baden.de
- **Jugendtreff in der Neuen Mitte**
📍 [Am Schlossee 3, 88682 Salem](#)
☎ [0160/90122956](tel:016090122956)
🌐 www.salem-baden.de

Tettang

- **Jugendhaus Tettang**
■ [Schulstr. 2, 88069 Tettang](#)
■ [07542/55665](tel:0754255665)
■ www.jugendhaus-tettang.de

Überlingen

- **Jugendcafé**
■ [Bahnhofstraße 3, 88662 Überlingen](#)
- ☎ [+49 \(0\) 7551991173](tel:+4907551991173) oder [+49 \(0\) 7551991171](tel:+4907551991171)
- 🌐 [Jugendcafé](#)

Uhdingen-Mühlhofen

- **Jugendtreff**
■ [Mühlhofen, Aachstraße 4, 88690 Uhdingen-Mühlhofen](#)
☎ [07556/71726](tel:0755671726) oder ☎ [01525/1497356](tel:015251497356)
- 🌐 [Jugendtreff](#)

Mitmachen Ehrensache

Der Aktionstag „Mitmachen Ehrensache“ findet jedes Jahr im Dezember statt. Bei dem Aktionstag geht es um freiwilliges Engagement und Berufsorientierung. Das heißt Jugendliche arbeiten freiwillig einen Tag bei einem Arbeitgeber. Ihr Lohn wird dann für einen guten Zweck gespendet. Dabei lernen sie den Arbeitgeber kennen und können sich überlegen, ob dieser Beruf zu ihren Erwartungen passt. Alle Jugendlichen können mitmachen. Die Jugendlichen einer Schule wählen zusammen aus, für welchen guten Zweck ihr Lohn gespendet wird.

Besonders engagierte Jugendliche können sich außerdem zu Botschaftern ausbilden lassen. Sie bewerben die Aktion bei ihren Freunden und an ihrer Schule.

Weitere Informationen:

■ www.bodenseekreis.de

Jugendmedienwoche

Jedes Jahr in den Herbstferien führt das Landratsamt Bodenseekreis die JugendMedienwoche durch. In dieser Woche können Kinder und Jugendliche etwas über den richtigen Umgang von Medien lernen. Es gibt Workshops, Vorträge und weitere Aktionen rund um das Thema Medien.

Hier findet ihr weitere Informationen und Anmeldung:

■ www.bodenseekreis.de

Ehrenamt

Bürgerschaftliches Engagement

Was ist das bürgerschaftliche Engagement?

Menschen, die anderen Menschen oder einer Sache helfen, arbeiten ehrenamtlich. Sie arbeiten freiwillig in ihrer Freizeit und bekommen kein Geld dafür.

Man nennt das auch bürgerschaftliches Engagement oder Ehrenamt.

Bürgerschaftliches Engagement hilft der Gesellschaft.

Es schafft Vertrauen, Solidarität und zeigt, dass Menschen Verantwortung übernehmen.

Beispiele für ehrenamtliche Arbeit

- Älteren Menschen helfen
- Menschen mit Behinderung unterstützen
- Nachbarn helfen
- Flüchtlingen helfen
- Im Sportverein mitarbeiten
- Im Tierheim helfen
- und viele andere Dinge mehr

Sie haben Fragen zum bürgerschaftlichen Engagement? Kontaktieren Sie:

Servicestelle Bürgerschaftliches Engagement, Landratsamt Bodenseekreis

Nadja Gauß & Miriam Moll

■ Albrechtstraße 75, 88045Friedrichshafen

■ 07541/2045605

■ buergerengagement@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Beauftragte für Bürgerschaftliches Engagement, Stadt Friedrichshafen

Sandra Sebetic

■ [Adenauerplatz 1, 88045 Friedrichshafen](https://www.adenauerplatz1.de)

■ [07541/ 2033119](tel:075412033119)

■ engagement@friedrichshafen.de

■ www.friedrichshafen.de

Anlaufstelle für Bürgerengagement Stadt Tettngang

Melanie Friedrich

■ [Montfortstraße 2, 88069 Tettngang](https://www.montfortstrasse2.de)

■ [07542510107](tel:07542510107)

■ melanie.friedrich@tettngang.de

■ www.tettngang.de

Büro für Gemeinwesenarbeit in Oberteuringen

■ [St.-Martin-Platz 9, 88094 Oberteuringen](https://www.st-martin-platz9.de)

Inklusives Oberteuringen

Annika Taube

■ [0754629965](tel:0754629965)

■ Annika.Taube@Oberteuringen.de

Lebensräume Jung und Alt

■ [0754635298953](tel:0754635298953)

■ lebensraum.oberteuringen@stiftung-liebenau.de

■ www.oberteuringen.de

Möchten Sie sich engagieren?

Die Freiwilligenbörse bietet in Form einer Datenbank einen Überblick der aktuellen Angebote von Vereinen und Initiativen.

■ [Hier geht es zur Freiwilligenbörse.](#)

Ihr Verein/Ihre Initiative sucht ehrenamtliche Unterstützung?

Registrieren Sie sich in der Freiwilligenbörse wenn in Ihrem Verein oder Ihrer Initiative Ehrenamtliche gesucht werden.

■ [Hier geht es zur Anmeldung bei der Freiwilligenbörse.](#)

Sie sind ehrenamtlich engagiert und möchten sich fortbilden?

■ [Hier geht es zum Fortbildungsprogramm für bürgerschaftlich Engagierte.](#)

Helferkreise für Zugewanderte

In fast jeder Stadt und Gemeinde im Bodenseekreis gibt es Gruppen, die Migranten unterstützen. Die Helferkreise helfen, sich in der neuen Umgebung zurechtzufinden. Sie unterstützen zum Beispiel bei Fragen im Alltag, z. B. wenn ein Brief auf Deutsch nicht verstanden wird. Viele Helferkreise helfen auch beim Deutsch lernen.

Helferkreise im Bodenseekreis:

Hier können Sie die Kontakte zu den Helferkreisen finden:

- ["Bürger füreinander" Bermatingen](#)
- [Freundeskreis Flucht und Asyl Markdorf](#)
- [Helferkreis Flucht und Asyl Oberteuringen](#)
- [Helferkreis Kressbronn "Ein Herz für Flüchtlinge"](#)
- [Ökumenischer Helferkreis Asyl St. Columban](#)
- [Helferkreis "Geflüchtete in der Turnhalle" Kressbronn](#)
- [Integrationsnetzwerk Tettngang](#)

Möchten Sie mehr erfahren oder selbst als Helfer aktiv werden? Dann melden Sie sich beim:

Amt für Migration und Integration, Landratsamt Bodenseekreis

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

■ integration@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Ausbildung, Arbeit und Studium

Ausbildung und Schule

Ausbildung (dual und vollschulisch)

In Deutschland ist es von großem Vorteil, wenn man einen **Berufsabschluss** hat. Menschen mit einem Berufsabschluss verdienen im Laufe ihres Lebens im Durchschnitt mehr, sind seltener arbeitslos und haben weniger befristete Arbeitsverträge als diejenigen, die ohne Berufsabschluss eine Arbeit suchen.

Achtung: Ob Sie eine Ausbildung machen dürfen, erfragen Sie bitte bei Ihrer Ausländerbehörde (dies gilt nicht für EU-Bürger). Drittstaatsangehörige benötigen einen Aufenthaltstitel, um eine Ausbildung zu beginnen. Besondere Regelungen gelten auch für Asylsuchende, die unter bestimmten Voraussetzungen eine Ausbildungsduldung beantragen können. Wenn Sie einen Ausbildungsvertrag haben, sollten Sie schnellstmöglich bei der Ausländerbehörde die Beschäftigungserlaubnis beantragen. Mehr zum Thema Ausbildungsduldung finden Sie [hier unter diesem Link](#).

Duale Ausbildung

Eine Besonderheit in Deutschland ist die duale Ausbildung. Eine duale Ausbildung findet zu etwa einem Drittel der Zeit in der Berufsschule und zu etwa zwei Dritteln in einem

Ausbildungsbetrieb statt. So lernen sie sowohl die Theorie als auch die Praxis und verdienen schon während der Ausbildung Geld im Betrieb.

Je nachdem, welche Art von Beruf Sie in einer dualen Ausbildung erlernen möchten, wenden Sie sich an die passende Stelle:

Handwerkskammer (HWK)

Für handwerkliche Berufe ist die Handwerkskammer (HWK) zuständig. Hier geht es um Berufe wie Bäcker, Maurer oder Maler.

Handwerkskammer Ulm

Der Kontakt:

■ [Olgastraße 72, 89073 Ulm](#)

■ [07311/4250](#)

■ info@hwk-ulm.de

■ www.hwk-ulm.de

Industrie- und Handelskammer (IHK)

Für Berufe in der industriellen Fertigung, im Handel und in Dienstleistungen ist die Industrie- und Handelskammer (IHK) zuständig. Hier geht es also zum Beispiel um Anlagenmechaniker oder Kaufmann im Groß- und Außenhandel.

Industrie- und Handelskammer Bodensee-Oberschwaben

Der Kontakt:

■ [Lindenstraße 2, 88250 Weingarten](#)

■ [07514/090](#)

■ info@weingarten.ihk.de

■ www.weingarten.ihk.de

Vorschulische Ausbildung an der Berufsschule

In Deutschland gibt es nicht nur die duale Ausbildung, sondern auch eine vollschulische Ausbildung an einer Berufsfachschule. Diese Ausbildung erfolgt außerhalb des dualen Systems, also ohne Lehrstelle in einem Betrieb, und bietet eine abgeschlossene Berufsausbildung in Theorie und Praxis. Sie dauert in der Regel zwei bis dreieinhalb Jahre. Der Unterricht findet in Vollzeit statt und umfasst sowohl berufsbezogene als auch allgemeinbildende Fächer. Da sich Berufsfachschulen in Bezug auf Ausbildungsrichtungen, Aufnahmebedingungen, Ausbildungsdauer und weiterführende Bildungsmöglichkeiten stark unterscheiden, ist es ratsam, sich direkt bei der jeweiligen Schule zu informieren.

💡 Mehr Informationen über die beruflichen Schulen finden Sie [hier über diesen Link](#).

Berufliche Schulen

Für Jugendliche und junge Erwachsene ab 15 Jahren bieten die **Beruflichen Schulen** verschiedene Möglichkeiten, wenn keine allgemeinbildende Schule mehr besucht wird. Dort

wird auf einen Beruf vorbereitet und es gibt auch die Möglichkeit, allgemeine Schulabschlüsse zu machen. In Deutschland besteht bis zum 18. Lebensjahr die Schulpflicht, was bedeutet, dass Kinder und Jugendliche in dieser Zeit die Schule besuchen müssen!

💡 Die Agentur für Arbeit kann Sie zum Thema Berufliche Schulen beraten unter: www.arbeitsagentur.de/bildung

Die Beruflichen Schulen für die Berufsvorbereitung und für den Erwerb eines ersten Abschlusses (Dieser ist gleichwertig mit dem Hauptschulabschluss):

Das Berufseinstiegsjahr (BEJ) und das Berufsvorbereitungsjahr (BVJ)

Dies sind Angebote für Schülerinnen und Schüler mit oder ohne einen Hauptschulabschluss, die noch keine konkreten Berufsvorstellungen und noch keine Ausbildungsstelle haben. Sie erhalten Einblicke in verschiedene Berufsfelder und können entweder auf einen Hauptschulabschluss aufbauen oder einen Hauptschulabschluss gleichwertigen Bildungsstand erwerben.

Die Ausbildungsvorbereitung dual (AVdual)

Das einjährige, ganztägige Bildungsangebot „AVdual“ ermöglicht es, den Hauptschulabschluss nachzuholen oder zu verbessern und hilft dabei, einen Ausbildungsplatz zu finden. In 30 Tagen Praktikum können die Schülerinnen und Schüler herausfinden, welcher Beruf und welcher Ausbildungsbetrieb am besten zu ihnen passt. Dabei werden sie von der „AVdual-Begleitungen“ unterstützt und beraten. In der Schule werden ihre Interessen und Möglichkeiten durch die Lernberatung analysiert, und gemeinsam werden Lernziele festgelegt.

Im Bodenseekreis wird die "AVdual" von der folgenden Schule angeboten:

- [Droste-Hülshoff-Schule \(Friedrichshafen\): AVdual](#)

Das Vorbereitungsjahr Arbeit und Beruf mit dem Schwerpunkt auf den Erwerb von Deutschkenntnissen (VAB-O) und Vorbereitungsjahr Arbeit und Beruf (VAB)

In den VAB-O Klassen lernen die Schülerinnen und die Schüler aus vielen verschiedenen Ländern zusammen die deutsche Sprache. Das Ziel ist es, die deutsche Sprache zu erwerben. Gleichzeitig werden wichtige Grundlagen für die spätere Arbeit gelegt. Am Ende des Schuljahres können sie eine Deutsch-Prüfung machen und ein Zertifikat für das Niveau A2 oder B1 bekommen. Danach haben sie die Möglichkeit, das Vorbereitungsjahr Arbeit und Beruf (VAB) zu besuchen.

Die VAB-Klassen sind für Alle, die nach der Erfüllung der Schulpflicht noch keinen Hauptschulabschluss haben. Im VAB werden sie in einem Jahr gezielt auf den Einstieg in die Berufswelt vorbereitet. Am Ende können sie durch eine Zusatzprüfung in Deutsch, Mathematik und eventuell Englisch einen Abschluss bekommen, der dem Hauptschulabschluss entspricht.

Im Bodenseekreis werden die VAB-O bzw. VAB Klassen aktuell in folgenden Schulen angeboten:

- [Der Claude Dornier Schule in Friedrichshafen: VAB Klasse](#)
- [Der Hugo Eckener Schule in Friedrichshafen: VAB-O Klasse](#)
- [Der Marie Curie Schule in Überlingen: VAB-O Klasse](#)
- [Der Constantin-Vanotti Schule in Überlingen: VAB-O Klasse](#)

Beratung rund um die Schule, die Migration und die Vorbereitungsklassen: Das staatliche Schulamt Markdorf

Der Kontakt:

■ [Am Stadtgraben 25, 88677 Markdorf](#)

■ [07544/50970](#)

■ poststelle@ssa-mak.kv.bwl.de

■ www.schulamt-markdorf.de/

Weitere berufliche Schulen für die höhere Qualifizierung:

Die Berufsschule

Hier findet die Ausbildung in einem dualen System statt. Das bedeutet, dass ein Teil der Ausbildung fachtheoretisch in der Schule gelernt wird und der andere Teil praktisch in einem Ausbildungsbetrieb vermittelt wird.

Die Berufsfachschule

Berufsfachschulen dauern in der Regel ein bis drei Jahre und bieten eine berufliche Grundbildung, Vorbereitung oder den Erwerb eines Abschlusses. Dabei kann man den nächst höheren Schulabschluss bis zu einem mittleren Bildungsabschluss erreichen.

In den Berufsfachschulen gibt es in der Regel die folgenden Berufsfelder:

- kaufmännisch
- hauswirtschaftlich-sozialpädagogisch oder pflege
- gewerblich-technisch

Die Fachschule

Die ein- oder zweijährigen Fachschulen sind Einrichtungen, die berufliche Weiterbildung bieten. Sie bauen auf einer bereits abgeschlossenen Berufsausbildung auf und vertiefen die dort erlernten Fähigkeiten. Sie bereiten auf eine Tätigkeit im mittleren Management oder auf die berufliche Selbstständigkeit vor.

In den Fachschulen gibt es in der Regel die folgenden Fachbereiche:

- Die Technik
- Die Wirtschaft
- Das Sozialwesen
- Die Agrarwirtschaft
- Die Gestaltung

Das Berufskolleg

Die Berufskollegs dauern ein bis drei Jahre und setzen einen mittleren Bildungsabschluss voraus. Sie zielen darauf ab, eine erweiterte berufliche Qualifikation zu erreichen oder die Fachhochschulreife (die Berechtigung zum Studium an einer Fachhochschule) zu erwerben.

In den Berufskollegs gibt es in der Regel die folgenden Bereiche:

- Die Technik
- Die Wirtschaft und Verwaltung
- Die Sozialpädagogik
- Die Gesundheit und Pflege
- Die Hauswirtschaft

Die Berufsoberschule

Für die Berufsoberschule benötigen Sie eine abgeschlossene Berufsausbildung und mindestens einen mittleren Schulabschluss. Sie dauert in der Regel zwei Jahre und bereiten Sie auf eine fachgebundene Hochschulreife bzw. mit einer zweiten Fremdsprache auf eine allgemeine Hochschulreife vor. Damit erlangen Sie den Hochschulzugang.

In den Berufsoberschule gibt es in der Regel die folgenden Ausrichtungen:


- Die technische Oberschule
- Die Wirtschaftsoberschule
- Die Oberschule für das Sozialwesen

Das Berufliches Gymnasium

Mit einem mittleren Bildungsabschluss und einem Notendurchschnitt von 3,0 in den Hauptfächern kann man ein dreijähriges berufliches Gymnasium besuchen. Dieses führt zur allgemeinen Hochschulreife (Abitur) und berechtigt zum Studium an jeder Universität oder Hochschule.

In den beruflichen Gymnasien gibt es in der Regel die folgenden Fachrichtungen:

- Das technische
- Das wirtschaftswissenschaftliche
- Das Sozial- und Gesundheitswesen
- Das agrarwissenschaftliche
- Das biotechnologische
- Das ernährungswissenschaftliche

 Mehr Informationen über die Ausbildung (dual und vollschulisch) finden Sie [hier über diesen Link](#).

Berufsorientierung

Welcher Beruf passt zu mir und entspricht meinen Fähigkeiten?

💡 Informiere dich und lass dich von der **Agentur für Arbeit** in deinem Ort beraten:
www.arbeitsagentur.de

In diesen Videos wird das Thema Ausbildung und Studium für Migranten einfach und verständlich erklärt, sodass alle wichtigen Informationen gut nachvollziehbar sind.

👤 Hier geht zu den Videos: [Studium und Ausbildung](#) und [Berufsausbildung in Deutschland](#) (**Wichtig diese beiden Links hab ich jetzt geändert, sie führen zu relativ neuen Videos von der Agentur für Arbeit. Die vorherigen waren entweder zu alt oder auf privat gestellt**)

Weitere Informationen:

Erfahrungsberichte und Blogs rund um die Berufs- und Studienwahl

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.abi.de

Infos rund um Ausbildung, Studium, Beruf und WhatsApp-Beratung

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.aubi-plus.de

Berufcheck: Welcher Beruf passt zu mir?

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.ausbildung.de

Berufsinformationen einfach finden

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.berufenet.arbeitsagentur.de

Filmportal mit Ausbildungs- und Studienberufe

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: <http://www.berufe.tv/>

Das Berufs-Portal "Beruf-O-Mat"

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: <http://www.berooobi.de/berufe-finden/berufe-a-z.ht...>

Alles rund um Pflegeberufe

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.dbfk.de

Alles rund um die Altenpflege

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: <http://www.dbva.de/>

"Berufe-Entdecker"

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: <https://planet-beruf.de/schuelerinnen/meine-beruf...>

Mädchen in technischen Berufen, Jungs in sozialen Berufen? Aber klar!

■ Folgen Sie den Links, um mehr zu erfahren: www.girls-day.de und www.boys-day.de

Handwerksberufe und Praktika- und Lehrstellenbörse

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.handwerks-power.de

Reise durchs Berufs-Universum

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.planet-beruf.de

Plattform für regionale Ausbildungsstellen, freie Plätze für das Duale Studium und offene FSJ-Stellen

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.ausbildungsangebote.com

Webinformationsportal mit Berufsfilmen

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.gut-ausgebildet.de

Berufs- und Arbeitswelt im MINT-Bereich

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.coaching4future.de

Beratungsstellen und Ausbildungsförderung

💡 Welche Ausbildung passt zu mir? Die örtliche **Agentur für Arbeit** steht Ihnen für Informationen, Tipps und Beratungen zur Verfügung.

🌐 Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.arbeitsagentur.de

BAföG (Bundesausbildungsförderungsgesetz)

Die Schülerinnen und Schüler können finanzielle Unterstützung für eine förderfähige Ausbildung an bestimmten Schulen beantragen. Ausbildungen an allgemeinen und berufsbildenden Schulen sind förderungsfähig. Dies gilt für Ausbildungen an öffentlichen Ausbildungsstätten und gleichwertigen privaten Ausbildungsstätten. Ebenfalls förderungsfähig ist die Teilnahme an Fernunterrichtslehrgängen.

💡 Für Studentinnen und Studenten sind die Studierendenwerke zuständig.

■ Folgen Sie den beiden Links, um mehr zu erfahren: www.das-neue-bafoeg.de und www.bafög.de

💡 Im Landratsamt Bodenseekreis ist das **Sozialamt** für die Abwicklung von BAföG zuständig.

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.bodenseekreis.de

Berufsausbildungshilfe (BAB) für betriebliche Ausbildungen

Für betriebliche Ausbildungen kann ein Antrag auf Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) bei der örtlichen Agentur für Arbeit gestellt werden.

■ Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.arbeitsagentur.de

Weitere Informationen:

Elternkampagne: Ja zur Ausbildung!

🌐 Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.ja-zur-ausbildung.de

Infoportal der Bundesagentur für Arbeit

🌐 Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.dasbringtmichweiter.de

Entdecken Sie hier über 130 Handwerksberufe

🌐 Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.handwerk.de

Ausbildungsbörse von der Ausbildung bis zur Selbstständigkeit


🌐 Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.hwk-ulm.de

Informationen und Beratung zur beruflichen Perspektive im Handwerk

 Folgen Sie diesen Links, um mehr zu erfahren:

- www.khs-fn.de
- www.kreishandwerkerschaft-rv.de
- www.khs-ulm.de
- www.kreishandwerkerschaft-bc.de

Regionaler Ausbildungsatlas und Lehrstellenbörse:

 Folgen Sie den beiden Links, um mehr zu erfahren: www.weingarten.ihk.de und www.ulm.ihk24.de

Ausbildung im Agrarbereich:

 Folgen Sie dem Link, um mehr zu erfahren: www.lbv-bw.de

Inklusion und Ausbildung mit einer Behinderung

Jugendliche mit Behinderung können genauso wie alle Jugendlichen eine Ausbildung machen. Eine qualifizierte Ausbildung schafft Lebensperspektiven und stärkt die soziale Anerkennung. Sie ist entscheidend für ein weitgehend selbstbestimmtes Leben.

Die jungen Erwachsenen können die Ausbildung in Betrieben, in Berufsbildungswerken, Sonderberufsfachschulen oder in Werkstätten für behinderte Menschen (WfbM) absolvieren.

Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer mit Behinderung werden gesetzlich (Schwerbehindertengesetz) besonders geschützt.

Integrationsfachdienst (IFD)


Der Integrationsfachdienst hat die Aufgabe behinderungsgerechte Ausbildungs- und Arbeitsplätze zu schaffen und zu erhalten. Außerdem ist er für die Beratung von betroffenen Menschen und Arbeitgebern zuständig.


Die Beratungsstellen haben Standorte in Ravensburg, Friedrichshafen und Überlingen

Arkade-Pauline 13 gGmbH

Integrationsfachdienst

Der Kontakt:

 [Schubertstraße 1, 88214 Ravensburg](https://www.schubertstrasse1.de)

 [07513/663054](tel:07513663054)

 info@arkade-pauline.de

 www.arkade-pauline.de

Agentur für Arbeit

Die [Agentur für Arbeit](https://www.agentur-fuer-arbeit.de) betreut Jugendliche mit verschiedengradiger Behinderung. Sie bietet Berufsorientierung, Berufsberatung und kann Ausbildungsstellen vermitteln.

Berufsbildungswerk Adolf Aich gGmbH

Das Berufsbildungswerk Adolf Aich gGmbH ermöglicht jungen Menschen mit einer Lernbehinderung eine berufliche Förderung, Qualifizierung und Erstausbildung. Die Ausbildungsangebote sind arbeitsmarktspezifisch und lernbehindertengerecht gestaltet. Angeboten werden viele anerkannte Ausbildungsberufe im Bereich Ernährung, Hauswirtschaft, Holz, Metall, Agrartechnik, Wirtschaft und Verwaltung.

Liebenau Berufsbildungswerk: Berufsbildungswerk Adolf Aich gGmbH

Der Kontakt:

■ [Schwanenstraße 92, 88214 Ravensburg](https://www.schwanenstrasse92.de)

■ [07513/5558](tel:075135558)

■ info.bbw@stiftung-liebenau.de

■ www.stiftung-liebenau.de

Berufsvorbereitende Einrichtung

Die Berufsvorbereitende Einrichtung (BVE) ist ein schulisches Gemeinschaftsangebot der Tannenhag-Schule und der Claude-Dornier-Schule in Friedrichshafen. In der BVE erproben die Schülerinnen und Schüler in Form von Praktika verschiedene Tätigkeitsbereiche in Betrieben des allgemeinen Arbeitsmarktes. Dabei werden sie vom Integrationsfachdienst (IFD) begleitet und unterstützt.

Tannenhag-Schule

Der Kontakt:

■ [Zeppelinstraße 255/1, 88048 Friedrichshafen](https://www.zepelinstrasse255.de)

■ [07541/289970](tel:07541289970)

■ sekretariat@tannenhag.fn.schule-bw.de

■ [Friedrichshafen BVE: Startseite](https://www.friedrichshafen-bve.de)

Kooperative berufliche Bildung und Vorbereitung auf den allgemeinen Arbeitsmarkt (KoBV)

Die KoBV ist eine berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme, die im Anschluss an das Angebot der BVE folgt (siehe oben). Die KoBV soll arbeitsrelevante Kompetenzen und soziale Fähigkeiten unter den Bedingungen des allgemeinen Arbeitsmarktes entwickeln, erproben und festigen. Die Dauer der Maßnahme beträgt in der Regel 11 Monate.

Arkade-Pauline 13 gGmbH

Integrationsfachdienst

Der Kontakt:

■ [Schubertstraße 1, 88214 Ravensburg](https://www.schubertstrasse1.de)

■ [07513/663054](tel:07513663054)

■ [@info@arkade-pauline.de](mailto:info@arkade-pauline.de)

■ www.arkade-pauline.de

💡 Mehr Informationen finden Sie [in diesem Wegweiser](#).

Arbeit

Jobsuche

Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten einen Job zu finden:

- [Jobbörse der Bundesagentur für Arbeit](#)
- andere Jobbörsen im Internet (z.B. ([LinkedIn](#), [XING](#), [Indeed](#)))
- Webseite der Firmen
- Berufsinformessen/Berufsmessen
- Tages- und Wochenzeitungen
- Social Media
- im Bekanntenkreis fragen
- persönlich bei den Firmen fragen oder anrufen

Hilfe bei der Suche nach Arbeit bietet auch die Agentur für Arbeit.

Melden Sie sich bei der Agentur für Arbeit in [Friedrichshafen](#) oder in [Überlingen](#).

Mehr Informationen zum Service der Agentur für Arbeit finden Sie [hier](#).

Wenn Sie Leistungen vom Jobcenter bekommen, bietet das Jobcenter Hilfe bei der Suche nach Arbeit.

Melden Sie sich beim Jobcenter des Landratsamtes Bodenseekreis.

Jobcenter, Landratsamt Bodenseekreis

Der Kontakt:

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/2040](#)

■ jobcenter@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

■ **Jobbörse am Bodensee:** jobsambodensee.de

Arbeitslosigkeit

Arbeitslos sind Sie, wenn Sie kein Geld zum Leben verdienen. Da Deutschland ein Sozialstaat ist, hilft er Menschen, die ihren Lebensunterhalt nicht oder nur zum Teil selbst sichern können.

Aber: grundsätzlich soll jeder durch Arbeit selbst für seinen Lebensunterhalt

sorgen.

■ Ob Sie Arbeitslosengeld bekommen, entscheiden die [Agentur für Arbeit](#) oder das [Jobcenter](#).

Anspruch auf Arbeitslosengeld (ALG, SGBIII) bei der Agentur für Arbeit

Arbeitslosengeld bekommen Sie, wenn Sie Ihren sozialversicherungspflichtigen Job verlieren. Dazu müssen Sie **mindestens 12 Monate in Deutschland in den vergangenen 30 Monaten sozialversicherungspflichtig gearbeitet** haben. Unter bestimmten Umständen gibt es andere Voraussetzungen. Die Höhe des Arbeitslosengeldes beträgt in der Regel 60 % (bei eigenen Kindern 67 %) Ihres durchschnittlichen Nettoeinkommens der letzten 12 Monate.

Sie müssen jede Möglichkeit nutzen, um einen Job zu finden.

Zur Info: Wenn es wahrscheinlich ist, dass Sie Ihren Arbeitsplatz verlieren, müssen Sie sich **spätestens 3 Monate vor dem Ende der Beschäftigung** arbeitsuchend melden. Wenn Sie erst später von Ihrer Kündigung erfahren, melden Sie sich spätestens 3 Tage danach arbeitsuchend. Das ist wichtig, falls Sie danach Arbeitslosengeld beantragen müssen. Wenn Sie keinen neuen Arbeitsplatz gefunden haben, **melden Sie sich arbeitslos - spätestens am ersten Tag der Arbeitslosigkeit.**

[Hier](#) erhalten Sie weitere Informationen.

Anspruch auf Bürgergeld (SGBII) beim Jobcenter

Das Bürgergeld bekommen Sie, wenn Sie:

- über längere Zeit arbeitslos sind
- noch nicht 12 Monate in Deutschland sozialversicherungspflichtig gearbeitet haben
- zu wenig in Ihrem Job verdienen und Unterstützung brauchen, um für Ihren Lebensunterhalt zu sorgen.

Man bekommt:

- einen Regelsatz
- Kosten der Wohnung und Heizung
- Kosten der Kranken- und Pflegeversicherung.

Wer hat Anspruch?

Hier finden Sie wer Anspruch hat: ■ [Anspruchsvoraussetzungen \(bodenseekreis.de\)](#)

Welche Leistungen gibt es?

Hier finden Sie, welche Leistungen es gibt: ■ [Bürgergeld-Leistungen \(bodenseekreis.de\)](#)

Antragstellung

Hier finden Sie Informationen zur Antragstellung: ■ [Antragstellung \(bodenseekreis.de\)](#)

Sie müssen jede Möglichkeit nutzen, um einen Job zu finden.

■ Bürgergeld ist nachrangig gegenüber allen anderen finanziellen Unterstützungen.

Für mehr Informationen melden Sie sich ans Jobcenter:

Jobcenter, Landratsamt Bodenseekreis

Der Kontakt:

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.albrechtstrasse75.de)

■ [07541/3800](tel:075413800)

■ jobcenter@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Arbeitsmarktzugang

EU-Zugewanderte

Wenn Sie Arbeit suchen und aus der EU zugewandert sind, haben Sie aufgrund der Arbeitnehmerfreizügigkeit uneingeschränkten Zugang zum Arbeitsmarkt. Das bedeutet: Sie dürfen arbeiten und brauchen keine Arbeitsgenehmigung.

Drittstaatsangehörige

Ausländer aus Staaten außerhalb des Europäischen Wirtschaftsraumes dürfen eine Beschäftigung in Deutschland grundsätzlich nur ausüben, wenn ihr Aufenthaltstitel es erlaubt.

Für Nicht- bzw. Geringqualifizierte bestehen auch weiterhin nur eingeschränkte Möglichkeiten des Arbeitsmarktzugangs. Für gut qualifizierte Ausländer, z.B. akademische ausgebildete Fachkräfte, wurden dagegen die rechtlichen Hürden für eine Arbeitsaufnahme in Deutschland weiter abgesenkt.

Qualifizierte Fachkräfte in Ausbildungsberufen können ohne weiteres eine Aufenthalts- und Arbeitserlaubnis in Deutschland erhalten, wenn in der entsprechenden Branche ein Mangel besteht oder eine Vermittlungsabsprache der Bundesagentur für Arbeit mit einem Herkunftsstaat getroffen wurde. Neben einem Arbeitsvertrag ist lediglich erforderlich, dass die Gleichwertigkeit mit einer inländischen qualifizierten Ausbildung festgestellt wird und das Gehalt dem von Deutschen entspricht. Eine feste Gehaltsgrenze gibt es nicht. Eine Vorrangprüfung erfolgt nicht.

Asylsuchende

Für Geflüchtete unterscheiden sich die Regelungen zum Arbeitsmarktzugang je nach Aufenthaltsstatus. Diese sind im Folgenden erklärt. Außerdem finden Sie weiter unten entsprechende Beratungsstellen.

Asylsuchender mit Ankunftsnachweis oder Aufenthaltsgestattung:

Solange Sie verpflichtet sind, in der Erstaufnahmeeinrichtung zu leben, dürfen Sie nicht arbeiten. Danach entscheidet die Ausländerbehörde, ob Sie arbeiten dürfen. Sie müssen deshalb zunächst immer einen Antrag auf Beschäftigungszulassung bei der Ausländerbehörde stellen.

Für die Entscheidung über die Beschäftigungszulassung sind folgende Voraussetzungen wichtig:

- Drei Monate nach Ihrer Meldung als Asylsuchender in Deutschland (mit Ankunftsnachweis oder Aufenthaltsgestattung) haben Sie einen "nachrangigen" Zugang zum Arbeitsmarkt. Das heißt, dass die Bundesagentur für Arbeit prüft, ob es eine bevorrechtigte Arbeitnehmerin oder einen bevorrechtigten Arbeitnehmer für die Stelle gibt. Außerdem werden die Arbeitsbedingungen geprüft
- Nach 15 Monaten wird keine Vorrangprüfung mehr gemacht. Es werden aber noch die Arbeitsbedingungen geprüft
- Nach 48 Monaten haben Sie vollen Zugang zum Arbeitsmarkt. Es gibt keine Einschränkungen mehr. Dies muss aber bei der Ausländerbehörde beantragt werden und in Ihrer Aufenthaltsgestattung stehen
- Über die Arbeitserlaubnis bei einer betrieblichen Ausbildung entscheidet nur die Ausländerbehörde. Es gibt keine Vorrangprüfung und keine Prüfung der Arbeitsbedingungen durch die Bundesagentur für Arbeit

Geduldete:

- Bei einer Duldung entscheidet immer die Ausländerbehörde über die Arbeitserlaubnis. Die Ausländerbehörde kann gegen Sie ein generelles ausländerrechtliches Arbeitsverbot verhängen
- Besteht kein solches Arbeitsverbot gegen Sie, haben Sie als Geduldeter ab dem 1.Tag der Duldung einen nachrangigen Zugang zum Arbeitsmarkt
- Ansonsten gelten die gleichen arbeitsmarktrechtlichen Voraussetzungen wie oben

Geflüchtete mit Aufenthaltserlaubnis:

Wenn Sie durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) als Asylberechtigter, Flüchtling oder subsidiär Schutzberechtigter anerkannt worden sind, erteilt Ihnen die Ausländerbehörde eine Aufenthaltserlaubnis. Diese berechtigt Sie zur Ausübung jeder Erwerbstätigkeit und gewährt Ihnen damit auch vollen Zugang zum Arbeitsmarkt.

💡 Für [selbstständige Erwerbstätigkeit](#) gelten andere Regeln! Voraussetzung für die o.g. Anträge ist IMMER ein konkretes Arbeitsplatzangebot.

Mehr Informationen zum Aufenthaltsrecht und zu Arbeit:

■ www.bmi.bund.de

Anerkennung ausländischer Bildungsabschlüsse

Zeugnisse sind in Deutschland wichtig für die Schule, das Studium oder den Beruf. Mit Zeugnissen zeigen Sie, was Sie schon alles gelernt und geleistet haben. Zeugnisse sind die entscheidende Voraussetzung, ob Sie eine Arbeitsstelle bekommen oder zu einer Schule oder einem Studium zugelassen werden.

Vielleicht haben Sie schon Zeugnisse von der Schule, einer Ausbildung oder einem Studium. Dann müssen Sie versuchen, dass diese Zeugnisse in Deutschland anerkannt werden. Das heißt, es wird geprüft, was sie mit Ihrem Zeugnis lernen, studieren oder arbeiten können. Ihre Leistungen werden übersetzt. Es kann sein, dass Sie Ihre Zeugnisse nicht mehr haben. Dann können Sie versuchen, Ihre Berufserfahrung und Ihre beruflichen Fähigkeiten durch Tests anerkennen zu lassen.

Informationen zum Anerkennungsverfahren finden Sie unter:

- www.erkennung-in-deutschland.de
- www.netzwerk-iq.de
- www.bq-portal.de
- www.ihk-fosa.de/
- www.anabin.kmk.org
- www.handwerk.dgb.de

Telefonisch bei der BAMF-Hotline:

■ [0301/8151111](tel:03018151111) (Montag bis Freitag von 9 Uhr bis 15 Uhr)

Beratungsstellen in der Region:

IN VIA Beratungszentrum (Sitz Ulm)

Der Kontakt:

■ [0731/38852213](tel:073138852213)
■ erkennung@invia-drs.de
■ www.invia-drs.de

■ Die IN VIA Beratungsstelle kommt auch regelmäßig ins Landratsamt Bodenseekreis. Informieren Sie sich beim Jobcenter des Landratsamtes, wann der nächste Beratungstermin stattfindet.

Jobcenter, Landratsamt Bodenseekreis

Der Kontakt:

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.albrechtstrasse75.de)
■ [07541/3800](tel:075413800)
■ jobcenter@bodenseekreis.de
■ www.bodenseekreis.de

■ Vielleicht wollen Sie studieren oder Wissenschaftler werden. Dann fragen Sie für die Anerkennung bei den Hochschulen nach. **(INFO: Vielleicht könnte man an der Stelle einen Link hinzufügen der auf JUMP verweist oder so?)**

Bewerbungen und Vorstellungsgespräche

Wenn Sie in Deutschland eine Ausbildung beginnen oder arbeiten möchten, müssen Sie sich schriftlich bewerben.

Meistens bewirbt man sich bei einem Unternehmen, weil dieses eine Stellenanzeige im Internet oder in der Zeitung aufgegeben hat. Das bedeutet, dass das Unternehmen auf der Suche nach neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ist. In der Stellenanzeige steht, um was

für eine Arbeit oder Ausbildung es sich handelt, und welche Erwartungen das Unternehmen an den Mitarbeiter oder die Mitarbeiterin hat. Dort steht auch, wo und wie Sie sich bewerben müssen.

Wenn das Unternehmen Interesse an Ihnen hat, werden Sie meistens zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen, in dem Sie sich persönlich vorstellen. Bitte planen Sie genug Zeit ein und erscheinen Sie unbedingt pünktlich zu dem Termin. Am besten bereiten Sie sich vorher ausführlich auf das Gespräch vor und sammeln auch wichtige Informationen über die Firma. Besuchen Sie die Website und lesen die Geschichte der Firma durch und informieren sich über die Produkte oder Dienstleistungen. Wenn Sie pünktlich zum Termin erscheinen und während dem Gespräch auch Fragen stellen, zeigen Sie im Unternehmen Ihre Motivation und Ihr Interesse für die Ausbildung oder Arbeit.

Eine Bewerbung besteht meistens aus drei Teilen:

Anschreiben: In Ihrem persönlichen Anschreiben stellen Sie sich kurz vor und sagen, warum Sie für die offene Stelle geeignet sind. Beschreiben Sie zum Beispiel, welche Erfahrungen Sie auch schon in Ihrem Heimatland gemacht haben. Informieren Sie sich über die Firma und beschreiben Sie, warum Sie gerade dort arbeiten möchten. Ihr Anschreiben sollte auf eine Seite passen. Unterschreiben Sie Ihr Anschreiben. Es gibt im Internet viele Vorlagen und Hilfen. Wichtig ist, dass Sie nicht einfach etwas übernehmen. Ihr Anschreiben muss zu Ihnen und der Stelle passen.

Lebenslauf: Der Lebenslauf listet Ihre gesamten Erfahrungen auf und ist wie eine große Tabelle aufgebaut. Schreiben Sie von wann bis wann Sie bei welcher Firma gearbeitet haben. Schreiben Sie, wo Sie eine Ausbildung oder ein Studium gemacht haben. Schreiben Sie, wo Sie zur Schule gegangen sind und welchen Schulabschluss Sie gemacht haben. Sie müssen kein Foto in Ihrem Lebenslauf einfügen, aber viele Firmen finden es gut, wenn Sie es doch machen.

Zeugnisse und Nachweise: Es ist wichtig, dass Sie Kopien von Ihren Zeugnissen mitschicken (keine Originale!). Zeugnisse sind Ihr Schulabschluss, Ihr Studienabschluss und Arbeitszeugnisse aus der Vergangenheit. Die Zeugnisse sollten auf Deutsch oder Englisch sein, sonst sollten diese übersetzt werden. Auch Nachweise über Praktika, für die Arbeit relevante Fortbildungen oder Zertifikate von Ihrem Deutschkurs sollten Sie mitschicken.

💡 In der Stellenanzeige steht, wie Sie sich bewerben sollen. Lesen Sie bitte genau.

Schriftlich: Kaufen Sie eine schöne Bewerbungsmappe und legen Sie Ihr Anschreiben, Ihren Lebenslauf und Ihre Zeugnisse hinein. Schicken Sie die Bewerbung dann an die Adresse, die in der Stellenanzeige genannt ist.

E-Mail: Viele Bewerbungen werden mittlerweile über eine E-Mail verschickt. Fügen Sie Ihr Anschreiben, Ihren Lebenslauf und Ihre Zeugnisse zu einer PDF-Datei zusammen und schicken Sie diese im Anhang der E-Mail mit. Schreiben Sie in der E-Mail noch einen kurzen Text an die Person, die Ihre Bewerbung bekommt.

Online: Große Firmen haben eine eigene Website, auf der Sie sich bewerben müssen. Dort müssen Sie sich mit Ihrer E-Mailadresse anmelden und können dann dort Ihre Bewerbung verschicken.

💡 Hilfreiche Tipps für die Bewerbung finden Sie bei [Planet Beruf](#).

💡 [Europass](#) ist ein mehrsprachiges Onlineportal (über 20 Sprachen), das Migrantinnen und Migranten hilft, ihre Fähigkeiten und Kenntnisse sichtbar zu machen. Es bietet die kostenlose Möglichkeit, mit einem Onlinetool einen Sprachenpass oder einen Lebenslauf zu erstellen. Sie finden auf Europass auch wichtige Tipps für gute Bewerbungen.

💡 Unter [Bewerbung.net](#), [StepStone](#) und [Lebenslauf2go](#) können Sie sich kostenlos einen Lebenslauf und ein Anschreiben erstellen lassen. Teilweise können Sie Ihre Daten auch aus Xing oder LinkedIn importieren. Es ist auch möglich, eigene Texte in die Vorlage zu schreiben oder Dateien zu importieren.

💡 Informationen und Vorlagen für Anschreiben finden sie unter: [Bewerbung2go](#), [BewerbungsWissen](#), [Karrierebibel](#)

Sprachübungen

💡 Auf dem [VHS-Lernportal "Ich will Deutsch lernen"](#) und der Seite des [Goethe-Instituts "Deutsch für dich"](#) finden Sie Übungen zum Thema Bewerbung und der Berufswelt allgemein. Dadurch lernen Sie etwas über die Arbeitswelt und verbessern Ihre Deutschkenntnisse.

Arbeitsvertrag

Wenn man eine neue Arbeitsstelle beginnt, bekommt man einen Arbeitsvertrag. Dieser Vertrag erklärt die wichtigsten Regeln für die Arbeit, wie zum Beispiel die Arbeitszeiten, wie viel Urlaub man bekommt, wie viel man verdient und wie lange die Kündigungsfrist ist. Beide Seiten – der Arbeitnehmer und der Arbeitgeber – müssen sich an diese Regeln halten. Da der Vertrag mit Ihrer Unterschrift verbindlich wird, sollten Sie ihn erst unterschreiben, wenn Sie alles gut verstanden haben.

Vertragsarten:

- **Unbefristeter Arbeitsvertrag**

In der Regel gibt es eine Probezeit von drei oder sechs Monaten. In dieser Zeit kann sowohl die Arbeitgeberin oder der Arbeitgeber als auch die Arbeitnehmerin oder der Arbeitnehmer das Arbeitsverhältnis mit einer Frist von zwei Wochen kündigen. Nach der Probezeit ist das Arbeitsverhältnis sicherer, und es gibt einen längeren Kündigungsschutz. Die Arbeitszeit beträgt in der Regel bis zu 40 Stunden in der Woche.

- **Befristeter Arbeitsvertrag**

Das Arbeitsverhältnis endet zum vereinbarten Zeitpunkt, ohne dass es einer Kündigung bedarf.

- **Minijob**

Der maximale Verdienst im Monat beträgt 538 € und ist steuerfrei.

Steuern und Sozialabgaben:

In Deutschland zahlt jede Arbeitnehmerin und jeder Arbeitnehmer einen Teil deren Lohns als Steuern, um die Ausgaben von Bund, Ländern und Kommunen zu finanzieren.

Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber müssen außerdem Sozialabgaben für ihre Mitarbeiter zahlen. Das deutsche Sozialsystem sorgt dafür, dass die Menschen unterstützt werden, wenn sie keine Arbeit finden oder nicht mehr arbeiten können, um ihre grundlegenden

Lebenshaltungskosten zu decken.

Steuerliche Identifikationsnummer:

Die Steuer-ID ist eine 11stellige Nummer und dient der Einkommensteuer. Die Arbeitsstelle benötigt diese Nummer. Falls Sie diese Nummer nicht in Ihren Unterlagen haben, können Sie diese persönlich bei der Meldebehörde oder schriftlich beim Bundesamt für Steuern erfragen.

Sozialversicherungsnummer:

Für eine Arbeitsstelle benötigt man eine Sozialversicherungsnummer. Diese erhält man bei seiner Krankenkasse, zum Beispiel der AOK, oder der DAK.

Schwarzarbeit:

Arbeit, die bezahlt wird, aber nicht beim Finanzamt oder der Krankenkasse gemeldet ist und bei der keine Steuern oder Sozialabgaben gezahlt werden, ist illegal und wird in Deutschland **Schwarzarbeit** genannt. Es drohen Geld- und Haftstrafen! Wenn jemand Sozialleistungen oder Arbeitslosengeld bekommt, aber heimlich arbeitet und das dem Sozialamt oder der Arbeitsagentur nicht sagt, ist das auch **Schwarzarbeit**. In diesem Fall erhält man zu Unrecht staatliche Leistungen, obwohl man eigentlich bezahlt arbeitet.

Selbstständigkeit

Ob ein eigener Laden, ein Café oder ein Handwerksbetrieb – sich selbstständig zu machen, stellt hohe Anforderungen an die Existenzgründerinnen und die Existenzgründer. Es reicht nicht nur, eine gute Geschäftsidee zu haben. Die Gründerinnen und die Gründer müssen auch die finanzielle Fragen klären und sich mit den rechtlichen sowie den steuerlichen Aspekten und mit der Anmeldung bei den Behörden auseinandersetzen.

💡 Die Industrie und Handelskammer bietet Informationen und Beratung für die Phase der Gründung an.

Die IHK in Bodensee-Oberschwaben

Der Kontakt:

■ [Lindenstraße 2, 88250 Weingarten](#)

■ [07514/090](#)

■ info@weingarten.ihk.de

■ www.weingarten.ihk.de

💡 Auch die Wirtschaftsförderung Bodenseekreis GmbH bietet persönliche und individuelle Beratungen zum Thema **Existenzgründung** an.

Wirtschaftsförderung Bodenseekreis GmbH

Die Geschäftsstelle in Friedrichshafen

Der Kontakt:

■ [Leutholdstraße 30, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/385880](#)

■ info@wf-bodenseekreis.de

Die Geschäftsstelle in Überlingen

Der Kontakt:

■ [Heiligenbreite 34 , 88662 Überlingen](https://www.heiligenbreite.de)
■ [07551/9471937](tel:075519471937)
■ info@wf-bodenseekreis.de
■ www.wf-bodenseekreis.de

Informationen für Zugewanderte

Wenn Sie sich noch im Asylverfahren befinden, Ihr Antrag abgelehnt wurde oder Sie eine Duldung haben, ist selbstständige Arbeit verboten. Sobald Sie jedoch einen entsprechenden Aufenthaltsstatus haben, steht der Unternehmensgründung in Deutschland grundsätzlich nichts im Weg. Dann können Sie sich über die rechtlichen Anforderungen und Fördermöglichkeiten informieren, um den Schritt in die Selbstständigkeit zu wagen.

Mehrsprachige Informationen zum Thema Gründung und Selbstständigkeit

🌐 Folgen Sie den beiden Links, um mehr zu erfahren: [Gründen – kurz und knapp](#) und [Gründen mit Einwanderungsgeschichte](#)

Rente

Für viele Menschen stellt sich die Frage: Was passiert, wenn ich nicht mehr arbeiten gehen kann? Dafür gibt es in Deutschland das soziale Sicherungssystem der **deutschen Rentenversicherung** (DRV). Die Internetseite der deutschen Rentenversicherung bietet viele Informationen und kann einige Ihrer Fragen zur Rente beantworten.

■ www.deutsche-rentenversicherung.de

Grundsätzlich gilt, dass die Rente durch Beiträge aus versicherungspflichtigen Beschäftigungen getragen wird. Der Beitrag wird dabei in der Regel zur Hälfte von der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber und zur anderen Hälfte von der Arbeitnehmerin oder dem Arbeitnehmer gezahlt. Der prozentuale Anteil wird dabei vom Bruttoeinkommen berechnet, direkt vom Lohn abgezogen und an die Rentensicherungsstelle gezahlt.

Sind Sie nun in der Situation, einen Rentenanspruch geltend zu machen, müssen Sie diesen beantragen. Die Rente wird nicht automatisch bezahlt. Dafür stellen Sie mindestens 3 Monate vor dem geplanten Renteneintritt einen **Antrag**. So wird der Übergang von der Erwerbstätigkeit in die Rente einfacher.

Die nächste **Beratungsstelle** zur Rentenversicherung finden Sie [hier](#). Dort können Sie genauere Informationen zu Ihrem Rentenmodell und andere Leistungen erhalten. Des Weiteren kann die [Broschüre](#) der Deutschen Rentenversicherung weiterhelfen.

■ www.deutsche-rentenversicherung.de

Die Rentenversicherung zahlt jedoch nicht nur die Rente, sondern stellt Ihnen auch **andere Leistungen** zur Verfügung. Dazu zählen beispielsweise auch Rehabilitationsmaßnahmen, um wieder im Beruf arbeiten zu können. Dabei ist es wichtig, dass die spätere Rentenleistung dadurch nicht sinkt. Sie kann sogar steigen, wenn Sie durch solch eine Maßnahme länger erwerbsfähig bleiben.

Inklusion und Arbeiten mit einer Behinderung

Auch Menschen mit einer Behinderung können eine passende Arbeit finden, die ihren Fähigkeiten und Bedürfnissen entspricht. Eine solche Arbeit trägt dazu bei, die Selbstständigkeit der betroffenen Person zu fördern und weiterzuentwickeln. Sie hilft ihnen, ihr eigenes Leben besser zu gestalten und ermöglicht es ihnen, Anerkennung von anderen zu erhalten. Darüber hinaus spielt die Arbeit eine wichtige Rolle dabei, die Integration in die Gesellschaft zu stärken und das Gefühl der Zugehörigkeit zu fördern. Durch die Integration von Menschen mit Behinderung in den Arbeitsmarkt, wird auch ihre Teilhabe am sozialen Leben und an der Gemeinschaft verbessert.

💡 Bei der Inklusion auf dem Arbeitsmarkt können Inklusionsfachdienste, wie die Bundesagentur für Arbeit und das Jobcenter, Unterstützung bieten. Sie helfen dabei, die richtige Arbeit zu finden und stellen sicher, dass alles gut klappt, damit Menschen mit Behinderung eine Chance auf dem Arbeitsmarkt bekommen.

Integrationsfachdienst der Arkade Pauline 13 gGmbH

Der Integrationsfachdienst hilft und berät Menschen mit Behinderung bei der Suche nach einem passenden Arbeitsplatz und bei der Vermittlung von Arbeitsplätzen. Er unterstützt auch dabei, den Arbeitsplatz so zu gestalten, dass er gut zu den Bedürfnissen der Person passt, und gibt Tipps, wie man Schwierigkeiten bei der Arbeit lösen kann.

Integrationsfachdienst in Friedrichshafen

Der Kontakt:

📍 [Merkurstraße 59/7, 88046 Friedrichshafen](#)
☎ [07541/286385](tel:07541286385)
✉ info@arkade-pauline.de
🌐 www.ifd-bw.de

Integrationsfachdienst in Ravensburg

Der Kontakt:

📍 [Schubertstraße 1, 88214 Ravensburg](#)
☎ [07513/6630](tel:075136630)

Integrationsfachdienst in Überlingen

Der Kontakt:

📍 [Obere Bahnhofstraße 18, 88662 Überlingen](#)
☎ [07513/6630](tel:075136630)

Die Agentur für Arbeit

Die Agentur für Arbeit betreut Jugendliche mit Behinderung und schweren Beeinträchtigungen. Sie bietet Berufsorientierung, Berufsberatung und Ausbildungsstellenvermittlung an.

Die Agentur für Arbeit in Friedrichshafen und Überlingen

Der Kontakt:

📍 [Eugenstraße 41, 88045 Friedrichshafen](#)
☎ [0800/4555500](tel:08004555500)
✉ konstanz-ravensburg.reha@arbeitsagentur.de
🌐 [Menschen mit Behinderungen | Bundesagentur für Arbeit \(arbeitsagentur.de\)](https://www.arbeitsagentur.de)

Die Agentur für Arbeit in Friedrichshafen und Überlingen

Der Kontakt:

 [Friedhofstraße 30, 88662 Überlingen](#)


 [0800/4555500](tel:08004555500)


Das Jobcenter

Fragen rund um das Thema Arbeitslosengeld, Unterstützungsmöglichkeiten und Arbeitsvermittlung beantwortet das Reha-Team im Jobcenter.

Das Reha-Team im Jobcenter des Landratsamts Bodenseekreis

Der Kontakt:

 [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

 [07541/2045109](tel:075412045109)

 @jobcenter@bodenseekreis.de

 www.bodenseekreis.de


Integrationsarbeitsplätze

CAP Rotach ist ein gemeinnütziges Unternehmen, das sich für die Integration von Menschen mit und ohne eine Behinderung einsetzt. Es bietet eine Ferienanlage, die für alle barrierefrei zugänglich ist, mit einem Drei-Sterne-Hotel, einem Campingplatz, Ferienzimmern und einem Restaurant. In diesem Unternehmen arbeiten sowohl Menschen mit als auch ohne eine Behinderung.

Die Verwaltung von CAP Rotach

Der Kontakt:


 [Lindauer Straße 2, 88046 Friedrichshafen](#)

 [07541/7007770](tel:075417007770)

 @info@cap-fn.de

Die Rezeption von CAP Rotach


Der Kontakt:

 [07541/7007777](tel:075417007777)

 @rezeption@cap-fn.de

Das Restaurant von CAP Rotach


Der Kontakt:


 [07541/70077755](tel:0754170077755)

Die Initiative **SKID gGmbH** (Camphill Schulgemeinschaften e. V.) setzt sich dafür ein, Menschen mit Behinderung in den allgemeinen Arbeitsmarkt zu integrieren. Sie hilft den Teilnehmenden, sich auf ihre zukünftigen Arbeitsplätze vorzubereiten und begleitet sie während ihrer Arbeit in den Betrieben.

SKID gGmbH - SozialKulturelle IntegrationsDienste

Der Kontakt:

 [Kronengasse 1, 88662 Überlingen](#)

 [07551/9379810](tel:075519379810)

 @info@skid-ggmbh.de

 www.skid-ggmbh.de

Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM)

Die Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM) ist eine Einrichtung, in der Menschen mit verschiedenen Beeinträchtigungen arbeiten können. Ein wichtiges Ziel der WfbM ist es, diese Menschen auf den allgemeinen Arbeitsmarkt vorzubereiten und ihnen bei der Suche nach einem Arbeitsplatz zu helfen.

💡 [Hier in diesem Wegweiser](#) finden Sie dazu eine vollständige Liste aller Werkstatt-Einrichtungen.

Studium

Studieren an einer Hochschule

Allgemeine Informationen

In Deutschland unterscheidet man zwischen **staatlichen** und **privaten Hochschulen**. Die Qualität der privaten Hochschulen ist nicht immer besser, aber dort müssen oft hohe Studiengebühren gezahlt werden. In Baden-Württemberg sind die meisten Hochschulen staatlich und erheben keine oder nur geringe Studien- und Verwaltungsgebühren. In einigen Bundesländern, wie aktuell etwa in Baden-Württemberg, müssen Studierende aus Drittstaaten Studiengebühren zahlen. Im Vergleich zu anderen Ländern sind diese Gebühren jedoch relativ gering.

Neben verschiedenen Studiengängen gibt es auch verschiedene Arten von Hochschulen. In Baden-Württemberg gibt es die folgenden Arten von Hochschulen:

- Die Universitäten (wissenschaftlich orientiert)
- Die Fachhochschulen (praxisorientiert)
- Die Duale Hochschule Baden-Württemberg (sehr praxisorientiert)
- Die Pädagogischen Hochschulen (für das Lehramt)
- Die Kunst-, Film- und Musikhochschulen (für die künstlerischen Fächer)

Die Arten von Hochschulen

Die Universität

Ein Universitätsstudium ist eher theoretisch und hat einen sehr wissenschaftlichen Ansatz. Nach einem Abschluss an der Universität, sind Sie sehr hoch qualifiziert und Ihnen stehen viele Berufsfelder offen. Für den Bachelor, studieren Sie für mindestens 3 Jahre an der Universität. Nach etwa 5 Jahren haben Sie in der Regel den Master. Es gibt jedoch Ausnahmen, wie zum Beispiel im Jura- oder Lehramtsstudium, wo statt eines Masterabschlusses ein Staatsexamen abgelegt wird. Nach dem Master können Sie noch promovieren, habilitieren und in noch die Forschung gehen.

In der Nähe des Bodenseekreises gibt es zum Beispiel diese Universitäten:

Die Universität Konstanz

Der Kontakt:

■ [Universitätsstr. 10, 78464 Konstanz](#)
■ [07531/880](#)
■ Posteingang@uni-konstanz.de
■ www.uni-konstanz.de

Die private Zeppelin Universität gemeinnützige GmbH

Der Kontakt:

■ [Am Seemooser Horn 20, 88045 Friedrichshafen](#)
■ [07541/60092000](#)
■ bewerberberatung@zu.de
■ www.zu.de

💡 Folgen Sie diesem Link für mehr Informationen für: [Die Universitäten](#)

Die Fachhochschule

Das Studium an einer Fachhochschule verbindet Theorie und Praxis und bereitet die Studierenden sehr gut auf das Berufsleben vor. In vielen Studiengängen ist ein Praktikum in einem Unternehmen Pflicht. An einer Fachhochschule studieren Sie in der Regel 3 Jahre, um den Bachelor zu erreichen und 5 Jahre, um den Master zu haben. An einer Fachhochschule ist eine Promotion in der Regel nicht vorgesehen, kann aber unter besonderen Auflagen oder durch einen Wechsel an eine Universität verfolgt werden.

In der Nähe des Bodenseekreises gibt es zum Beispiel diese Fachhochschulen:

Die Hochschule Ravensburg-Weingarten - University of Applied Sciences

Technik, Wirtschaft, Sozialwesen

Der Kontakt:

■ [Doggenriedstraße 70, 88250 Weingarten](#)
■ [0751/5010](#)
■ info@rwu.de
■ www.rwu.de

Die HTWG Hochschule Konstanz

Technik, Wirtschaft und Gestaltung

Der Kontakt:

■ [Alfred-Wachtel-Straße 8, 78462 Konstanz](#)
■ [07531/2060](#)
■ kontakt@htwg-konstanz.de
■ www.htwg-konstanz.de

💡 Folgen Sie diesem Link für mehr Informationen für: [Die Hochschulen für angewandte Wissenschaften](#)

Die Duale Hochschule in Baden-Württemberg (DHBW)

Die Duale Hochschule in Baden-Württemberg (DHBW) ist eine praxisintegrierende also duale Hochschule. Sie bietet Bachelor- und Masterstudiengänge in den Bereichen Wirtschaft, Technik und dem Sozialwesen an. Die DHBW arbeitet eng mit vielen Unternehmen und sozialen Einrichtungen zusammen, sodass die Studierenden praktische Erfahrungen sammeln können.

In der Nähe des Bodenseekreises gibt es zum Beispiel diese Duale Hochschule:

Die Duale Hochschule Baden-Württemberg

Der Campus in Ravensburg

Der Kontakt:

■ [Marienplatz 2, 88212 Ravensburg](#)

■ [07511/89992700](#)

■ info@dhbw-ravensburg.de

■ www.ravensburg.dhbw.de

Der Campus in Friedrichshafen

Der Kontakt:

■ [Fallenbrunnen 2, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/20770](#)

■ info@dhbw-ravensburg.de

■ www.ravensburg.dhbw.de

💡 Folgen Sie diesem Link für mehr Informationen für: [Die Duale Hochschule Baden-Württemberg](#)

Die Pädagogische Hochschule (Für das Lehramt)

Die Pädagogische Hochschule gibt es nur in Baden-Württemberg. Hier werden die Ausbildung der künftigen Lehrerinnen und Lehrer an Grundschulen, Werkrealschulen, Hauptschulen, Realschulen und Sonderschulen. In der Regel dauert die Ausbildung zur Lehrerin und zum Lehrer 5 Jahre. Die Besonderheit der Pädagogischen Hochschulen ist die Kombination aus der Wissenschaft und der praxisnahen Ausbildung zur Lehrerin und zum Lehrer. Außerdem dürfen diese Hochschulen auch Dokortitel und Habilitationen vergeben.

In der Nähe des Bodenseekreises gibt es zum Beispiel diese Pädagogischen Hochschulen:

Die Pädagogische Hochschule Weingarten

Der Kontakt:

■ [Kirchplatz 2, 88250 Weingarten](#)

■ [07515/010](#)

■ poststelle@ph-weingarten.de

■ www.ph-weingarten.de

💡 Folgen Sie diesem Link für mehr Informationen für: [Die Pädagogische Hochschulen](#)

Die Kunst-, Film- und Musikhochschulen (für die künstlerischen Fächer)

Die Kunst-, Film- und Musikhochschulen bilden den künstlerischen Nachwuchs aus, wie zum Beispiel Musiker, Architekten, Künstler und Designer. Um dort studieren zu dürfen, braucht man ein besonderes Talent. Dieses Talent muss man in einer Aufnahmeprüfung nachweisen.

💡 Folgen Sie diesem Link für mehr Informationen für: [Die Kunst- und Musikhochschulen](#)

Studienberatung und Studienorientierung

Studienberatung und Studienorientierung

Bevor du dich für ein Studium entscheidest, ist es wichtig, dir über deine Interessen und Stärken klar zu werden. Überlege, welches Studium am besten zu dir passt, indem du deine Fähigkeiten und deine Interessen berücksichtigst. Finde heraus, welche Hochschule für dich am besten geeignet ist. Und kläre, wie du dein Studium finanzieren kannst.

■ Hol dir die Informationen und lass dich bei der **Agentur für Arbeit** an deinem Wohnort beraten unter: www.arbeitsagentur.de

■ Fast jede Hochschule hat eine Zentrale Studienberatung, die dir bei allen Fragen zum Studium weiterhelfen kann. Wenn du schon genau weißt, welches Fach du studieren möchtest, solltest du dich direkt an die Studienfachberatung der Hochschule wenden.

■ Nutze schon während der Schulzeit die Studienorientierungsveranstaltungen.

■ Wenn du mehr Informationen benötigst, findest du diese unter: www.studieninformationstag.de

Weitere Informationen:

🌐 **Was willst du studieren? Alle Studiengänge in Baden-Württemberg** findest du unter: www.studieninfo-bw.de

🌐 **Der offizielle Studienführer für Deutschland** findest du unter: www.studienwahl.de

🌐 **Praktisches rund um das Studium, die Finanzierung und BAföG** findest du unter: www.studis-online.de

🌐 **Was entspricht deinen Neigungen und deinen Fähigkeiten?** findest du unter: www.was-studiere-ich.de

🌐 **Hochschulstart** findest du unter: www.hochschulstart.de

🌐 **Wohnen, Studienfinanzierung, Kinderbetreuung, Studierende mit besonderen Bedingungen** findest du unter: www.studentenwerke.de

🌐 **Für Flüchtlinge** findest du unter: www.study-in-germany.de

Studieren als Geflüchteter

Grundsätzlich dürfen Sie als anerkannter Flüchtling an einer deutschen Hochschule studieren.

Beim Zugang und bei der Zulassung zu einem Studium werden Sie genauso gestellt wie andere internationale Studienbewerber. Viele Hochschulen haben aber besondere Angebote für Flüchtlinge, wie zum Beispiel:

- Schnupperstudium
- Intensivkurse Deutsch
- Teilnahme an Kursen als Gasthörer
- Ergänzungskurse und Orientierungskurse

Sie müssen eine Hochschulzugangsberechtigung haben und über ausreichend Sprachkenntnisse verfügen, da die Unterrichtssprache an deutschen Hochschulen meistens

Deutsch ist. Es gibt aber einige Kurse und Studiengänge auf Englisch, meistens Master-Programme. Je nach Studiengang müssen Sie eventuell zusätzliche Qualifikationen erwerben oder Dokumente vorlegen.

In den meisten Hochschulen in Deutschland gibt es ein International Office. Dort finden Sie wichtige Informationen zum Studium. Die Berater vom International Office helfen Ihnen auch, den passenden Studiengang auszuwählen, Zeugnisse zu bewerten und weitere Schritte zu planen.

Mehr Informationen zum Studium als Geflüchteter finden Sie [hier](#).

Kiron Higher Education

Geflüchtete und Asylsuchende stehen oft bestimmten Schwierigkeiten bei dem Zugang zu einer Hochschulbildung gegenüber. Kiron Higher Education bietet die Möglichkeit ohne Studiengebühren und ohne die ansonsten benötigten rechtlichen Dokumente zu studieren. Auch wird das Problem der begrenzten Studienplätze gelöst. Die ersten zwei Jahre des Studiums erfolgen mit Online-Kursen via Internet. Alle Kurse sind in Englisch angeboten. Es gibt aber die Möglichkeit Untertitel in jeder Sprache einzufügen. Das dritte Jahr des Studiums erfolgt vor Ort an einer Partneruniversität von Kiron. Außerdem besteht die Möglichkeit während des Studiums die deutsche Sprache zu erlernen. Des Weiteren werden verschiedene Hilfen und Beratungen angeboten.

■ [Website Kiron Higher Education](#)

kiron

Angebote für Geflüchtete in der Region

Pädagogische Hochschule Weingarten: Verkürzter Studiengang für migrierte Lehrkräfte

Sie haben in Ihrem Heimatland schon als Lehrer oder Lehrerin gearbeitet, sind nach Deutschland geflüchtet und würden gerne in Ihrem Beruf arbeiten?

Das Projekt IGEL der Pädagogischen Hochschule Weingarten bietet ein verkürztes Lehramtsstudium an und führt zu einem Masterabschluss. Hier müssen Sie Deutschkenntnisse auf Niveau B2 vorweisen.

Das Programm richtet sich an geflüchtete Personen, die in Ihrem Heimatland ein Lehramtsstudium mindestens auf Bachelorniveau studiert haben und das studierte Fach im deutschen Bildungsplan anerkannt ist.

Alle weiteren Voraussetzungen und weitere Informationen finden Sie unter [IGEL](#)

Pädagogische Hochschule Weingarten / University of Education

■ [Kirchplatz 2, 88250 Weingarten](#)

■ [07515018534](#)

igel@ph-weingarten.de

www.ph-weingarten.de

Finanzierung und Stipendium

Als Studentin oder Student können Sie in Deutschland finanzielle Unterstützung über das Bundesausbildungsförderungsgesetz (kurz: BAföG) erhalten. Die BAföG-Zahlungen werden monatlich und bestenfalls für die Dauer des Studiums gezahlt. Die monatliche Höhe des BAföG kann zwischen 399 und 735 Euro liegen. Die Hälfte der BAföG-Summe muss nach dem Studium zurückgezahlt werden. Genaue Informationen zum BAföG ändern sich regelmäßig und sind daher über folgenden Link abrufbar:

[!\[\]\(dbbe5d7222ab5e22d3ae498ec0cce065_img.jpg\) Webseite BAföG für Geflüchtete und Migranten](#)

Als Alternative zum BAföG können Sie sich für ein Stipendium bewerben. Im Gegensatz zum BAföG muss ein Stipendium in der Regel nicht zurückgezahlt werden. Dafür spielen gute Noten und ehrenamtliches Engagement bei der Vergabe eine große Rolle. Die Höhe wird oftmals analog zum BAföG-Satz berechnet. Zusätzlich gibts es ein sogenanntes "Büchergeld", eine monatliche Zahlung von bis zu 300€.

[!\[\]\(2ab4cd9049df94597282d9643d4eed67_img.jpg\) www.mystipendium.de](http://www.mystipendium.de)

Organisationen, die Stipendien vergeben, werden oft als Begabtenförderungswerke bezeichnet. Folgende Begabtenförderungswerke bieten u.a. Programme für Geflüchtete an. Die Bewerbungsrichtlinien und Anforderungen sind den jeweiligen Webseiten zu entnehmen.

[!\[\]\(d1daec4f20afc386a0be8349272a37bd_img.jpg\) Friedrich-Ebert-Stiftung \(FES\)](#)

[!\[\]\(854db77473a9df5e22bd2dc70c231aa0_img.jpg\) Böckler-Aktion Bildung der Hans-Böckler-Stiftung](#)

[!\[\]\(392d4594680dceb9e2d6379faa51721d_img.jpg\) Konrad-Adenauer-Stiftung \(KAS\) - Scholarships for Refugees](#)

[!\[\]\(faac9b416c3de3ab1df7eaa8504fec1a_img.jpg\) Villigst - Unser Stipendium für Geflüchtete](#)

[!\[\]\(3f37394e25d0aaefaf15924aba496dcb_img.jpg\) Brot für die Welt - Flüchtlingsstipendienprogramm](#)

[!\[\]\(57cbba222177b18256512597cdfb4baf_img.jpg\) DAAD Stipendium](#)

[!\[\]\(0f63361fbc62f51a56df6d26aca6977b_img.jpg\) Heinrich Böll Stiftung](#)

Eine Ausnahme stellt dabei z.B. der Garantiefond der Otto Benecke Stiftung dar. Das Programm richtet sich an junge neu zugewanderte Migrantinnen und Migranten, die in Deutschland die Hochschulreife erwerben wollen, sich auf ein Hochschulstudium vorbereiten und eine akademische Laufbahn anstreben. Außerdem gibt es das Deutschland-Stipendium, das mit 300€ pro Monat finanziell unterstützt. Die Deutschland-Stipendien werden über die jeweiligen Universitäten vergeben.

[!\[\]\(174f79d73fe0cda899d2487bc418ad2f_img.jpg\) Garantiefond Hochschule der Otto Benecke Stiftung in Bonn](#)

[!\[\]\(6062cf97ba08e0c258574ed7f787764d_img.jpg\) Deutschlandstipendium: Stipendiat werden](#)

Weitere Informationen finden Sie auf der Webseite der Hochschulaktion für Geflüchtete.

[!\[\]\(7de7e811af1e480ded5397ca14422c7d_img.jpg\) Webseite Hochschulaktion für Geflüchtete](#)

Inklusion und Studieren mit einer Behinderung

Menschen mit Behinderungen oder Krankheiten, die lange dauern können studieren. Sie können dabei Hilfe bekommen.

Eine gute Vorbereitung auf das Studium ist wichtig. Wichtig sind die Wahl der Hochschule und die Bedingungen vor Ort.

An vielen Hochschulen und Studentenwerken gibt es Stellen, die beraten und unterstützen. Diese helfen Studierenden mit Behinderungen oder chronischen Krankheiten.

Die Beratung kann viele Themen umfassen.

Zum Beispiel:

- Zulassung zum Studium
- Hilfe im Studium
- Ausgleich von Nachteilen bei Prüfungen
- finanzielle Hilfe

Einen Überblick über **die Beratungsstellen** findest du hier:

<https://www.studierendenwerke.de/themen/studieren...>

Auch die **Agentur für Arbeit** hilft bei Fragen zum Studium mit Behinderung.

Du erreichst sie online unter: www.arbeitsagentur.de

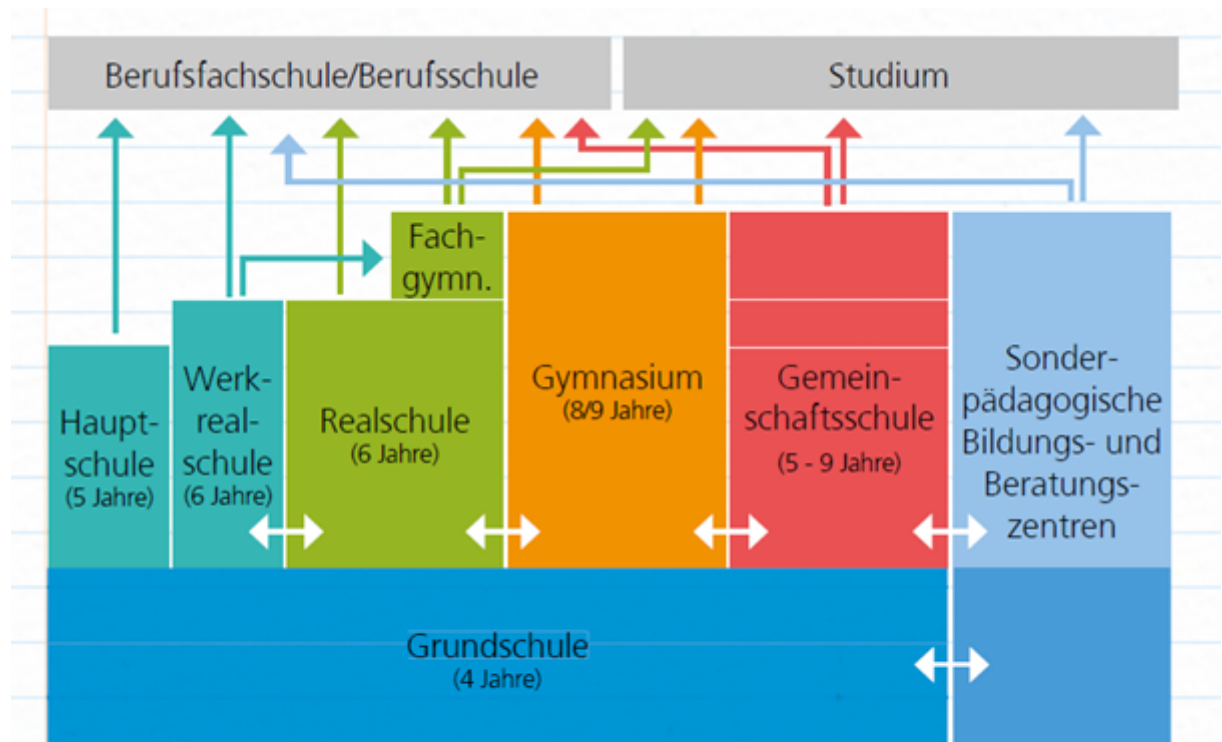
Telefon: [0800 4555500](tel:08004555500)

Kita, Schule und Bildung

Schule

Schulsystem

Überblick zum Schulsystem in Baden-Württemberg



Grundschule:

Der Grundschulbesuch dauert in der Regel 4 Jahre. Wenn Ihr Kind das Schulalter von 6 Jahren erreicht hat, melden Sie es an einer Grundschule in der Nähe Ihrer Wohnung an. Nach dem Besuch der Grundschule wechseln Schulkinder je nach Leistungsstand und Wunsch der Eltern auf eine der folgenden Schulen:

Hauptschule und Werkrealschule:

Ziel der Hauptschule und Werkrealschule ist es, praktische Begabungen zu fördern und die Kinder auf einen Ausbildungsberuf vorzubereiten. Der Hauptschulabschluss wird am Ende der 9. Klasse erworben. Der mittlere Bildungsabschluss wird am Ende der 10. Klasse erworben.

Realschule:

In der Realschule erwerben Schülerinnen und Schüler praktische Fähigkeiten, lernen aber auch theoretische Zusammenhänge zu verstehen. Der Realschule führt zu einer allgemeinen erweiterten Bildung und vereinfacht den Start in eine Ausbildung. Die Hauptschulabschlussprüfung kann am Ende von Klasse 9, die Realschulabschlussprüfung (mittlerer Bildungsabschluss) am Ende von Klasse 10 abgelegt werden.

Gymnasium:

Im Gymnasium erwerben Schülerinnen und Schüler ein breit gefächertes und vertieftes Allgemeinwissen. Das Gymnasium bereitet vor allem auf ein Studium vor. Auf einem Gymnasium erwerben Schülerinnen und Schüler nach der 12. oder 13. Klasse das Abitur.

Gemeinschaftsschule:

An einer Gemeinschaftsschule lernen Kinder mit unterschiedlichen Voraussetzungen gemeinsam an einer Schule. An Gemeinschaftsschulen haben Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, alle Abschlussprüfungen (Hauptschulabschluss nach der 9. Klasse, mittlerer Bildungsabschluss nach der 10. Klasse, Abitur nach der 12. oder 13. Klasse) anzustreben. Alle Abschlussprüfungen sind identisch zu den Prüfungen an den anderen Schularten.

Gemeinschaftsschulen sind gut vernetzt mit anderen weiterführenden Schulen. Somit kann zum Beispiel nach Ablegen der Realschulprüfung an einer Gemeinschaftsschule das Abitur an einem beruflichen Gymnasium angestrebt werden. Eine Gemeinschaftsschule ist zudem immer eine Ganztageschule.

Sonderpädagogische Bildungs- und Beratungszentren (SBBZ):

Ihr Kind hat eine Behinderung und braucht sonderpädagogische Unterstützung? Für Kinder mit einem Förderbedarf Sehen, Hören, Lernen, geistige Entwicklung, Sprechen, Motorik, sozial-emotionale Entwicklung gibt es besondere Schule (SBBZ). Dort können sie sonderpädagogisch gefördert werden.

Welche weiterführende Schule ist die richtige Wahl für mein Kind?

Sprechen Sie mit den Lehrerinnen und Lehrern der Grundschule Ihres Kindes. Diese geben eine Empfehlung für eine weiterführende Schule.

Am Ende treffen Sie als Eltern die endgültige Entscheidung, welche weiterführende Schule Ihr Kind nach der Grundschule besuchen wird.

Welche Wahl Sie auch treffen: Die Entscheidung muss nicht endgültig sein. Ein Wechsel der Schularten ist möglich, wenn sich Ihr Kind anders entwickelt.

Außerdem stehen Ihrem Kind nach dem Abschluss einer Schulart weitere Wege der schulischen Weiterbildung offen. Nach einem Realschulabschluss können Schülerinnen und Schüler zum Beispiel ein berufliches Gymnasium besuchen und das Abitur erwerben.

Mehr Informationen zum Schulsystem in Baden-Württemberg:

■ [Bildungsnavi Baden-Württemberg Schulsystem](#)

Flyer Einschulung

Informationen zur **Einschulung** und **Erstinformationen zum Schulsystem** finden Sie auf folgendem Flyer auf [Deutsch](#), [Arabisch](#), [Englisch](#), [Farsi](#), [Französisch](#), [Italienisch](#), [Rumänisch](#), [Russisch](#), [Serbisch](#), [Spanisch](#) und [Türkisch](#).

Sie können diesen Flyer als gedrucktes Faltbestellen hier bestellen:

■ www.bodenseekreis.de

Einschulungs-Untersuchung

Was ist eine Einschulungs-Untersuchung?

Bevor Ihr Kind mit 6 Jahren in die 1. Klasse kommt, muss es im Gesundheitsamt untersucht werden. Diese Untersuchung ist wichtig, damit früh erkannt wird, ob Ihr Kind in seiner Entwicklung bereit ist für die Schule.

Die Einschulungsuntersuchung ist für jedes Kind in Deutschland Pflicht und dient dem Wohlergehen des Kindes.

Gesundheitsamt, Landratsamt Bodenseekreis

[Albrechtstrasse 75, 88045 Friedrichshafen](#)

[07541/2045852](#) und [-07541/2045853](#)

gesundheitsamt@bodenseekreis.de

www.bodenseekreis.de

Mehrsprachige Flyer können Sie im folgenden runterladen:

- [Deutsch](#)
- [Albanisch](#)
- [Arabisch](#)
- [Englisch](#)
- [Farsi](#)
- [Französisch](#)
- [Griechisch](#)
- [Russisch](#)
- [Spanisch](#)
- [Türkisch](#)

Mehrsprachige Erklärungen zum Thema Schule

💡 Dieses Video erklärt das [deutsche Schulsystem](#) auf sehr einfache Weise und hat Untertitel für die Sprachen Arabisch, Englisch und Persisch.

Im folgenden 15 Videos der Stadt Giengen, die verschiedene Bereiche zum Thema Schule erklären. Dadurch erfahren Sie, wie **Schule in Baden-Württemberg** funktioniert. Die Videos sind auf den Sprachen: [Deutsch](#), [Englisch](#), [Arabisch](#) und [Farsi](#) zu sehen.

Die Themen umfassen

- die Eltern-Schule Zusammenarbeit
- die Werkrealschule
- die Realschule
- das Gymnasium
- den Schulweg
- den Schulranzen
- die Krankmeldung in der Schule
- das Frühstück
- das Pausenbrot

- die Hausaufgaben
- die Sprache
- den Elternabend
- die Elternvertreter
- den Elternbeirat
- und die Schulkonferenz

💡 Einen Flyer zum Thema Einschulung und Schulsystem finden Sie auf den Sprachen:

- [Deutsch](#)
- [Arabisch](#)
- [Englisch](#)
- [Farsi](#)
- [Französisch](#)
- [Italienisch](#)
- [Rumänisch](#)
- [Russisch](#)
- [Serbisch](#)
- [Spanisch](#)
- [Türkisch](#)

Beratungsstellen und Bildungsförderung

Im Bodenseekreis gibt es verschiedene Angebote und Beratungsstellen.

Wenn Sie Fragen rund um die Themen Erziehung und Familie haben, können Sie sich an die

Caritas Bodensee-Oberschwaben wenden

■ [Katharinenstr. 16, 88045 Friedrichshafen](#)
■ [07541/30000](#)
■ pfl-fn@caritas-bodensee-oberschwaben.de
■ www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Junge Migrantinnen und Migranten können sich bei Fragen rund um die Themen Schule und Beruf an das

CJD Bodensee-Oberschwaben wenden:

■ [Konstantin-Schmäh-Straße 31, 88045 Friedrichshafen](#)
■ [07541/20750](#)
■ info.friedrichshafen@cjf.de
■ www.cjd-bodensee-oberschwaben.de

Bei Fragen rund um das Thema Schule, Migration und Vorbereitungsklassen kann das

Staatliche Schulamt in Markdorf helfen

■ [Am Stadtgraben 25, 88677 Markdorf](https://www.schulamt-markdorf.de)
■ [07544/50970](tel:0754450970)
■ poststelle@ssa-mak.kv.bwl.de
■ www.schulamt-markdorf.de

Bei Fragen rund um das Bildungs- und Teilhabepaket wenden Sie sich an das

Jobcenter im Landratsamt des Bodenseekreises

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.jobcenter-bodensee.de)
■ [07541/2040](tel:075412040)
■ jobcenter@bodenseekreis.de
■ www.bodenseekreis.de

Bei Fragen rund um die Themen Sprachförderung im Vorschulalter und Übergänge finden Sie bei der

Sozialplanung (Bildungsregion) im Landratsamt des Bodenseekreises

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.sozialplanung-bodensee.de)
■ [07541/2045740](tel:075412045740)
■ sozialplanung@bodenseekreis.de
■ www.bodenseekreis.de

Kinder, die benachteiligt sind, werden bei der

Kinderstiftung Bodensee unterstützt

■ [Katharinenstraße 16, 88045 Friedrichshafen](https://www.kinderstiftung-bodensee.de)
■ [07541/30000](tel:0754130000)
■ dronia.m@caritas-bodensee-oberschwaben.de
■ www.kinderstiftung-bodensee.de

Wenn Sie Probleme in der Schule haben oder die Schule/Ausbildung abgebrochen haben, berät das

**BBQ Bildung und Berufliche Qualifizierung gGmbH
AKTIVplus**

■ [Merkurstraße 3, 88046 Friedrichshafen](#)

■ [075413979310](#)

■ info-friedrichshafen@bbq-biwe.de

■ An vielen Schulen arbeiten **Schulsozialarbeiter**. Sie helfen, wenn Sie:

- Probleme in der Schule oder mit Mitschülerinnen und Mitschülern haben.
- Probleme zu Hause mit den Eltern oder der Familie haben.
- Fragen und Probleme in anderen Bereichen haben (zum Beispiel Sucht, Drogen, Schwangerschaft...).

Wenden Sie sich an den Schulsozialarbeiter an Ihrer Schule.

Inklusion und Schüler mit Behinderung

Für Kinder und Jugendliche mit Behinderung gilt die allgemeine Schulpflicht ebenso wie für Kinder und Jugendliche ohne Behinderung. Im Bodenseekreis gibt es viele Schulen mit unterschiedlichen Schwerpunkten für Kinder mit einer Behinderung.

Den gemeinsamen Schulbesuch von Menschen mit und ohne Behinderung nennt man auch inklusive Beschulung. Die inklusive Beschulung hat viele Vorteile. Es gibt aber auch andere Möglichkeiten, wie zum Beispiel der Besuch einer Außenklasse an einer Regelschule. Oder der Besuch einer Sonderschule. Für das Kind und alle Beteiligten kann somit die passende Möglichkeit gefunden werden.

■ Krankenkassen übernehmen in der Regel behinderungsbedingte Hilfsmittel für den Schulbesuch. Ist das Kind für den Besuch einer Regelschule auf einen persönlichen Assistenten (Integrationshelfer) angewiesen, kann ein Antrag zur [Eingliederungshilfe](#) gestellt werden.

Inklusive Beschulung an Regelschulen

Kinder mit Behinderung haben die Möglichkeit eine allgemeine Schule zu besuchen. Im Bodenseekreis gibt es eine Reihe von Schulen, die inklusiv beschulen.

Die Koordination der inklusiven Beschulung übernimmt das Staatliche Schulamt Markdorf.

Staatliches Schulamt Markdorf

■ [Am Stadtgraben 25, 88677 Markdorf](#)

■ [0754450970](#)

■ www.schulamt-markdorf.de

Welche Schulen bei der inklusiven Beschulung im Bodenseekreis beteiligt sind, finden Sie in dem [Wegweiser hier](#).

Integrationsfachdienste für die Eingliederung in die Regelschule

Kinder mit Behinderung oder besonderem Förderbedarf, die eine Regelschule besuchen, benötigen gelegentlich eine Begleitung. Hierbei können Schulbegleitungen Unterstützung

geben.

Diakonie Pfingstweid e. V. Schulbegleitung, Offene Hilfen

■ [Ailinger Straße 33, 88046 Friedrichshafen](#)

■ [07542970560](#)

■ offenehilfen@pfingstweid.de

Liebenau Teilhabe

gemeinnützige GmbH

■ [Siggenweilerstraße 11, 88074 Meckenbeuren](#)

■ [07542102404](#)

■ beratungsdienst.teilhabe@stiftung-liebenau.de

■ www.stiftung-liebenau.de

Außenklassen an Grundschulen

Außenklassen sind Klassen einer Sonderschule, die räumlich in einem Gebäude einer Regelschule untergebracht sind. Die Außenklassen der Sonderschule können teilweise gemeinsam mit Regelklassen unterrichtet werden.

Eine Auflistung der Schulen finden Sie [in diesem Wegweiser](#).

Sonderschulen

In Sonderschulen erhalten Kinder mit einer Behinderung Hilfestellung, um am Unterricht erfolgreich teilzunehmen.

Es gibt öffentliche Sonderschulen und private Sonderschulen mit unterschiedlichen Schwerpunkten. So gibt es Sonderschulen für Kinder mit einer geistigen Behinderung und Sonderschulen für Kinder mit geistiger und zugleich körperlicher Behinderung.

Teilweise bieten die Sonderschulen im Bodenseekreis für Kinder, die bei ihren Eltern leben, eine Ganztagesbetreuung an.

Außerdem gibt es im Bodenseekreis und im angrenzenden Landkreis Ravensburg mehrere Heimsonderschulen. Dort wohnen die Kinder während der Unterrichtszeit in einem betreuten Heim. Die Wochenenden und Ferien verbringen sie in der Regel bei den Eltern.

Alle Arten von Sonderschulen und Kontakte finden Sie in [diesem Wegweiser](#).

Mehr Informationen zum Thema Schule und Behinderung finden Sie in [diesem Wegweiser](#).

Kita

Arten von Kinderbetreuung

Kita

Kita ist ein Begriff für **Kinder-Tages-Einrichtung**. Vor dem Schulbesuch, ab 1 Jahr bis 12 Jahre, kann Ihr Kind eine Kindertagesstätte besuchen. Dort wird Ihr Kind von Erzieherinnen und Erziehern betreut und lernt dabei viele wichtige Dinge. Einige Einrichtungen nehmen auch Kinder unter einem Jahr auf. **Krippe, Kindergarten** und **Horts** sind **verschiedene Arten von Kitas** für unterschiedliche Altersgruppen.

[Dieser Film](#) zeigt den Alltag in Kindertageseinrichtungen in Deutschland in mehreren Sprachen.

Kindertagespflege

Die Kindertagespflege richtet sich vor allem an Kinder unter 3 Jahren. Bei der Kindertagespflege betreuen qualifizierte Tagesmütter oder Tagesväter Kinder stundenweise oder ganztags je nach Bedarf. Die Betreuung der Kinder findet in der Wohnung der Tagespflegeeltern, der Familie oder anderen geeigneten Räumen statt. Mehr Informationen finden Sie [hier](#).

Krippe

Die Krippe ist eine Einrichtung für Kinder von 1 bis 3 Jahren. In der Krippe werden die Kinder durch besonders geschultes Personal in kleinen Gruppen in ihrer Entwicklung gefördert. Aufmerksamkeit und Zuwendung durch die Betreuerinnen und Betreuer sind hier besonders wichtig.

Kindergarten

Der [Kindergarten](#) ist eine Einrichtung für Kinder ab 3 Jahren bis zur Einschulung. Im Kindergarten können die Kinder mit anderen Kindern spielen, malen, basteln und lernen. Im letzten Jahr des Kindergartens haben die Kinder zudem regelmäßig Vorschulunterricht, der sie auf ihre Einschulung vorbereitet. Es gibt private und öffentliche Kindergärten. Ob der Besuch des Kindergartens für Sie etwas kostet, hängt von dem Kindergarten und Ihrem Wohnort ab.

Horts für Schulkinder bis 12 Jahre

Auch für Schulkinder von 6 bis 12 Jahren gibt es Möglichkeiten der Betreuung nach der Schule. Es gibt viele unterschiedliche Betreuungsmodelle wie beispielsweise der Hort, eine Mittagsbetreuung oder eine Ganztagschule. In allen Modellen werden die Kinder darin unterstützt, ihre Hausaufgaben zu erledigen. Welches Betreuungsmodell für (Grund)-Schulkinder es in ihrer Stadt gibt, erfahren sie von ihrer Grundschule oder durch das Jugendamt.

Warum der Besuch einer Kita so wichtig ist

In der Kita kann Ihr Kind die deutsche Sprache erlernen und neue Dinge entdecken. Dort findet es auch Kontakt zu anderen Kindern und lernt so Freundinnen und Freunde sowie die deutsche Kultur kennen. Nutzen Sie die Möglichkeit, sie ist wichtig für die Zukunft Ihres Kindes. Der Besuch einer Kindertagesstätte hilft auch bei einer guten Schulvorbereitung.

Betreuungsplatz finden

Leider gibt es nicht immer genügend Plätze in unmittelbarer Nähe Ihrer Wohnung bzw. Unterkunft. Um einen Platz zu finden, fragen Sie das [Jugendamt](#) oder den [Familientreff](#) in Ihrer Nähe um Unterstützung.

■ Die Gebühren für die Kindertageseinrichtung oder Tagespflege können (teilweise) von der [Stadt](#) bzw. Gemeinde oder dem [Landkreis](#) übernommen werden. Hierzu müssen Sie einen [Antrag](#) stellen.

Kindergarten

Kindergarten

Der Kindergarten wird auch abgekürzt KiGa oder Kindi genannt. Der Kindergarten ist eine Einrichtung für Kinder ab 3 Jahren bis zur Einschulung. Er ist die am meisten genutzte Form der Kinderbetreuung. Es gibt private und öffentliche Kindergärten. Im Kindergarten können die Kinder mit anderen Kindern spielen, malen, basteln und lernen.

■ Im letzten Jahr des Kindergartens findet regelmäßig Vorschulunterricht statt. Der Vorschulunterricht bereitet die Kinder auf die Einschulung vor. Deswegen ist der Besuch eines Kindergarten so wichtig.

Das Bundesprogramm "Kita-Einstieg: Brücken bauen in frühe Bildung" hat einen [Flyer](#) mit Informationen zur Kinderbetreuung in 12 Sprachen herausgegeben.

Kindergärten im Bodenseekreis

Auf diesem Portal finden Sie alle Kindergärten im Landkreis Bodenseekreis:

■ kindergaerten-bw.de

Kindergartenkosten

Die Kosten für den Kindergarten hängen von Ihrem Wohnort ab.

Unter Umständen können die Kosten für den Kindergarten übernommen werden. Zum Beispiel, wenn Sie noch keine Arbeit haben und Leistungen vom Landratsamt oder vom Jobcenter bekommen. Dazu müssen Sie einen Antrag bei der [wirtschaftlichen Jugendhilfe im Landratsamt](#) stellen.

Sendung mit der Maus International

■ Die Sendung mit der Maus ist eine der bekanntesten deutschen Kindersendungen in Deutschland. [Die Sendung mit der Maus International](#) enthält zudem Erklärungen zu verschiedensten Dingen in Deutschland auf [Arabisch](#), [Dari](#), [Englisch](#), [Französisch](#), [Kurdisch](#) und [Ukrainisch](#).



Inklusion und Kinder mit Behinderung

Inklusion in Kitas

Auch Kinder mit Entwicklungsverzögerung oder Behinderung haben das Recht auf den Besuch einer Regelkindert. Wenn Eltern wünschen, dass ihr Kind gemeinsam mit Kindern ohne Handicap aufwachsen soll, steht ihnen ein Platz in einer Kita zu, sofern die Bedingungen dafür geeignet sind. Im Bodenseekreis werden seit fast 20 Jahren gute Erfahrungen mit dem Thema Inklusion gemacht! Inklusion ist eine Bereicherung für alle Kinder, mit und ohne Behinderung, für deren Eltern und den Erziehenden. Auf Antrag der Eltern können die Kosten für eine Inklusionsbegleitung durch das Landratsamt im Bereich [Eingliederungshilfe](#) übernommen werden. Die Inklusionsbegleitung unterstützt die Kinder dabei, gleichberechtigt am Gruppengeschehen teilzunehmen, fördert ihre sozialen Kontakte und trägt zur Entwicklung bei.

Die Ansprechpartner im Jugendamt sind:

Das Jugendamt des Landratsamts Bodenseekreis

Der Kontakt:

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

■ Frau Anna Biedermann

■ anna.biedermann@bodenseekreis.de

■ [075412045061](tel:075412045061)

■ Frau Elke Zeller

■ elke.zeller@bodenseekreis.de

■ [075412045393](tel:075412045393)

Weitere Inklusionsfachdienste:

Liebenau Teilhabe. gemeinnützige GmbH

Der Kontakt:

■ [Siggenweilerstraße 11, 88074 Meckenbeuren](#)

■ [07542/102404](tel:07542/102404)

■ beratungsdienst.teilhabe@stiftung-liebenau.de

■ www.stiftung-liebenau.de

Stiftung KBZO Standort Überlingen-Nußdorf

Der Konatkt:

[Zur Forelle 44, 88662 Überlingen-Nußdorf](#)
[07551938872](#)
ff-nussdorf@kbzo.de
www.kbzo.de

💡 Wenn Sie noch weitere Informationen zum Thema Kita und Behinderung benötigen, finden Sie diese [in diesem Wegweiser](#).

💡 Informationen über das Thema Schule und Behinderung, finden Sie unter diesem Link: [Inklusion und Schüler mit Behinderung](#)

Erwachsenenbildung

Weiterbildung

Erwachsenenbildung

In Deutschland gibt es viele Wege, sich nach der Schule weiterzubilden. Über den sogenannten "zweiten Bildungsweg" kann man zusätzliche Schulabschlüsse oder Qualifikationen erwerben. Dafür gibt es verschiedene Optionen: Man kann an Tages- oder Abendkursen teilnehmen oder auch von zu Hause aus lernen, zum Beispiel an einer Fernuniversität.

■ Wenn Sie mehr Informationen benötigen, finden Sie diese unter: [Weiterbildung in Baden-Württemberg](#) und [Weiterbildung Ratgeber](#)

Wenn Sie Anspruch auf einen Bildungsgutschein der Agentur für Arbeit oder des Jobcenters haben, können Sie auf diesem Portal nach einem passenden Bildungsangebot suchen.

🌐 Unter diesem Link gelangen Sie zum [Portal für berufliche Aus- und Weiterbildung der Agentur für Arbeit](#)

Volkshochschule Bodenseekreis

Die Volkshochschule Bodenseekreis (VHS Bodenseekreis) bietet Angebote zur Weiterbildung und zum lebensbegleitenden Lernen an.

Das Programm besteht aus Vorträgen, Kursen, Wochenendseminaren und Workshops in den Abteilungen:

- Junge vhs
- Allgemeine Bildung
- Kultur / Gestalten
- Gesundheit
- Ernährung

- Sprachen
- Beruf und Digitales

Der Kontakt:

📍 [Glärnischstr. 1 - 3, 88045 Friedrichshafen](#)

✉ @vhs-zentrale@bodenseekreis.de

🌐 www.vhs-bodenseekreis.de

Abendschulen

Eine Abendschule ist eine Schule, die speziell für Erwachsene ist. Hier können sie ihre mittlere Reife oder das Abitur machen. Dies ist auch möglich, wenn Sie arbeiten gehen. Der Unterricht findet am Abend oder am Wochenende statt.

■ Wenn Sie mehr Informationen benötigen, finden Sie diese unter: [Abendschulen Baden-Württemberg](#)

Berufsbegleitend Studieren

In Deutschland gibt es verschiedene berufsbegleitende Studiengänge. Ein Fernstudium ermöglicht es, flexibel in Bezug auf Ort und Zeit zu lernen. Das ist besonders vorteilhaft, wenn man gleichzeitig einen Beruf ausübt.

■ Wenn Sie mehr Informationen benötigen, finden Sie diese unter: [Studieren berufsbegleitend](#)

Fern-Universität in Hagen

Die Fernuniversität in Hagen ist die einzige staatliche Fernuniversität in Deutschland. Die Abschlüsse der Fernuniversität sind reguläre Universitätsabschlüsse.

Der Kontakt:

📍 [Universitätsstraße 47, 58097 Hagen](#)

☎ [02331/987-2444](tel:023319872444)

✉ info@fernuni-hagen.de

🌐 www.fernuni-hagen.de

Bibliotheken

Eine Bibliothek oder eine Bücherei ist ein Ort, wo man Bücher, CDs, Lehrmaterial und Lernhilfen für Zuhause leihen kann. Es ist auch möglich dort ganz in Ruhe zu lernen oder zu lesen.

Kommunale öffentliche Bibliotheken finden Sie in diesen Städten und Gemeinden.

Die direkten Links finden Sie hier:

- [das Medienhaus am See in Friedrichshafen](#)
- [die Gemeindebücherei in Kressbronn am Bodensee](#)
- [die Gemeindebücherei Münzhof in Langenargen](#)
- [die öffentliche Bibliothek im Bildungszentrum in Markdorf](#)
- [die Gemeindebücherei in Meckenbeuren](#)
- [die Stadtbücherei in Meersburg](#)
- [die Gemeindebücherei in Neukirch](#)
- [die Mediathek am Teuringer in Oberteuringen](#)
- [die Gemeindebücherei Schule in Owingen](#)
- [die Gemeindebücherei Mimmenhausen in Salem](#)
- [die Stadtbücherei in Tettngang](#)
- [die Stadtbücherei im Torkel in Überlingen](#)
- [der Treffpunkt Bücherei in Uhdingen-Mühlhofen](#)
- [die Mediothek im Deggenhausertal](#)

Die Kreisbibliothek ist die größte wissenschaftliche Bibliothek des Kreises.

Den direkten Link finden Sie hier:

- [Kreisbibliothek im Schloss Salem](#)

Familie

Familienplanung, Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft

Sexualität, Verhütung und Gesundheit

Familienplanung und Sexualität

Jeder Mensch entscheidet selbst, wie er Sexualität lebt und mit wem. Sie entscheiden auch selbst, ob Sie Kinder möchten, wann Sie Kinder bekommen möchten und wie viele.

Das nennt man: Recht auf Familienplanung und Recht auf sexuelle Selbstbestimmung.

Mehrsprachige Informationen zum Thema Sexualität finden Sie hier:

www.zanzu.de

Sexualberatung

Bei einer Sexualberatung können Sie in Ruhe und sicher über Ihre Sexualität sprechen. Sie können Fragen zum Körper stellen, zur sexuellen Orientierung oder zu eigenen Gefühlen.

Auch über Erfahrungen mit sexueller Gewalt kann man dort sprechen.

Hier finden Sie wichtige Beratungsstellen:

Pro familia - Beratungsstelle Grüner Turm Ravensburg

■ [Grüner-Turm-Straße 14, 88212 Ravensburg](#)

■ [07512/4343](#)

■ ravensburg@profamilia.de

Pro familia - Beratungsstelle Konstanz

■ [Reichenastr. 5a, 78467 Konstanz](#)

■ [07531/26390](#)

■ konstanz@profamilia.de

Fragen zur Sexualität, Familienplanung, Schwangerschaft und Eltern-Sein beantworten auch die [Schwangerschaftsberatungsstellen](#).

Verhütung

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, nicht schwanger zu werden oder sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten zu schützen. Zum Beispiel: Barriere-Methoden wie das Kondom oder Hormon-Methoden wie die Pille.

Mehrsprachige Informationen zum Thema Verhütung finden Sie unter:

■ www.zanzu.de

■ www.profamilia.de

■ Ein Kondom schützt vor sexuell übertragbaren Krankheiten, zum Beispiel HIV.

■ Bei einem Frauenarzt oder einer Frauenärztin können Sie sich über Verhütungsmethoden informieren.

AIDS-Beratung

Die AIDS-Beratung hilft, wenn Sie Fragen zu AIDS haben. Zum Beispiel bei: HIV-Infektion oder AIDS-Erkrankung, Fragen zu Risikogruppen, Fragen zu neuen Beziehungen.

Gesundheitsamt, Landratsamt Bodenseekreis

Dr. Hannah Krüger

■ [Albrechtstr. 75, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/204-5860](#)

■ gesundheitsamt@bodenseekreis.de

■ Sprechstunde: Donnerstag, 15:00 - 17:00 Uhr (ohne Voranmeldung)

■ www.bodenseekreis.de

Am Standort Konstanz und Singen gibt es die [AIDS-Hilfe Konstanz](#).

Ungewollte Schwangerschaft

Wenn Sie schwanger sind und das Baby nicht bekommen möchten, gibt es die Möglichkeit, die Schwangerschaft zu beenden. Das nennt man Schwangerschaftsabbruch. Das ist in Deutschland unter bestimmten Regeln möglich.

Bevor ein Schwangerschaftsabbruch gemacht wird, müssen Sie zuerst zu einer Beratung gehen. In der Beratung sprechen die Beraterinnen mit Ihnen über alle Möglichkeiten. Sie beantworten Ihre Fragen – zu den Gesetzen und zur Medizin.

Die Entscheidung gehört nur Ihnen. Nur Sie entscheiden, ob Sie die Schwangerschaft abbrechen oder nicht.

Schwangerschaftskonfliktberatung bei ungewollter Schwangerschaft

Diakonisches Werk am Standort Friedrichshafen

■ [Scheffelstraße 37, 88045 Friedrichshafen](https://www.scheffelstrasse37.de)

■ [07541/32300](tel:0754132300)

■ dbs@diakonie-oab.de

■ www.diakonie-oab.de

Diakonisches Werk am Standort Überlingen

■ [Christophstraße 31, 88662 Überlingen](https://www.christophstrasse31.de)

■ [07551/918990](tel:07551918990)

■ ueberlingen@diakonie-ueberlingen.de

■ www.diakonie-ueberlingen.de

Diakonisches Werk am Standort Markdorf

■ [Weinsteig 1, 88677 Markdorf](https://www.weinsteig1.de)

■ [07544/91172](tel:0754491172)

■ markdorf@diakonie-ueberlingen.de

■ www.diakonie-ueberlingen.de

■ Rufen Sie an und machen Sie einen Termin für die Beratung aus.

Mehrsprachige Informationen zum Thema ungewollte Schwangerschaft finden Sie hier:

■ www.zanzu.de

Hilfstelefon für Schwangere in Not

Schwanger und die Welt steht Kopf?

Rufen Sie anonym und vertraulich an: ■ [0800/4040020](tel:08004040020)

■ www.schwanger-und-viele-fragen.de

Schwanger und keiner darf es wissen?

Rufen Sie anonym und vertraulich an: ■ [0800/4040020](tel:08004040020)

■ www.bodenseekreis.de/vertrauliche-geburt/

Schwangerschaft und Geburt

Bei einer Schwangerschaft und anstehenden Geburt gibt es viele Möglichkeiten sich beraten und unterstützen zu lassen. Beratungsstellen finden Sie [auf diese Seite hier](#).

Während der Schwangerschaft

Wenn Sie schwanger sind, gehen Sie am besten zur Frauenärztin oder zum Frauenarzt (Gynäkologen). Lassen Sie dort die Vorsorgeuntersuchungen durchführen. Sie erhalten dann einen Mutterpass. Der Mutterpass ist ein Dokument mit wichtigen Informationen über Ihre Schwangerschaft, Ihre Gesundheit und die Ihres Kindes.

■ Sie können sich von einer Hebamme betreuen lassen. Sobald Sie wissen, dass Sie schwanger sind, sollten Sie sich umgehend um eine Hebamme kümmern. Fragen Sie Ihre Frauenarztpraxis oder eine Beratungsstelle um Unterstützung. Sie können auch [hier](#) suchen.

■ Sie können Geburtsvorbereitungskurse besuchen, die sie auf die Geburt vorbereiten. Geburtsvorbereitungskurse werden ab der 25. Schwangerschaftswoche empfohlen (6. bis 7. Schwangerschaftsmonat).

Geburt

Ihre Frauenarztpraxis vermittelt Sie an eine Entbindungsklinik. Für die Geburt sollten Sie sich vorher im Krankenhaus persönlich anmelden, meist ist das ab der 34. Schwangerschaftswoche (8. Monat) möglich. Hierzu bietet das Krankenhaus auch Informationsabende mit Kreißsaalführungen an.

Von der Klinik erhalten Sie eine Geburtsbescheinigung.

Nach der Geburt

• Meldung ans Standesamt

Neugeborene Kinder müssen dem [Standesamt](#) und ggf. der Unterkunftsleitung gemeldet werden. Die Entbindungsklinik übernimmt die Anzeige der Geburt beim Standesamt. Dort erhalten Sie mit Ihrem Ausweis, der Geburtsbescheinigung der Klinik und, falls vorhanden, Ihrer Heiratsurkunde die (ggf. vorläufige) Geburtsurkunde für Ihr Kind.

Bitte legen Sie nur Originaldokumente vor. Bei fremdsprachigen Dokumenten ist eine amtlich beglaubigte deutsche Übersetzung notwendig.

Falls Sie in einer Gemeinschaftsunterkunft leben, geben Sie Ihrer Unterkunftsleitung eine Kopie der Geburtsurkunde, damit Ihr Kind registriert werden kann.

• Rückbildungskurse

In Rückbildungskursen wird gezielt der Beckenboden gestärkt und die Wirbelsäulenmuskulatur trainiert. Das ist wichtig um Beschwerden vorzubeugen, bevor man mit Fitness beginnen kann. Es gibt auch Kurse, zu denen Sie Ihr Baby mitnehmen können. Sehr oft bieten Hebammen Rückbildungskurse an. Beginnen können Sie etwa 6-8 Wochen nach der Geburt. Ihre Krankenkasse übernimmt einen Anteil der Kosten für den Kurs! Bitten Sie Ihre Hebamme, die Frauenarztpraxis oder eine Beratungsstelle um Unterstützung bei der Suche eines Kurses.

• Kinderarzt

Es gibt zehn Früherkennungsuntersuchungen (U1-U9 und J1). Bis zum 6. Lebensjahr wird das Kind somit regelmäßig untersucht und seine Entwicklung begleitet. Die U1 (Untersuchung nach der Geburt) und U2 Untersuchungen finden meistens noch in der Klinik statt. Für weitere

Untersuchungen müssen Sie einen Termin bei Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt vereinbaren.

- **Frühe Hilfen**

Für (werdende) Eltern oder Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren gibt viele Unterstützungsangebote. Man nennt sie **Frühen Hilfen**.

- **Familientreffs im Bodenseekreis**

In den [Familientreffs](#) gibt es auch viele Angebote. Dort gibt es z.B. Babytreffs, Familienhebammensprechstunden, Krabbelgruppen, Eltern-Kind-Gruppen und vieles mehr.

Beratung und Unterstützung bei Schwangerschaft und Geburt

Ein Kind verändert das Leben. Eine Schwangerschaft und eine Geburt können daher viele Fragen aufwerfen. Sie können Ihre Frauenärztin oder Ihren Frauenarzt dazu befragen oder sich an eine Schwangerschaftsberatungsstelle wenden. Diese beraten bei Fragen, Problemen und Sorgen in der Schwangerschaft.

■ Eine Beratung ist dabei nicht nur für die Schwangere gedacht, auch Partner/innen oder Paare haben Fragen und können dort Antworten finden.

Schwangerschaftsberatungsstellen

Caritas Bodensee-Oberschwaben am Standort Friedrichshafen

■ [Katharinenstraße 16, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/30000](#)

■ friedrichshafen@caritas-bodensee-oberschwaben.de

■ www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Caritasverband für das Dekanat Linzgau am Standort Überlingen

■ [Johann-Kraus-Straße 3, 88662 Überlingen](#)

■ [07551/83030](#)

■ info@caritas-linzgau.de

■ www.caritas-linzgau.de

Diakonisches Werk am Standort Friedrichshafen

■ [Scheffelstraße 37, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/32300](#)

■ dbs@diakonie-oab.de

■ www.diakonie-oab.de

Diakonisches Werk Überlingen

■ [Christophstraße 31, 88662 Überlingen](#)

■ [07551/918990](#)

■ ueberlingen@diakonie-ueberlingen.de

■ www.diakonie-ueberlingen.de

Diakonisches Werk am Standort Markdorf

■ [Weinsteig 1, 88677 Markdorf](#)

■ [07544/91172](#)

■ markdorf@diakonie-ueberlingen.de

■ www.diakonie-ueberlingen.de

Fachstelle Familienbildung im Jugendamt, Landratsamt Bodenseekreis

Lucia Beckesch

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.albrechtstrasse75.de)

■ [07541/2045443](tel:075412045443)

■ lucia.beckesch@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Die Liste der **Familientreffs** finden Sie ■ [hier](#). Weitere Informationen finden Sie ■ [hier](#).

Hilfstelefon für Schwangere in Not

Schwanger und die Welt steht Kopf?

Rufen Sie anonym und vertraulich an: ■ [0800/4040020](tel:08004040020)

■ www.schwanger-und-viele-fragen.de

Schwanger und keiner darf es wissen?

Rufen Sie anonym und vertraulich an: ■ [0800/4040020](tel:08004040020)

■ www.bodenseekreis.de/vertrauliche-geburt/

Weitere Informationen zum Thema Schwangerschaft

■ [Schwangerschaft und Geburt \(profamilia\)](#)

■ [Broschüren und Publikationen \(profamilia\)](#)

Familienleistungen

Elternzeit

In Deutschland unterstützt Sie der Staat dabei, Ihre Kinder aufzuziehen. Arbeitnehmer haben einen Anspruch auf Elternzeit bis zum dritten Geburtstag des Kindes.

Die Elternzeit bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihr Kind zu betreuen. Sie können während der Elternzeit bis zu 30 Wochenstunden arbeiten, Sie müssen aber nicht. Ihr Arbeitsplatz bleibt bestehen und darf vom Arbeitgeber nicht gekündigt werden.

■ Elternzeit können Mütter und Väter allein oder gemeinsam nehmen.

Den Antrag auf Elternzeit müssen Sie spätestens sieben Wochen vor Beginn der Elternzeit bei Ihrem Arbeitgeber einreichen. Nach der Elternzeit muss Ihr Arbeitgeber Ihnen im Regelfall einen gleichwertigen Arbeitsplatz anbieten.

Elterngeld

Das Elterngeld ist eine staatliche Unterstützung für Eltern, die ihr Kind in den ersten 14 Lebensmonaten selbst betreuen. Da sie deshalb nicht, oder nicht in Vollzeit, arbeiten können, bekommen sie Elterngeld.

■ Auch Eltern, die vor der Geburt nicht berufstätig waren, erhalten Elterngeld.

■ Auch getrenntlebende Elternteile können das Elterngeld in Anspruch nehmen.

Die Höhe des Elterngelds ist abhängig von der Höhe des Einkommens. Es beträgt rund zwei Drittel des Einkommens vor der Geburt – mindestens 300 und höchstens 1.800 Euro.

Es gibt für die Eltern zwölf Monatsbeträge an Elterngeld. Wenn Mutter und Vater sich den Elterngeldbezug teilen und ihr Einkommen wegfällt, bekommen sie zusammen maximal 14 Monatsbeträge an Elterngeld.

■ Sie können Elterngeld in Anspruch nehmen, wenn sie eine Niederlassungs- oder Aufenthaltserlaubnis in Deutschland haben.

[Den Antrag auf Elterngeld bei der L-Bank finden Sie hier.](#)

Genauere Informationen auf Deutsch, Englisch, Türkisch und Russisch finden Sie [hier](#).

Kindergeld und Kinderzuschlag

Alle Eltern mit Niederlassungs- oder Aufenthaltserlaubnis in Deutschland haben Anspruch auf Kindergeld.

Das Kindergeld wird für jedes Kind ab der Geburt bis mindestens zum 18. Lebensjahr ausgezahlt. Macht Ihr Kind eine Ausbildung oder studiert es, verlängert sich der Anspruch maximal bis zum 25. Geburtstag.

Für die ersten beiden Kinder erhalten Sie pro Kind monatlich ca. 200 Euro. Ab dem dritten Kind steigt das Kindergeld ein wenig an.

Sie müssen das Kindergeld selbst bei der [Bundesagentur für Arbeit](#) beantragen.

■ Der deutsche Staat unterstützt **Familien mit geringem Einkommen** außerdem durch den sogenannten Kinderzuschlag. Den Antrag für einen Kinderzuschlag erhalten Sie bei der Familienkasse: www.familienkasse.de

Genauere Informationen in verschiedenen Sprachen finden Sie [hier](#).

Sie brauchen Beratung zum Thema Familienleistungen?

Die [Schwangerenberatungsstellen](#) informieren auch zum Thema Elternzeit, Elterngeld und Kindergeld.

Informationen zu allen finanziellen Leistungen finden Sie in folgenden Flyern:

[Startchancen für junge Familien](#)

[Eltern werden ohne Geld](#)

Standesamt und Sorgerecht

Standesamt

Das Standesamt hat mehrere Aufgaben. Die Geburt eines Kindes muss man dem Standesamt persönlich melden. Das Standesamt ist auch für die Anmeldung von Eheschließungen zuständig.

Die Aufgaben im Überblick

- Schließung von Ehen und Lebenspartnerschaften
- Anerkennung der Vaterschaft
- Kirchenaustritte
- Namensänderungen
- Ausstellung von Urkunden (Geburtsurkunde, Sterbeurkunde)

■ Wenden Sie sich an das Standesamt in Ihrer [Gemeinde oder Stadt](#).

Vaterschaftsanerkennung

Manchmal sind Eltern eines Kindes bei der Geburt nicht verheiratet. Dann ist eine gesetzliche Vaterschaftsanerkennung wichtig. Mit der Vaterschaftsanerkennung werden Vater und Kind vor dem Gesetz miteinander verwandt.

■ Die Mutter des Kindes muss der Vaterschaftsanerkennung zustimmen.

Ablauf: Anerkennung der Vaterschaft

Wann?

Vor Geburt oder nach Geburt des Kindes.

Wo?

Beim Jugendamt, Standesamt, Notar, oder Amtsgericht.

Wie?

Durch öffentliche Urkunde unter Vorlage des Personalausweises/Passes des jeweiligen Elternteils.

Beischreibung der Vaterschaft

Standesamt trägt den Vater in die Geburtsurkunde des Kindes ein.

Jugendamt, Landratsamt Bodenseekreis

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/2045129](#) / [07541/2045124](#) / [07541/2045624](#)

■ jugendamt@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Unterhalt des Kindes

Eltern sind ihren Kindern zum Unterhalt verpflichtet. Das bedeutet, dass sie auch finanziell Verantwortung für ihre Kinder tragen.

■ Die Unterhaltspflicht gilt für jedes Elternteil und besteht auch im Falle einer Trennung weiterhin.

Mehr Informationen zum Thema Unterhalt, Unterhaltsvorschuss und Betreuungsunterhalt finden Sie [in diesem Flyer](#).

Unterstützung für Familien

Hilfe bei häuslicher Gewalt

Brauchen Sie Schutz und Hilfe für sich und Ihre Kinder?

Wenn Sie jetzt in Gefahr sind oder sofort Hilfe brauchen, rufen Sie die Polizei an: ■ [110](tel:110)

Bei Gefahr für Kinder durch körperliche Gewalt, seelische Gewalt, Vernachlässigung oder sexuelle Gewalt melden Sie sich beim Allgemeinen Sozialen Dienst (ASD) des Landratsamtes: ■ [07541/2045364](tel:075412045364)

Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD), Landratsamt Bodenseekreis

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.albrechtstrasse75.de)

■ [07541/2045364](tel:075412045364)

■ jugendamt@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Für Beratung und Unterstützung wenden Sie sich an

Polizeiliche Beratungsstelle im Bodenseekreis

■ [07541/7011510](tel:075417011510)

Beschützendes Haus Bodenseekreis (Frauen- und Kinderschutzhaus)

■ [07541/4893626](tel:075414893626)

Frauen helfen Frauen e. V.

■ [07541/21800](tel:0754121800), ■ [Ailinger Straße 38/1, 88046 Friedrichshafen](https://www.ailingerstrasse381.de)

Sonderdienst des Amtes für Familie, Jugend und Soziales

■ [07541/2033132](tel:075412033132), [07541/2033133](tel:075412033133), [07541/203-3145](tel:075412033145)

Beratungsstelle für Frauen in Not- und Trennungssituationen

■ [07541/2033132](tel:075412033132), ■ [Rathaus Stadt Friedrichshafen, Adenauerplatz 1, 88045 Friedrichshafen](https://www.rathaus-stadt-friedrichshafen.de)

Jugendamt, Landratsamt Bodenseekreis

■ [07541/2045364](tel:075412045364) ■ [Landratsamt Bodenseekreis, Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.landratsamt-bodenseekreis.de),

Frauen- und Familienbeauftragte des Bodenseekreises

■ [07541/2045475](tel:075412045475) ■ [Landratsamt Bodenseekreis, Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.landratsamt-bodenseekreis.de)

Gewalt gibt es in vielen Formen - Gewalt kann in allen Bereichen vorkommen.

- **Körperliche Gewalt**
zum Beispiel: treten, schlagen, schubsen ...
- **Sexuelle Gewalt**
sexuell belästigen,
zum Geschlechtsverkehr zwingen ...
- **Psychische Gewalt**
zum Beispiel: beschimpfen, klein machen, bedrohen, kontrollieren, Stalking, jemanden von anderen Menschen trennen
- **Wirtschaftliche Gewalt**
zum Beispiel: Arbeit verbieten, kein Geld geben

Egal, welche Gewalt Sie oder Ihre Kinder erleben: Sie haben das Recht, Hilfe zu bekommen und sich zu schützen!

Mehr Informationen finden Sie [hier](#).

Kindeswohl-Förderung

Das Leben mit einem Kind bringt viel Freude, aber auch viele Veränderungen mit sich. Eltern geraten dabei schon einmal an ihre Grenzen. Um sie zu unterstützen, gibt es Frühe Hilfen. Frühe Hilfen sind Angebote für Familien ab der Schwangerschaft bis zum dritten Lebensjahr der Kinder.

Anlaufstellen für die Frühe Hilfen sind im Bodenseekreis die [21 Familientreffs](#).

Weitere Informationen und Ansprechpersonen

Netzwerk MOBILE, Jugendamt, Landratsamt Bodenseekreis

Lucia Beckesch und Monika Gröber
☒ [07541/2045443](tel:075412045443) / ☒ [07541/2045620](tel:075412045620)
☒ netzwerk.mobile@bodenseekreis.de
☒ www.bodenseekreis.de

☒ [Informationen und Flyer für \(werdende\) Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahre finden Sie hier.](#)

Unterstützung bei familiären Krisen

Unterstützung bei familiären Krisen (z.B. Trennung, Scheidung)

Jugendamt, Landratsamt Bodenseekreis

☒ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)
☒ [07541/2045364](tel:075412045364)

■ jugendamt@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Caritas Bodensee-Oberschwaben in Friedrichshafen
Psychologische Familien- und Lebensberatung

■ [Katharinenstraße 16, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/300040](tel:07541300040)

■ pfl-fn@caritas-bodensee-oberschwaben.de

■ www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Caritas Bodensee-Oberschwaben in Überlingen
Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

■ [Mühlbachstraße 18, 88662 Überlingen](#)

■ [07551/308560](tel:07551308560)

■ psychologische.beratungsstelle@caritas-linzgau.de

■ www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Starke Kinder - DUNJA

Beratung bei Problemen in der Schule und in der Familie
BBQ Bildung und Berufliche Qualifizierung gGmbH

■ [Merkurstraße 3, 88046 Friedrichshafen](#)

■ [075413979310](tel:075413979310)

■ info-friedrichshafen@bbq-biwe.de

Bejuga

Beratung von Familien (mit und ohne Kinder) bei Fragen des alltäglichen Lebens
wie Arbeitssuche, Wohnungssuche, Schuldenberatung...

BBQ Bildung und Berufliche Qualifizierung gGmbH

■ [Merkurstraße 3, 88046 Friedrichshafen](#)

■ [075413979310](tel:075413979310)

■ info-friedrichshafen@bbq-biwe.de

Existenzsicherung

Beratungsangebote bei finanziellen Krisen und Lebensnotlagen

In schwierigen Zeiten, wie bei finanziellen Problemen oder anderen Notlagen, gibt es Beratungsstellen, die helfen können. Sie bieten Unterstützung, erklären mögliche Lösungen und helfen bei Anträgen für finanzielle Hilfe.

Hier finden Sie eine Übersicht der Beratungsstellen, die Ihnen weiterhelfen können:

Das Jobcenter des Landratsamts Bodenseekreis

Der Kontakt:

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/2040](tel:075412040)

■ jobcenter@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Die Stadt Friedrichshafen

Der Kontakt:

■ [Adenauerplatz 1, 88045 Friedrichshafen](#)
■ [07541/2030](#)
■ stadtverwaltung@friedrichshafen.de
■ www.friedrichshafen.de

Die Caritas Bodensee-Oberschwaben

Der Kontakt:

■ [Katharinenstraße 16, 88045 Friedrichshafen](#)
■ [07541/30000](#)
■ info@caritas-bodensee-oberschwaben.de
■ www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Der Caritasverband für das Dekanat Linzgau e.V.

Der Kontakt:

■ [Johann-Kraus-Straße 3, 88662 Überlingen](#)
■ [07551/83030](#)
■ info@caritas-linzgau.de
■ www.caritas-linzgau.de

Die diakonische Bezirksstelle

Das Angebot: Die Sozialberatung in finanziellen Notlagen und die Lebensberatung

Der Kontakt: Tanja Rupp

■ [Katharinenstr. 16, 88045 Friedrichshafen](#)
■ [07541/9501829](#)
■ rupp@diakonie-rv.de
■ www.diakonie-rv.de

Die diakonische Bezirksstelle Friedrichshafen

Die Angebote: Die Familienberatung, die Schwangerenberatung und die Schwangerschaftskonfliktberatung

Der Kontakt: Sabine Hornig

■ [Scheffelstr. 37, 88045 Friedrichshafen](#)
■ [07541/32300](#)
■ hornig@diakonie-rv.de
■ www.diakonie-rv.de

Das diakonische Werk Überlingen

Der Kontakt:

■ [Christophstr. 31, 88662 Überlingen](#)
■ [07551/918990](#)

■ ueberlingen@diakonie-ueberlingen.de

■ www.diakonie-ueberlingen.de

Das diakonische Werk Stockach

Der Kontakt:

■ [Tuttlingerstraße 7 , 78333 Stockach](https://www.google.com/maps/place/Tuttlingerstra%C3%9Fe+7,+78333+Stockach)

■ [07771/2594](tel:077712594)

■ stockach@diakonie-ueberlingen.de

■ www.diakonie-ueberlingen.de

Der Erwerb von günstigen Lebensmittel

Hier finden Sie eine Übersicht der Stellen, bei denen Sie günstig Lebensmittel erwerben können:

Die Tafel Friedrichshafen

Der Kontakt:

■ [Keplerstraße 27, 88045 Friedrichshafen](https://www.google.com/maps/place/Keplerstra%C3%9Fe+27,+88045+Friedrichshafen)

■ [07541/376677](tel:07541376677)

■ tafelFn@t-online.de

■ [Tafel Friedrichshafen](http://TafelFriedrichshafen)

Die Tafel Markdorf

Der Kontakt:

■ [Am Stadtgraben 18, 88677 Markdorf](https://www.google.com/maps/place/Am+Stadtgraben+18,+88677+Markdorf)

■ [07544/91172](tel:0754491172)

■ www.ekima.de

Die Tafel Überlingen

Der Kontakt:

■ [Johann-Kraus-Straße 3, 88662 Überlingen](https://www.google.com/maps/place/Johann-Kraus-Stra%C3%9Fe+3,+88662+Überlingen)

■ [07551/83030](tel:0755183030)

■ www.caritas-linzgau.de

Die Tafel Tettang

Der Kontakt:

■ [Kirchstr. 28, 88069 Tettang](https://www.google.com/maps/place/Kirchstr.+28,+88069+Tettang)

■ [07542/953640](tel:07542953640)

■ info@tettnanger-tafel.de

■ www.tettnanger-tafel.de

Übersicht der Händler für den Kauf günstiger Kleidung und Möbel

Hier finden Sie eine Übersicht der Stellen, bei denen Sie günstig Kleidung und Möbel erwerben können:

Der FAIRKAUF Friedrichshafen - Gebrauchtwaren-Kaufhaus

Der Kontakt:

■ [Paulinenstraße 33a, 88046 Friedrichshafen](#)
■ [07541/3780810](#)
■ fairkauf@caritas-bodensee-oberschwaben.de
■ www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Der DRK-Kleiderladen Friedrichshafen

Der Kontakt:

■ [König-Wilhelm-Platz 1, 88045 Friedrichshafen \(Zeppelin Dorf\)](#)
■ [07541/5909610](#)
■ a.sinclair@drk-kv-bodenseekreis.de
■ www.drk-kv-bodenseekreis.de

Der DRK-Kleiderladen Ühldingen-Mühlhofen

Der Kontakt:

■ [Am Erlenbach 1, 88662 Überlingen \(Untergeschoss der Kreuzkirche\)](#)
■ [07551/932825](#)
■ www.drk-kv-bodenseekreis.de

Die DRK-Kleiderkammer Tett nang

Der Kontakt:

■ [Loretostraße 12, 88069 Tett nang \(Rückseite des DRK-Heims\)](#)
■ [07542/93320](#)
■ geschaeftsstelledrk-tett nang.de
■ drk-tett nang.de

Behinderung und Beeinträchtigung des Kindes

■ Wenn Ihr Kind Probleme mit der Entwicklung, einer Krankheit oder einer Behinderung hat, sollten Sie zuerst zu Ihrem Kinderarzt oder zu Ihrer Kinderärztin gehen. Dort bekommen Sie Hilfe und Tipps, wie es mit der Entwicklung Ihres Kindes weitergehen soll.

Weitere wichtige Förderangebote und Beratungsstellen für die Eltern und das Kind

die regionalen Arbeitsstellen und die Frühförderung für die Eltern und das Kind am staatlichen Schulamt in Markdorf

Der Kontakt:

■ [Am Stadtgraben 25, 88677 Markdorf](#)
■ [07544/50970](#)
■ poststelle@ssa-mak.kv.bwl.de
■ www.schulamt-bw.de

Die Frühförder- und Beratungsstelle für die Eltern und das Kind and der Liebenau Teilhabe in Markdorf

Der Kontakt:

■ [Spitalstraße 3, 88677 Markdorf](#)
■ [07544/71838](#)
■ fruehfoerderstelle.markdorf@stiftung-liebenau.de
■ www.stiftung-liebenau.de

Die Sonderpädagogische Beratungsstelle für die Eltern und das Kind an der Tannenhag-Schule in Friedrichshafen

Der Kontakt:

■ [Zeppelinstr. 255/1, 88048 Friedrichshafen](#)
■ [07541/2899-70](#)
■ sekretariat@sbbz-tannenhag.de
■ www.tannenhag-schule.de

Die Sonderpädagogische Beratungsstelle und die Frühförderung für die Eltern und das Kind an der Camphill Schulgemeinschaft in Brachenreute

Der Kontakt:

■ [Brachenreuthe 4, 88662 Überlingen](#)
■ [07551/80070](#)
■ brachenreuthe@camphill-schulgemeinschaften.de
■ www.camphill-schulgemeinschaften.d

Das Sonderpädagogisches Bildungs- und Beratungszentrum für die Eltern und das Kind an der Sonnenbergschule in Salem-Buggensegel: Deren Schwerpunkt liegt bei der geistigen Entwicklung des Kindes

Der Kontakt:

■ [Laurentiusstraße 4, 88682 Salem-Buggensegel](#)
■ [07553/82743](#)
■ info@sonnenbergschule.de
■ www.sonnenbergschule.de

Interkulturelles Elternlotsen-Programm

Wer sind die Elternlotsen?

Elternlotsinnen und Elternlotsen sind Freiwillige. Sie helfen Familien aus anderen Ländern. Sie vermitteln durch Wissen zwischen Eltern und Schule oder Kita und sie unterstützen bei Erziehung, Lernen und Schule.

Was können die Elternlotsen?

Elternlotsen

- sprechen zwei Sprachen
- kennen das Leben von Familien, die zugewandert sind
- informieren über das Bildungssystem und die Angebote im Bodenseekreis
- bekommen Schulungen, damit sie ihre Aufgaben gut machen können.

Aufgaben der Elternlotsen

Elternlotsen

- haben Grundwissen über Schule, Lernen und Erziehung und geben dieses weiter
- beraten und unterstützen Eltern aus anderen Ländern
- helfen bei der Kommunikation zwischen Schule und Eltern, z. B. bei Schulveranstaltungen

Schulen, Vereine oder Organisationen können dem Landratsamt sagen, wenn sie Elternlotsen brauchen.

Kontakt:

Amt für Migration und Integration

 Frau Alicia Gerlach

 [07541/2043407](tel:075412043407) @ alicia.gerlach@bodenseekreis.de

 www.bodenseekreis.de

Möchten Sie sich als Elternlotsin bzw. als Elternlotse engagieren?

Melden Sie sich gerne beim Landratsamt.

Kinder und Gesundheit

Kinderarzt und Untersuchungen

Kinder werden üblicherweise von Kinderärzten untersucht. Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen bei der Kinderärztin oder dem Kinderarzt sind für die Gesundheit jedes Kindes wichtig.

Was sind U-Untersuchungen?

Die sogenannten "U-Untersuchungen" sind vorgeschriebene Vorsorgeuntersuchungen. Sie finden immer zu einem bestimmten Zeitpunkt statt.

■ Ihre Kinderärztin bzw. Ihr Kinderarzt kann Ihnen mehr Informationen zu den U-Untersuchungen geben.

Weitere mehrsprachige Informationen finden Sie unter:

■ www.kindergesundheit-info.de

Zahngesundheit

Wenn Ihr Kind Zahnschmerzen hat, gehen Sie zu einer Zahnärztin oder einem Zahnarzt.

So halten Sie die Zähne Ihres Kindes gesund:

- 2 x am Tag die Zähne putzen, morgens und abends
- Jedes Familienmitglied hat eine eigene Zahnbürste
- Eltern helfen Kindern bis zum 8. Lebensjahr beim Zähneputzen
- Auf Ernährung achten: Süße, saure und klebrige Speisen und Getränke meiden
- Im Kindergarten und in der Schule zuckerarme Verpflegung mitgeben
- Wasser als Durstlöscher, um die Zähne zu schützen
- altersentsprechende Zahnpasta mit Fluorid, um Karies vorzubeugen
- Regelmäßige Kontrollen (2 x im Jahr bei einer Zahnärztin oder einem Zahnarzt)

Weitere Informationen finden Sie unter:

■ www.kariesvorbeugung.de

Im Bodenseekreis führt das Gesundheitsamt zahnärztliche Untersuchungen in Schulen verpflichtend (Schulgesetz) durch. In Kindertagesstätten werden diese auf freiwilliger Basis angeboten.

Die Arbeitsgemeinschaft Zahngesundheit führt in Schulen und Kindertagesstätten im Bodenseekreis Unterweisungen zur Mundhygiene und zahngesunder Ernährung durch.

Weitere Informationen zum Gesundheitsamt finden Sie unter:

■ www.bodenseekreis.de

Kinder und Medien

Kleinkinder und Medien

Der zunehmende Kontakt der Babys und Kleinkinder mit Bildschirm-Medien bedeutet eine große Herausforderung für die Eltern und fordert einen sensiblen Umgang.

Kleinkinder brauchen bildschirmfreie Lebensräume!

Bildschirm-Medien gehören zum Alltag einer Familie. Aber Babys und Kleinkinder reagieren auf Bildschirm-Medien. Oft erleben die Kleinen, dass den Geräten mehr Aufmerksamkeit geschenkt wird, als ihnen.

Achten Sie deshalb auf einen verantwortungsvollen Umgang mit Medien:

- lassen Sie sich nicht ständig von Ihrem Handy ablenken.
- surfen Sie nicht im Beisein Ihres Kindes im Internet.
- schenken Sie sich eine Medienpause, wenn Sie mit Ihrem Kind unterwegs sind.
- beschäftigen und beruhigen Sie Ihr Kind nicht mit Bildschirm-Medien.

Kinder brauchen

- ungeteilte Aufmerksamkeit und Blickkontakt.
- verlässliche Beziehungen.
- Ruhe und Erholung.
- eigene Sinneserfahrungen.
- viel freie Bewegungsmöglichkeiten und frische Luft.

■ Weitere mehrsprachige Informationen finden Sie [hier](#).

Tipps für den sicheren Umgang mit Medien

Begleitung ist besser als Verbote.

Kinder benötigen in digitalen Welten die Begleitung durch die Eltern. Reden Sie mit dem Kind über seine Erfahrungen mit digitalen Medien.

Kinder brauchen medienkompetente Vorbilder.

Bezugspersonen sind für Kinder und Jugendliche Vorbilder im Umgang mit Medien. Überprüfen Sie deshalb Ihre eigenen Mediengewohnheiten.

3-6-9-12-Faustregel

Kein Fernsehen unter 3 Jahren, keine eigene Spielkonsole vor 6, Internet nach 9 und Soziale Netzwerke nach 12.

Beachten Sie Altersfreigaben.

Für Filme, Computerspiele und Onlinegames.

Bildschirmzeiten gemeinsam festlegen.

Bestimmen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, wie viel Zeit es pro Tag oder pro Woche vor Bildschirmen verbringen darf. Setzen Sie klare Grenzen und achten Sie darauf, dass die Abmachungen eingehalten werden.

Balance zwischen medialer und non-medialer Freizeitgestaltung

Sorgen Sie für Freizeitaktivitäten auch ohne digitale Medien.

TV, PC und Spielkonsole gehören nicht ins Kinderzimmer.

Platzieren Sie die Geräte in einem Gemeinschaftsraum. Behalten Sie Smartphones und Tablets im Auge.

Schauen Sie genau, mit wem Ihr Kind chattet.

Onlinebekanntschaften sollten Kinder nur begleitet von Erwachsenen und an öffentlichen Orten treffen.

Vorsicht mit privaten Daten im Netz.

Sagen Sie Ihrem Kind, dass es keine persönlichen Daten wie Name, Adresse, Alter und Telefonnummer weitergeben darf, außer wenn es vorher mit Ihnen darüber gesprochen hat.

Offene Gespräche sind besser als Filtersoftware.

Sprechen Sie mit Ihrem Kind altersgerecht über Sexualität und Gewalt. Eine Filtersoftware ist sinnvoll, garantiert aber keinen vollständigen Schutz.

■ Weitere mehrsprachige Informationen finden Sie [hier](#).

Begegnungsorte

Familientreffs

Im Bodenseekreis gibt es viele Familientreffs. Ein Familientreff ist ein gemütlicher Ort, an den Mamas, Papas und werdende Eltern mit ihren kleinen Kindern bis 3 Jahre kommen können.

Dort können Familien:

- andere Eltern und Kinder kennenlernen
- miteinander reden und Erfahrungen teilen
- sich gegenseitig helfen und unterstützen

In den Familientreffs gibt es zum Beispiel:

- Gruppen zum Spielen und Singen
- Vorträge, bei denen man etwas lernen kann
- Beratung und Hilfe von Fachleuten, wenn man Fragen hat

Die Familientreffs wollen Familien dabei helfen, ihre Kinder gut zu erziehen und zu merken, wenn jemand Unterstützung braucht.

Die Angebote werden so gemacht, dass sie zu den Wünschen und Bedürfnissen der Familien passen – und die Familien können dabei mitbestimmen.

Die Angebote der Familientreffs umfassen:

- Fachlich begleitete Babytreffs
- Familienhebammensprechstunden
- Krabbelgruppen
- Eltern-Kind-Gruppen
- Spielgruppen
- Offene Familiencafés
- Interkulturelle Angebote
- Elternkurse und Elterngesprächskreise
- Bildungsangebote
- Begegnung von Jung und Alt
- Freizeitaktivitäten und Beratung

Die Liste der Familientreffs finden Sie unter www.bodenseekreis.de

Fachstelle Familienförderung Jugendamt, Landratsamt Bodenseekreis

Lucia Beckesch

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](https://www.albrechtstrasse75.de)

■ [07541/2045443](tel:075412045443)

■ lucia.beckesch@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Familientreffs Bodenseekreis

Familientreff Oberteuringen

Bachäckerstraße 7, 88094 Oberteuringen

Ansprechperson:

Elsa Vogel

Tel.: 07546 299-67

familientreff@oberteuringen.de

 [Familientreff am Teuringer](#)

Familientreff Owingen

Auentalschule, Schulstr.3, 88696 Owingen

Ansprechperson:

Bettina Lotter

Tel.: 07551 9485259

bettina.lotter@bodenseekreis.de

 [Familientreff Owingen](#)

Familientreff Salem

Am Schlossee 3, 88682 Salem

Ansprechperson im Jugendamt:

Jutta Laimer

Mobil: 0159 04204298

jutta.laimer@bodenseekreis.de

 [Familientreff Salem](#)

Familienforum Salem e.v.

Kleiner Brühl 9, 88682 Salem-Neufrach

Vorstand:

Tel.: 07553 60416

info@familienforum-salem.de

 [Familienforum Salem](#)

Familientreff Tettngang im Haus Josefine Kramer

Wilhelmstraße 6, 88069 Tettngang

Tel.: 07542 980630-20

Ansprechperson im Jugendamt:

Sabine Pfeifer

sabine.pfeifer@bodenseekreis.de

 [Familientreff Tettngang](#)

Familienzentrum Spatzennest e. V. Tettngang

Vorstand und Büro:

Tel.: 07542 980630-30

e-mail@spatzennest-tettngang.de

 [Familienzentrum Spatzennest](#)

Familientreff „Kunkelhaus“ Überlingen

im Familienzentrum Altstadt

Krummebergstr. 20

88662 Überlingen

Ansprechperson im Jugendamt:

Martina Fahlbusch-Nährig

Tel.: 07551 1795

martina.fahlbusch-naehrig@bodenseekreis.de

Vorstand:

familien@familientreff-kunkelhaus.de

 [Familientreff Kunkelhaus](#)

Familientreff Kunter-Bund Uhldingen-Mühlhofen

Überlinger Straße 8, 88690 Uhldingen-Mühlhofen info@familientreff-uhldingen.de

Ansprechperson im Jugendamt:

Gabriele Waibel

Tel.: 07556 9299814

gabriele.waibel@bodenseekreis.de

Vorstand und Büro:

info@familientreff-uhldingen.de

 [Familientreff Uhldingen](#)

Familientreff Bermatingen

Mesnerhaus Schulstraße 16, 88697 Bermatingen

Ansprechperson im Jugendamt:

Sonja Heger

Tel.: 07544 9349951

sonja.heger@bodenseekreis.de

 [Familientreff Bermatingen](#)

Familientreff Deggenhausertal

Säge 3, in den Räumen Jung & Alt, 88693 Deggenhausertal/Wittenhofen

Ansprechperson im Jugendamt:

Gabriela Strack

Tel.: 07555 9279937

gabriela.strack@bodenseekreis.de

 [Familientreff Deggenhausertal](#)

Familientreff Eriskirch

Greuther Straße 3, 88097 Eriskirch

Ansprechperson im Jugendamt:

Simone Neurohr

Tel.: +49 159 042 042 40

simone.neurohr@bodenseekreis.de

 [Familientreff Eriskirch](#)

Familientreff Frickingen

Petershauser Hof, Kirchstraße 9, 88699 Frickingen

Ansprechperson im Jugendamt:

Hannah Monkos

Tel.: 0159 04204023

hannah.monkos@bodenseekreis.de

 [Familientreff Frickingen](#)

Familientreff Fischbach

Ev. Gemeindehaus, Linzgaustraße 53, 388048 Friedrichshafen

Ansprechperson im Jugendamt:

Beate Dürnay

Tel.: 0159 04204244

beate.duernay@bodenseekreis.de

 [Familientreff Fischbach](#)

Familientreff „INSEL“ Friedrichshafen

Scheffelstr. 31, 88045 Friedrichshafen

Ansprechperson im Jugendamt:

Nadine Wulle
Tel.: 07541 372460
nadine.wulle@bodenseekreis.de
www.familientreff-insel.de

Vorstand:

Tel.: 07541 75150
info@familientreff-insel.de

 [Familientreff Insel](#)

Nachbarschafts- und Familientreff „Windhäggle“ Friedrichshafen

Polozker Straße 2, 88045 Friedrichshafen
Ansprechperson:
Kirchengemeinde St. Petrus Canisius
Katharinenstraße 14, 88045 Friedrichshafen
Beate Dürnay
Tel.: 0159 04204244
familientreff-windhaegle@online.de


 [Familientreff Windhäggle](#)

„Treff 22“ Friedrichshafen

Heinrich-Heine-Straße 22, 88045 Friedrichshafen
Tel.: 07541 24639
Ansprechperson im Jugendamt:
Damaris Fleckhammer
damaris.fleckhammer@bodenseekreis.de

 [Treff 22](#)

Familientreff „Große Kleine Leut e. V.“ Immenstaad

im Bürgerhaus beim Rathaus, Hauptstraße 29, 88090 Immenstaad
Tel.: 07545 911006
mail@familientreff-immenstaad.de
 [Familientreff Immenstaad](#)

Familientreff Kressbronn

Im Schlössle (1. Stock) Seestraße 20, 88079 Kressbronn
Tel.: 07543 54672
Ansprechperson im Jugendamt:
Natalie Kugel
natalie.kugel@bodenseekreis.de

 [Familientreff Kressbronn](#)

Familientreff Langenargen

Amthausstraße 13, 88085 Langenargen
Ansprechperson im Jugendamt:
Petra Flad
Tel.: 07543 6052240
petra.flad@bodenseekreis.de

[Familientreff Langenargen](#)

Familientreff Markdorf

im Mehrgenerationenhaus, Spitalstraße 3, 88677 Markdorf

Tel.: 07544 912965

www.mehrgenerationenhaeuser.de

Ansprechperson im Jugendamt:

Christin Jungblut

christin.jungblut@bodenseekreis.de

Vorstand:

Tel.: 07544 912965

info@mgh-markdorf.de

Familientreff Meckenbeuren

Graf-Zeppelin-Straße 22; 88074 Meckenbeuren

Tel.: 07542 21206

Ansprechperson im Jugendamt:

Nina Eble

nina.eble@bodenseekreis.de

[Familientreff Meckenbeuren](#)

Familientreff Meersburg

Sommertalweg 19, 88709 Meersburg

Tel.: 07532 807633

Ansprechperson im Jugendamt:

Bettina Schmitt-Stolba

Tel.: 0159 04204238

bettina.schmitt-stolba@bodenseekreis.de

Vorstand

Tel.: 07532 807633

vorstand@familientreff-meersburg-ev.de

[Familientreff Meersburg](#)

Jugendtreffs

[Hier geht es zum Thema Jugendtreffs.](#)

Familie, Migration und Flucht

Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge

Unbegleitete minderjährige Ausländer (abgekürzt "UMA"), die ganz ohne Begleitung von ihren Eltern nach Deutschland eingereist sind, werden durch das Jugendamt versorgt und untergebracht.

Unbegleitete Minderjährige werden in speziellen Wohngruppen oder in Gastfamilien betreut. Jeder unbegleitete Minderjährige bekommt einen **Vormund**. Der Vormund ist der persönliche und rechtliche Ansprechpartner des Jugendlichen. Er vertritt und unterstützt ihn z. B. im Asylverfahren und bei Behörden.

■ Weitere Informationen zum Thema Vormundschaft finden Sie im Flyer "[Dein Vormund vertritt dich](#)" (deutsch).

Manchmal kommt es vor, dass minderjährige Flüchtlinge ohne ihre Eltern, aber mit anderen Familienmitgliedern (z.B. mit Onkel oder Tante, mit Cousins oder älteren Geschwistern) nach Deutschland einreisen. Oder aber, sie haben bereits Familienmitglieder in Deutschland. Dann wird geprüft, ob eine Familienzusammenführung stattfinden kann. Außerdem kann unter bestimmten Umständen ein volljähriger Verwandter die Vormundschaft beantragen.

■ Die Vormundschaft zu übernehmen ist eine große Verantwortung. Das Jugendamt kann über die Aufgaben des Vormunds aufklären.

Jugendamt, Landratsamt Bodenseekreis

■ [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/2045617](tel:075412045617)

■ jugendamt@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Mehr Informationen

- Detaillierte Informationen zum Thema finden Sie direkt auf der [Seite des BAMF](#).

■ Außerdem interessant: [Familiennachzug und Familienzusammenführung](#)

Familiennachzug und Familienzusammenführung

Leben Sie und Familienmitglieder nicht am selben Ort? Haben Sie Familienmitglieder im Ausland?

Je nach Aufenthaltsstatus ergeben sich verschiedene Möglichkeiten.

Familiennachzug

Wenn Sie in Deutschland leben und bereits eine Aufenthaltserlaubnis besitzen, können Sie unter Umständen direkte Familienmitglieder (Eltern, Kinder, Ehepartner) aus dem Ausland nachholen.

Aktuell ist dies nur möglich, wenn Ihnen vom BAMF die Flüchtlingseigenschaft zuerkannt wurde.

Dazu müssen Sie innerhalb von 3 Monaten nach Erhalt Ihres Bescheids vom BAMF eine fristwahrende Anzeige stellen (die Frist von 3 Monaten gilt nicht bei unbegleiteten minderjährigen Geflüchteten). Außerdem müssen Ihre Familienmitglieder, die nach Deutschland nachreisen sollen, ein Visumantrag bei der deutschen Vertretung im jeweiligen Land ihres Aufenthalts stellen.

→ Der genaue Ablauf des Familiennachzuges wird Ihnen Schritt für Schritt [hier](#) erklärt (mehrsprachig). Dort können Sie auch direkt eine fristwahrende Anzeige stellen.

Weitere Informationen zum Familiennachzug erhalten Sie auch bei der für Sie [zuständigen Ausländerbehörde](#).

Familienzusammenführung

Wenn Sie als Asylsuchender nach Deutschland kommen, werden Sie einem bestimmten Landkreis in Deutschland zugewiesen (zum Beispiel dem Landkreis Bodenseekreis). Sie müssen dort in der Regel mindestens bis zum Abschluss Ihres Asylverfahrens wohnen.

Unter bestimmten Umständen können Sie aber den Ort wechseln, zum Beispiel wenn direkte Verwandte (Kinder, Eheleute oder Eltern) in anderen Landkreisen wohnen.

Dazu müssen Sie einen Umverteilungsantrag bei der für Sie zuständigen Ausländerbehörde stellen. Wird dem Antrag stattgegeben, dürfen Sie umziehen.

Haben Sie bereits eine Aufenthaltserlaubnis und erhalten eine Wohnsitzauflage, müssen Sie sich eine Wohnung in der angegebenen Gemeinde suchen.

Wollen Sie innerhalb des Landkreises Bodenseekreis dennoch in eine andere Gemeinde ziehen, müssen Sie dies bei der zuständigen Ausländerbehörde begründen. Aktuell ist ein Umzug nur wegen Arbeit möglich.

Wollen Sie in einen anderen Landkreis in Deutschland ziehen, muss dies von der Ausländerbehörde des Landkreises genehmigt werden, in den Sie ziehen wollen.

Suchdienst

Der Suchdienst hilft Menschen bei der weltweiten Suche nach Angehörigen und berät in allen Fragen der Familienzusammenführung.

Der Suchdienst ist eine Anlaufstelle für Menschen, die aufgrund aktueller Kriege und bewaffneter Konflikte, Katastrophen, Aussiedlung, Flucht, Vertreibung und Migration nicht wissen, wo sich ihre Angehörigen befinden. Der Suchdienst unterstützt Menschen, die unfreiwillig voneinander getrennt und dabei in unterschiedliche Länder verstreut wurden, in ihrem Wunsch, wieder zusammen in einem Land zu leben.

Suchdienste finden Sie hier:

■ [Suchdienst beim Deutschen Roten Kreuz](#)


■ [Internationaler Suchdienst Red Cross / Red Crescent Soc.](#)


Gesundheit und Soziales

Allgemeines

Arztbesuch und Krankenhaus

Wenn Sie krank sind oder Schmerzen haben, gehen Sie zu einer Ärztin oder einem Arzt. Die Arztpraxen sind von Montag bis Freitag geöffnet. Gehen Sie an diesen Tagen in eine Arztpraxis und nicht ins Krankenhaus. Ein Krankenwagen (Telefonnummer ■ [112](#)) kann Sie ins Krankenhaus fahren, wenn Sie sich schwer verletzt haben und es nicht selbst dorthin schaffen. Rufen Sie den Krankenwagen aber nur in absoluten Notfällen.

Am Wochenende, an Feiertagen und wenn die Arztpraxen nicht geöffnet sind (z.B. nachts) gehen Sie ins Krankenhaus, wenn Sie schlimme Schmerzen haben. Es gibt in den Kliniken am Wochenende auch Notfallpraxen. (Telefonnummer  [116117](tel:116117)) (KVBW Notfallpraxen).

 In Deutschland gilt die ärztliche Schweigepflicht. Ärztinnen und Ärzte dürfen niemandem erzählen, dass Sie dort waren und welche Krankheiten Sie haben.

Hausärzte und Fachärzte

Wenn Sie krank sind, gehen Sie zu Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt. Diese dürfen Sie selbst wählen. Die Öffnungszeiten legen die Hausärzte selbst fest. Vereinbaren Sie daher einen Termin, wenn Sie hausärztliche Hilfe benötigen.

Hausärzte führen wichtige Untersuchungen durch und sind Ihre erste Kontaktstelle bei Krankheiten. Sie entscheiden auch über notwendige Medikamente, und ob eine fachärztliche Untersuchung notwendig ist.

Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt überweist Sie bei Bedarf an eine Fachärztin oder einen Facharzt, die spezielle Untersuchungen durchführen können.

Kinderärzte

Kinder werden üblicherweise von Kinderärzten untersucht. Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen bei der Kinderärztin oder dem Kinderarzt sind für die Gesundheit jedes Kindes wichtig. Die vorgeschriebenen Vorsorgeuntersuchungen heißen "U-Untersuchungen" und sind immer zu einem bestimmten Zeitpunkt und kostenfrei. Bitte informieren Sie sich mit Ihrem Kind über die geregelten, vorgeschriebene U-Untersuchungen bei einer Kinderärztin oder einem Kinderarzt.

Weitere mehrsprachige Informationen finden Sie unter:


 www.kindergesundheit-info.de

Zahnärzte

Wenn Sie Zahnschmerzen haben, gehen Sie zu einer Zahnärztin oder einem Zahnarzt.

Gynäkologen (Frauenärzte)

Es ist wichtig, dass Frauen regelmäßig von einer Gynäkologin oder einem Gynäkologen untersucht werden. So können Krankheiten rechtzeitig erkannt werden. Dies nennt man Vorsorgeuntersuchungen. Sie können dort auch das Thema Verhütung besprechen.

 Falls Sie Unterstützung bei der Suche nach einem Arzt oder einer Ärztin brauchen, können Sie sich an die Sozialarbeiter in Ihren Gemeinschaftsunterkünften oder einen Helferkreis wenden.

Medikamente und Apotheken

Wenn Sie Medikamente brauchen, bekommen Sie von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt ein Rezept. Ihre Medikamente bekommen Sie mit diesem Rezept in jeder Apotheke. Jede Apotheke ist von außen am roten A erkennbar.



Apotheken haben in der Regel von Montag bis Samstag geöffnet. Die Öffnungszeiten sind je nach Apotheke unterschiedlich. Wenn Sie nachts oder am Wochenende dringend Medikamente brauchen, finden Sie an jeder Apotheke ein Schild mit Name und Adresse der Apotheke, die für den Notdienst geöffnet hat.

Auch mit einem Rezept sind in der Regel nicht alle Medikamente kostenlos.

Einige Medikamente, wie zum Beispiel Antibiotika, sind verschreibungspflichtig. Das heißt, Sie können sie nicht ohne Rezept kaufen. Sie finden diese Information auch im Internet.

Suche nach Apotheken-Notdiensten

 www.aponet.de

Als Asylsuchende oder Asylsuchender bekommen Sie viele Medikamente ohne eine Zuzahlung. Fragen Sie deshalb bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt nach. Wenn Sie kein Rezept haben, müssen Sie immer für die Medikamente bezahlen.

Hygiene und Impfschutz

Hygiene

Um selbst nicht krank zu werden hilft eine gute Hygiene. Häufiges Händewaschen ist ebenso wichtig wie eine saubere Toilettenhygiene.

Auf der Homepage der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärungen erhalten Sie Tipps für die Hygiene:

 www.infektionsschutz.de

Weitere Informationen zu Gesundheitsfragen und Infektionskrankheiten mit erklärenden Bildern finden Sie in verschiedenen Sprachen unter:

 www.setzer-verlag.de

Impfschutz

Jeden Tag kommen wir in Kontakt mit Viren, Bakterien oder Pilzen. Dieser Kontakt kann zu einer Krankheit führen, muss er aber nicht. Oft wird der Körper selbst damit fertig.

Aber nicht alle Infektionskrankheiten sind harmlos. Manche können schwere Erkrankungen verursachen. Diese ansteckenden Krankheiten können von Mensch zu Mensch oder unter Umständen auch von Lebensmitteln oder Gegenständen weitergegeben werden. Manche Krankheiten werden von Tieren auf den Menschen übertragen.

Zum Schutz vor einigen ansteckenden Krankheiten kann man sich impfen lassen. Zum Beispiel vor der Grippe, Mumps, Windpocken, Masern oder Röteln. Am besten kann Sie Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt beraten, welche Impfungen für Sie sinnvoll sind. Manche Impfungen müssen nach einer bestimmten Zeit wiederholt werden, damit der Impfschutz nicht verloren geht.

Insbesondere auch für Kinder ist eine rechtzeitige Impfung wichtig, um sie vor schweren Krankheiten zu schützen. Sprechen Sie mit Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt darüber, welche Impfungen für Ihr Kind ratsam sind.

Weitere Informationen zu Impfungen finden Sie [hier](#).

Krankenversorgung über die Krankenkasse

Wer in Deutschland lebt muss eine Krankenversicherung haben. Wenn Sie einen Aufenthaltstitel haben, müssen Sie sich bei einer Krankenkasse anmelden. Dann bekommen Sie eine Versicherungskarte. Die Karte müssen Sie zum Arztbesuch mitbringen.

Sie können sich den Arzt aussuchen.

Wenn Sie einen Facharzt benötigen, bekommen Sie von Ihrem Hausarzt eine Überweisung.

Versichertenkarte

Mit der Versichertenkarte werden Sie in Deutschland ärztlich versorgt.

Auf der Rückseite befindet sich die Europäische Krankenversicherungskarte (European Health Insurance Card, kurz EHIC).

So sind Sie auch in allen EU-Staaten und weiteren Ländern Europas versichert.

Für eine Reise außerhalb Europa empfehlen wir Krankenversicherung für das Ausland.

Wer keine Krankenkarte hat benötigt einen Schein, um zum Arzt gehen zu können.

Diese Krankenscheine erhalten Sie über Asylbewerberleistung.

Weitere Info [hier](#)

Krankenversorgung über Asylbewerberleistungen

Asylbewerberinnen und Asylbewerber im laufenden Asylverfahren erhalten Krankenversorgung über die Asylbewerberleistungsbehörde im Landratsamt Bodenseekreis

(E-Mail: asyl.krankenhilfe@bodenseekreis.de). Sie haben damit Anspruch auf **medizinische Grundversorgung**.

■ Asylbewerber suchen sich selbst einen Hausarzt an ihrem Wohnort aus. Um die Abwicklung der Arztkosten (Behandlungsschein) kümmern sich die Arztpraxen und die Asylbewerberleistungsbehörde.

Grundsätzlich gilt: Sie haben in Deutschland bei **akuten Erkrankungen und Schmerzen** den Anspruch auf **medizinische Grundversorgung**. Sie haben auch Anspruch auf jede amtlich empfohlene Schutzimpfung und Vorsorgeuntersuchung. Außerdem bekommen Sie kostenlos ärztliche Leistungen, die zur Sicherung der Gesundheit unabdingbar sind. Suchen Sie eine Ärztin oder einen Arzt auf, wenn

- **Sie akut erkrankt sind oder Schmerzen haben**
- **Sie schwanger sind**
- **Sie chronisch krank sind, wenn Sie zum Beispiel Diabetes, Epilepsie oder psychische Erkrankungen haben.**
- **Impfungen und Vorsorgeuntersuchungen bei Kindern anstehen**

Sobald Sie eine Aufenthaltserlaubnis haben, müssen Sie sich bei einer regulären gesetzlichen Krankenkasse anmelden. Dort bekommen Sie eine Versichertenkarte und haben damit Anspruch auf die gleichen Leistungen wie alle Bürgerinnen und Bürger in Deutschland.

Einen Online-Ratgeber für Asylsuchende finden Sie hier:

[Ratgeber Gesundheit für Asylsuchende in Deutschland](#)

Verständigungshilfen und mehrsprachige Informationen

- Hier finden Sie Informationen über die gesundheitliche Aufklärung in 13 Sprachen: [Folgen Sie diesem Link - www.zanzu.de](#)
- Hier finden Sie Informationen über den Wegweiser „Gesundheit für alle“ in 14 Sprachen: [Folgen Sie diesem Link - www.wegweiser-gesundheitswesen-deutschland.de](#)
- Hier finden Sie Informationen über das Portal für gesundheitliche Chancengleichheit: [Folgen Sie diesem Link - www.migesplus.ch](#)
- Hier finden Sie Informationen über das AOK-Portal für zugewanderte Menschen: [Folgen Sie diesem Link - www.zuwanderer.aok.de](#)
- Hier finden Sie Informationen über die Breastcare-App in mehreren Sprachen: [Folgen Sie diesem Link - www.breastcare.app/](#)

Obligatorische Anschlussversicherung (OAV)

Die obligatorische Anschlussversicherung (OAV) in der Krankenversicherung

Seit dem 1. August 2013 gibt es in Deutschland die obligatorische Anschlussversicherung. Diese Regelung sorgt dafür, dass Menschen, die nicht mehr in der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) bleiben müssen, weiterhin versichert sind. Zum Beispiel, wenn sie ihren Job verlieren. Aber sie müssen zeigen, dass sie nicht anders versichert sind.

Am 10. März 2022 sagte das Bundessozialgericht, dass Asylbewerber, die nur wenig Leistungen bei Krankheit bekommen, nicht genug Versicherungsschutz haben.

Asylbewerber, die nach dem Asylbewerberleistungsgesetz Leistungen bekommen, können die gesetzliche Versicherung nicht kündigen.

Normalerweise müssen alle, die in der GKV sind, monatlich Beiträge bezahlen. Diese Beiträge wurden bisher für Asylbewerber vom Staat übernommen.

Ab dem **1. Januar** 2025 wird der Staat die Beiträge nicht mehr bezahlen. Das bedeutet, Asylbewerber müssen dann selbst für die Krankenversicherung bezahlen.

Wenn Sie also gearbeitet haben und diese Arbeit aus verschiedenen Gründen wieder verlieren, werden die Kosten Ihrer Krankenversicherung nicht mehr wie bisher durch die Asylbewerberleistungen getragen, sondern müssen ab 01.01.2025 von Ihnen selbst bezahlt werden. Achtung: Hier können hohe Kosten entstehen!

Kinder und Gesundheit

[Zum Thema **Kinder und Medien** kommen Sie hier.](#)

[Zum Thema **Kinderarzt und Untersuchungen** kommen Sie hier.](#)

[Zum Thema **Zahngesundheit bei Kindern** kommen Sie hier.](#)

Psychische Gesundheit

Beratung bei psychischer Erkrankung

Im Bodenseekreis gibt es viele Stellen, an die sich Menschen wenden können, wenn es ihnen seelisch nicht gut geht oder wenn sie eine Behinderung haben. Beim Landratsamt Bodenseekreis gibt es eine Gruppe von Mitarbeitenden, die „Sozialplanung“ heißt. Dort können Menschen anrufen oder hingehen, um Infos und Hilfe zu bekommen.

Die Sozialplanung des Landratsamt Bodenseekreis

Frau Gabriele Knöpfle

☎ [07541/2043248](tel:075412043248)

✉ Gabriele.Knoepfle@bodenseekreis.de

🌐 www.bodenseekreis.de

Der sozialpsychiatrischer Dienst des Pauline 13 e. V.

Der sozialpsychiatrische Dienst von Pauline 13 e. V. hilft Menschen, die schon lange seelisch krank sind, und auch ihren Familien. Die Leute dort hören zu, geben Tipps und unterstützen, wenn es schwierig ist. Sie kennen außerdem viele andere Stellen, die helfen können, und sagen, wo man noch Unterstützung bekommt.

Der Pauline 13 e. V. im GPZ Friedrichshafen

📍 [Paulinenstraße 12, 88046 Friedrichshafen](#)

■ [07541/4094213](tel:075414094213) ■ ambulant-friedrichshafen@pauline13.de

Der Pauline 13 e. V. im GPZ Überlingen

■ [Obere Bahnhofstraße 18, 88662 Überlingen](tel:0755130118500)

■ [07551/30118500](tel:0755130118500) ■ ambulant-ueberlingen@pauline13.de

Der Pauline 13 e. V. in Bermatingen

■ [Bahnhofstraße 14, 88697 Bermatingen](tel:07544954013)

■ [07544/9540-13](tel:07544954013) ■ ambulant-bermatingen@pauline13.de

Die Tagesstätten in den Gemeindepsychiatrischen Zentren (GPZ)

In den Tagesstätten in den GPZ können sich Menschen treffen, denen es seelisch ähnlich geht. Dort kann man:

- neue Leute kennenlernen
- üben, wie man gut mit anderen zusammen ist
- gemeinsam etwas unternehmen, z. B. spielen, reden oder basteln

In den Tagesstätten gibt es viele Angebote und Hilfe für den Alltag, zum Beispiel beim Planen des Tages oder bei kleinen Problemen.

Die Tagesstätte im GPZ Friedrichshafen

Frau Margot Geiger

■ [Paulinenstraße 12, 88046 Friedrichshafen](tel:075414094120)

■ [07541/4094120](tel:075414094120) ■ m.geiger@gpz-fn.de

Die Tagesstätte im GPZ Überlingen

■ [Obere Bahnhofstraße 18, 88662 Überlingen](tel:07551301180)

■ [07551/301180](tel:07551301180) ■ email@g-p-z.de

Die Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle (IBB) im Bodenseekreis

Die Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle ist ein Ort, an den Menschen hingehen können,

- wenn es ihnen seelisch nicht gut geht oder
- wenn jemand in ihrer Familie Probleme hat.

Dort können sie Fragen stellen und sich beraten lassen.

Die IBB-Stelle für Menschen mit psychischer Erkrankung und deren Angehörige

■ [Kleinebergstraße 6, 88045 Friedrichshafen](tel:075418311460)

■ [07541/8311460](tel:075418311460) ■ [01590/1400246](tel:015901400246) ■ ibb-bodenseekreis@web.de

Die Krankenhausbehandlung

Die ambulante psychiatrische Behandlung hat immer Vorrang vor der stationären Aufnahme, zum Beispiel in eine psychiatrische Klinik. Wenn jedoch besondere Maßnahmen nötig sind, kann eine Behandlung im Krankenhaus sinnvoll sein.

Das ZfP Südwürttemberg Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bodensee

■ [Röntgenstraße 8, 88048 Friedrichshafen](#)

■ [07541/6035400](tel:075416035400) ■ kpp.bodensee@zfp-zentrum.de

Die Tagesklinische Behandlung

Die tagesklinische Behandlung bietet therapeutische Angebote, die tagsüber, von 08:00 Uhr bis 17:00 Uhr, zur Verfügung stehen. Abends und an den Wochenenden bleiben die Patienten in ihrer gewohnten Umgebung zu Hause.

Die psychiatrische Tagesklinik Friedrichshafen

■ [Merkurstraße 3, 88046 Friedrichshafen](#)

■ [07541/60010](tel:0754160010) ■ info@tagesklinik-fn.de

Die ambulante medizinische Behandlung

Die ambulanten medizinischen Behandlungen und andere begleitende Hilfen haben in den letzten Jahren stark an Bedeutung gewonnen. Sie sind in vielen Fällen eine gute Alternative zu den stationären Behandlungen.

■ Die erste Anlaufstelle bei medizinischen Fragen ist der Arzt. Einen Arzt finden Sie im Internet, im Telefonbuch oder über einen Arztsuchdienst. [hier](#).

Die Psychiatrische Institutsambulanz des ZfP Südwürttemberg im GPZ Überlingen

■ [Obere Bahnhofstraße 1, 888662 Überlingen](#)

■ [07551/30118400](tel:0755130118400)

Die Psychiatrische Institutsambulanz der Tagesklinik Friedrichshafen in Trägerschaft der Arkade-Pauline 13 gGmbH

■ [Merkurstraße 3, 88046 Friedrichshafen](#)

■ [07541/60010](tel:0754160010)

■ Alle Angebote und Einrichtungen finden Sie [hier](#).

Die Beratung über das Telefon und E-Mail

Sind Sie Angehörige(r) eines psychisch erkrankten Menschen und wissen im Moment nicht, was Sie noch für ihn tun können? Oder sind Sie selber von einer psychischen Erkrankung betroffen und benötigen zeitnah Unterstützung?

Das "SeeleFon" der Familien-Selbsthilfe Psychiatrie

■ [0228/71002424](tel:022871002424)

■ seelefon@psychiatrie.de

■ www.bapk.de

Flucht und Trauma

Nach einer langen beschwerlichen Reise aus Ihrem Heimatland kann es sein, dass es Ihnen nicht gut geht. Vielleicht haben Sie Angehörige verloren oder körperliche Schmerzen ertragen müssen. Jetzt sind Sie möglicherweise in einer einigermaßen geschützten Umgebung und können etwas zur Ruhe kommen. Vielleicht meldet sich jetzt Ihre Seele mit einer der nachfolgenden Fragen:

- Wie kann ich weiterleben mit meinen Sorgen / meinen Erinnerungen an belastende Dinge?
- Wie kann ich weiterleben mit den aktuellen Nachrichten aus meiner Heimat?
- Wie kann ich weiterleben mit dem Heimweh nach denen, die zurückgeblieben sind?

Was tun bei einem Trauma?

Eine Therapie ist wahrscheinlich die beste Möglichkeit, ein Trauma längerfristig zu überwinden. Eine Beratungsstelle oder der Arzt kann Ihnen mehr Informationen zu Therapiemöglichkeiten liefern.

Eine professionelle Therapie ist leider oft mit einer Wartezeit verbunden.

Online-Soforthilfe mit Refugee Trauma Help

Die Online-Soforthilfe von Refugee Trauma Help kann helfen, die Wartezeit auf eine vielleicht notwendige professionelle Therapie zu überbrücken.

Refugee Traum Help: www.refugee-trauma.help

■ Refugee Trauma Help ist auch für Helferkreise für Geflüchtete interessant. Dort finden sie Informationen, wie sie Geflüchtete mit einem Trauma begleiten können.

Suchtberatung und Suchthilfe

Beratung bei Sucht und Drogen

Sucht ist eine weit verbreitete und schwere Krankheit. Es kann zu körperlichen Folgeschäden wie erheblichen psychischen und sozialen Auswirkungen wie zum Beispiel Probleme am Arbeitsplatz oder mehr Konflikte in der Familie kommen. Fragen Sie schnell nach Hilfe und haben Sie keine Angst, über Ihre Sucht zu sprechen.

■ Sucht ist als Krankheit anerkannt. Renten- und Sozialversicherungsträger und Träger der Sozialhilfe übernehmen meistens die Behandlungskosten.

Suchtberatung

Berät zu Themen wie Alkohol, Medikamente, illegale Drogen und weitere Süchte wie zum Beispiel Spielsucht oder Essstörungen. Die Beratung ist vertraulich.

Die Suchtberatungsstelle in Friedrichshafen

Diakonisches Werk

■ [Katharinenstraße 16, 88045 Friedrichshafen](https://www.katharinenstrasse16.de)

■ [+497541950180](tel:+497541950180)

■ info@suchtberatung-fn.de

■ www.suchtberatung-fn.de

Suchtprävention

Die Suchtprävention ist für das Landratsamt Bodenseekreis wichtig. Betroffene von Sucht werden von Anfang an bis zur Nachsorge und Rehabilitation beraten und begleitet. Durch

Projekte wie [HaLT](#) zur Alkoholprävention, oder die [Jugendmedienwoche](#), werden Kinder, Jugendliche und Familien zum Thema Sucht und Prävention sensibilisiert.

Sucht & Prävention, Sozialplanung, Landratsamt Bodenseekreis

■ [Albrechtstraße 75, Friedrichshafen](#)

■ [+4975412045740](#)

■ sozialplanung@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Mehr Informationen zum Thema Sucht finden Sie unter:

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA:
www.bzga.de
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen:
www.dhs.de
- Drugcom:
www.drugcom.de

Suchthilfe

Die Behandlung bei einer Sucht findet in der Regel in einer speziellen Klinik oder ambulant statt. Welche Einrichtung für den jeweiligepassend ist erfahren Sie bei der Beratungsstelle oder im Internet.

Im Bodenseekreis gibt es folgende Einrichtungen:

Fachklinik Ringgenhof: Hier werden ausschließlich Männer behandelt. In folgende Fachabteilung ist die Klinik unterteilt: Alkohol- und Spielsucht, Drogen, Sucht und Psychose.

Fachklinik Ringgenhof

■ [Riedhauser-Straße 61, 88271 Wilhelmsdorf](#)

■ [07503920111](#)

■ willkommen-ringgenhof@zieglersche.de

■ www.zieglersche.de

Suchtambulanz Friedrichshafen: Die Suchtambulanz kann eine erste Anlaufstelle oder auch nur Begleitung (auch bei der Nachsorge) sein. Diese finden Sie in der Beratungsstelle.

Suchtambulanz Friedrichshafen

■ [Katharinenstraße 16, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [075176012258](#)

■ suchtambulanz.weissenau@zfp-zentrum.de

■ www.zfp-web.de

Schloss der Farben: Die Einrichtung „Schloss der Farben“ ist ein vollstationäres Angebot für Mädchen und junge Frauen von 12-18 Jahren mit einer diagnostizierten Essstörung. Sie bietet eine intensivtherapeutische, fachärztlich geleitete und störungsspezifische Behandlung.

Schloss der Farben

Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie

■ [Riedheimerstraße. 8, 88048 Friedrichshafen](#)

■ [+4975449645880](#)

■ www.schloss-der-farben.de

siebenzwerge: siebenzwerge ist eine Fachklinik für Drogenkrankheiten. Sie befindet sich in Salem auf einem Bauernhof

siebenzwerge - Fachklinik für Drogenkrankheiten

■ Grünwanger-Straße 4, 88682 Salem

■ [075445070](tel:075445070)

■ mail@siebenzwerge.info

■ www.siebenzwerge.info

Suchtselbsthilfe-Netzwerk Bodenseekreis

Im Bodenseekreis gibt es viele Selbsthilfegruppen, die von Ehrenamtlichen geleitet werden. Diese haben ein offenes Ohr für Betroffene.

Die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen im Landratsamt Bodenseekreis bietet Unterstützung für Selbsthilfegruppen und kann vernetzen.

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen, Landratsamt Bodenseekreis

■ Christine Ludwig

■ Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen

■ [+497541204-5845](tel:+497541204-5845)

■ christine.ludwig@bodenseekreis.de

■ www.bodenseekreis.de

Mehr Informationen finden Sie [in diesem Wegweiser](#).

■ **Arztsuche Baden-Württemberg:** www.arztsuche-bw.de

Behinderung und Inklusion

Beratung bei Behinderung

Menschen mit Behinderung und ihre Familienangehörigen haben sehr oft viele Fragen. Sie wissen dann oft nicht, wie es nun weitergehen soll. Im Bodenseekreis gibt es einige Beratungsstellen, die bei diesen Fragen Hilfe bieten sollen. Dafür gibt es von der Sozialplanung des Landratsamtes Bodenseekreis [Informationen und Wegweiser](#).

Die kommunalen Beauftragten für die Belangen von Menschen mit Behinderung

Die Beauftragten dienen als Vertrauens- und Ansprechpersonen bei allen Belangen im Zusammenhang mit Behinderungen.

Frau Dorothea Horn

■ Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen

■ [07541/2045087](tel:07541/2045087)

■ dorothea.horn@bodenseekreis.de

www.bodenseekreis.de

Die Beratungsstellen und die zentrale Anlaufstellen

Das Gesundheitsamt des Landratsamtes Bodenseekreis

Die Erstellung von Gutachten im Rahmen der Eingliederungshilfe, die Beantragung von Schwerbehinderung, Informationen über Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen.

[Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

[07541/2045852](tel:075412045852)

gesundheitsamt@bodenseekreis.de

Die Eingliederungshilfe des Bodenseekreises

Das Sozialamt des Landratsamtes Bodenseekreis

Die Beratung für alle Leistungen der Eingliederungshilfe nach dem SGB IX für Menschen mit einer (drohenden) wesentlichen geistigen, körperlichen oder seelischen Behinderung.

[Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

[07541/2045302](tel:075412045302)

eingliederungshilfe@bodenseekreis.de

Die Betreuungsbehörde des Sozialamtes des Landratsamtes Bodenseekreis

Informationen zu Betreuungsfragen, Anträgen und Beratung

[Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

[07541/2045287](tel:075412045287)

constanze.maag@bodenseekreis.de

Die Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) von Bodensee-Oberschwaben

Die Beratung bei (drohenden) Behinderungen und zu Fragen der Rehabilitation und Teilhabe

[Tavernengasse 4, 88094 Oberteuringen](#)

[07546/9299901](tel:075469299901)

thomas.schalski@eutb-bodensee-oberschwaben.de

www.eutb-bodensee-oberschwaben.de

Die Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) von Ravensburg-Sigmaringen

[Schubertstraße 1, 88214 Ravensburg](#)

[075199923970](tel:075199923970)

info@eutb-rv-sig.de

www.eutb-rv-sig.de

Die Teilhabeberatung der Liebenau Teilhabe

Die Beratung zur Teilhabe in allen Lebensbereichen

[Siggenweilerstraße 11, 88074 Meckenbeuren](#)

[07542/102023](tel:07542102023)

beratungsdienst.teilhabe@stiftung-liebenau.de

www.stiftung-liebenau.de

Die „Offene Hilfen“ der Diakonie Pfingstweid e. V.

Die Beratung durch Eltern- und Themenabende

■ [Ailinger Straße 33, 88046 Friedrichshafen](#)

■ [07542/970560](#)

■ offenehilfen@pfindstweid.de

Die Lebenshilfe Bodenseekreis e. V.

Die Beratung und die Unterstützung über Eltern beraten Eltern, Themen- und Informationsabende, Gesprächskreise für Angehörige und Sozialrechtsberatung für Mitglieder

■ [Margaretenstraße 41, 88045 Friedrichshafen](#)

■ [07541/32272](#)

■ info@lebenshilfe-bodenseekreis.de

■ www.lebenshilfe-bodenseekreis.de

Die Camphill Schulgemeinschaften e. V. ([mehrere Standorte](#))

Die Offene Beratung

■ info@camphill-schulgemeinschaften.de

■ www.camphill-schulgemeinschaften.de

Das Medizinische Zentrum für erwachsene Menschen mit Behinderung (MZEB)

Liebenau Kliniken gemeinnützige GmbH

■ [Siggenweilerstr. 11, 88074 Meckenbeuren](#)

■ [07542105303](#)

■ mzeb.kliniken@stiftung-liebenau.de

■ www.stiftung-liebenau.de

■ [Einen Wegweiser mit allen weiteren Beratungsstellen finden Sie hier.](#)

Einige weitere spezifische Informationen:

- [Inklusion und Kinder mit Behinderung](#)
- [Inklusion und Schüler mit Behinderung](#)
- [Inklusion und Ausbildung mit Behinderung](#)
- [Inklusion und Arbeiten mit Behinderung](#)
- [Inklusion und Studieren mit Behinderung](#)

Wegweiser Lebensende

Hospiz

Ein Hospiz ist eine Einrichtung der Sterbebegleitung. Sie sind meist ähnlich wie ein Pflegeheim organisiert jedoch mit weniger Betten. In Deutschland gibt es auch Kinderhospize. Hier werden Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene intensiv betreut und begleitet. Es gibt auch ambulante Hospizdienste. Diese unterstützen bei der Begleitung, Betreuung und Pflege im eigenen Zuhause. In vielen Krankenhäusern kann man zudem Palliativstationen finden. Diese

begleiten nicht zwingenden beim Sterben sondern behandeln akute Symptome einer ein unheilbaren Erkrankung, nicht die Erkrankung selbst.

Ein Hospiz versteht sich dabei nicht als Einrichtung des Sterbens, sondern möchte die Haltung vermitteln, dass Sterben, Tod und Trauer zum Leben dazugehört. Das Ziel ist dabei diese schwierige Phase des Lebens für alle Betroffenen so angenehm wie möglich zu gestalten und ein Abschied im häuslichen Umfeld zu fördern.

Erbe

Nach dem Abschied einer Person aus dem Leben bleibt die Frage: Was passiert mit den Dingen dieser Person? In Deutschland ist im Bürgerliche Gesetzbuch (BGB) geregelt, was mit dem Eigentum und dem Vermögen einer verstorbenen Person passiert. Sollten Sie sich in solch einer Situation befinden, wenn Sie sich an einen Rechtsanwalt mit der Spezialisierung Erbrecht oder Sie suchen eine Rechtsberatungsstelle auf.

Senioren und Pflege

Senioren- und Pflegeberatung im Bodenseekreis

Pflegebedürftigkeit bedeutet, dass Menschen sich nicht (mehr) um sich selbst kümmern können. Sie benötigen Hilfe im Alltag. Das nennt man Pflege. Manchmal passiert das ganz plötzlich. Manchmal kommt das eher schleichend. Menschen brauchen zum Beispiel Pflege, wenn sie einen Unfall hatten. Oder sie brauchen Hilfe, wenn sie krank sind oder eine Behinderung haben. Das kann junge oder ältere Menschen betreffen.

Dann treten viele Fragen auf:

- Welche Möglichkeiten gibt es, um Pflegebedürftigkeit zu überwinden
- Wie viel Hilfe brauche ich
- Welche Hilfsangebote gibt es?
- Welche Wohnform ist für mich passend?
- Was muss organisiert werden, damit ich möglichst lange zu Hause leben kann?
- Welche Kosten kommen auf mich zu?
- Welche Anträge muss ich stellen?
- Welche Angebote gibt es für Menschen mit Demenz?
- Welche Rechte und Pflichten habe ich?
- In Deutschland müssen Sie eine Krankenversicherung und eine Pflegeversicherung haben. Mehr dazu erfahren Sie hier.

Pflegestützpunkt Bodenseekreis

👤 Melanie Haugg, Gabriele Knöpfle und Petra Mecking
📍 [Glärnischstraße 1 - 3 \(Zimmer G 102\), 88045 Friedrichshafen](#)
☎ [075412045195](tel:075412045195) / [07541203129](tel:07541203129) / [075412045196](tel:075412045196)
✉ pflegestuetzpunkt@bodenseekreis.de
🌐 www.bodenseekreis.de


Hilfen im Alter

Ältere Menschen und ihre Familie fragen sich oft, wie sie im Alter leben und wohnen können. Sie fragen sich, welche Hilfen sie in Anspruch nehmen können.

Die Sozialplanung stellt Ihnen für Ihre Fragen einen [Wegweiser](#) zur Verfügung.

Sozialplanung, Landratsamt Bodenseekreis

 Wiltrud Bolien

 [Albrechtstraße 75, 88045 Friedrichshafen](#)

 [075412045640](#)

 wiltrud.bolien@bodenseekreis.de

 www.bodenseekreis.de

Neben dem Pflegestützpunkt beraten folgende Stellen über weitere Hilfen in der Region und über Kosten. Sie beraten auch über Möglichkeiten der Begegnung und der Wohnmöglichkeiten für ältere Menschen.


Fachdienste

Die Caritas Bodensee-Oberschwaben

Fachdienst Hilfen im Alter

 Edgar Störk


 [Katharinenstr. 16, 88045 Friedrichshafen](#)

 [0754130000](#)


 stoerk@caritas-bodensee-oberschwaben.de

Der Caritasverband für das Dekanat Linzgau e. V.

Beratungsstelle Hilfen für ältere Menschen und Angehörige

 Heike Dindorf


 [Johann-Kraus-Str. 3, 88662 Überlingen](#)

 [07551830312](#)

 heike.dindorf@caritas-linzgau.de

Das Diakonische Werk Überlingen-Stockach

 [Christophstr. 31, 88662 Überlingen](#)

 [07551918990](#)


 info@diakonie-ueberlingen.de

Beratungsstellen der Gemeinden

Die Anlaufstelle für Senioren und Hilfesuchende der Gemeinde Bermatingen

 Ulrike Wiesen

 [Rathaus, Salemer Str. 1, 88697 Bermatingen](#)

 [07544950212](#)

 ulrike.wiesen@bermatingen.de

Die Seniorenberatung der Gemeinde Frickingen

👤 Ulrike Stark
■ [Rathaus, Kirchstr. 7, 88699 Frickingen](#)
■ [07554983020](tel:07554983020)
■ ulrike.stark@frickingen.de

Die Seniorenberatung der Gemeinde Immenstaad Lebensräume für Jung und Alt

Sabine Jung-Baß
■ [Schulstr. 24, 88090 Immenstaad](#)
■ [07545911808](tel:07545911808)
■ lebensraum.immenstaad@stiftung-liebenau.de

Die Seniorenberatung der Gemeinde Langenargen Seniorenwohnanlage Mühlengärten

Annette Hermann
■ [Eugen-Kauffmann-Str. 2, 88085 Langenargen](#)
■ [07543499028](tel:07543499028)
■ hermann@langenargen.de

Der Seniorendienst der Stadt Tettngang

Patricia Hawel
■ [Rathaus, Montfortplatz 7, 88069 Tettngang](#)
■ [07542510163](tel:07542510163)
■ patricia.hawel@tettngang.de

■ Weitere Beratungsangebote der Pflege- und Krankenkassen, Sozialverbände und die Beratung der Deutschen Rentenversicherung finden Sie [in diesem Wegweiser](#).

Krisentelefon, Telefonseelsorge und Online-Beratung für pflegende Angehörige

Die Betreuung eines pflegebedürftigen Menschen ist eine große Verantwortung. Sie kann sehr belastend sein.

In schwierigen Situationen können Sie sich an folgende Stellen wenden:

Das Pflegetelefon des Bundesfamilienministeriums

■ [03020179131](tel:03020179131)
■ info@wege-zur-pflege.de
Erreichbarkeit: Mo. bis Do. 09:00 - 18:00 Uhr
■ www.wege-zur-pflege.de

24 Stunden Telefonseelsorge

■ [08001110111](tel:08001110111)
■ [08001110222](tel:08001110222)
■ [0800116123](tel:0800116123)
■ www.telefonseelsorge.de

Die Psychologische Unterstützung für Angehörige: Internetportal

■ www.pflegen-und-leben.de

Das Krisentelefon im Landkreis Böblingen

■ [07031/6633000](tel:070316633000)

■ info@krisentelefon-bb.de

Erreichbarkeit: Mo. bis Fr. 16:00 - 18:00 Uhr, Montags auch in türkischer Sprache

Internetportal Gewaltprävention in der Pflege und Krisentelefon

■ www.pflege-gewalt.de

Beratung und Pflege bei Demenz

Demenz betrifft vor allem ältere Menschen. Es gibt verschiedene Symptome. Bei einer Demenz verändern sich das Denken, die Gefühle und das Verhalten. Diese Bereiche können schlechter werden. Die häufigste Form der Demenz ist Alzheimer. Alzheimer ist eine Krankheit des Gehirns.

Die Krankheit ist für betroffene Menschen oft sehr belastend. Auch Angehörige haben es oft schwer.

Beratung und Hilfe finden Sie bei folgenden Stellen:

Das Deutsche Rote Kreuz Beratungsstelle für Menschen mit Demenz und deren Angehörige

■ Bruna Wernet

■ [Rotkreuzstraße 2, 88046 Friedrichshafen](https://www.drk-bodenseekreis.de/rotkreuzstrasse-2-88046-friedrichshafen)

■ [07541/504126](tel:07541504126)

■ info@drk-bodenseekreis.de

Weitere Informationen zum Thema Demenz finden Sie unter:

Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. ■ www.deutsche-alzheimer.de

Das Alzheimer Forum ■ www.alzheimerforum.de

Die Deutsche Expertengruppe Dementbetreuung e. V. ■ www.demenz-ded.de

Die Internet-Plattform Wegweiser: Demenz ■ www.wegweiser-demenz.de

Mobilität

Mobilität gehört zum Alltag jedes Menschen. Sie bedeutet, sich frei bewegen zu können und wichtige Orte zu erreichen.

Ob in der Stadt oder auf dem Land, Mobilität macht es möglich, am Leben teilzuhaben und unabhängig zu bleiben.

Baden-Württemberg hat das Ziel, Mobilität für alle zu ermöglichen. Sie soll umweltfreundlich, bezahlbar, barrierefrei, sicher und alltagstauglich sein.

In Baden-Württemberg gibt es dafür viele Möglichkeiten mobil zu sein. Zu Fuß, mit dem Fahrrad, mit Bus und Bahn oder mit dem Auto.



Nachhaltige Mobilität

Nachhaltige Mobilität heißt:

Wir bewegen uns so fort, dass es gut für uns selbst ist und die Umwelt wenig belastet wird. Nachhaltige Mobilität sorgt für weniger Lärm und weniger Abgase. Dadurch wird unser Leben auf dem Land und in der Stadt verbessert.

Es gibt viele Möglichkeiten, nachhaltig unterwegs zu sein:

- Zu Fuß gehen oder mit dem Fahrrad fahren: Beides ist gesund und verursacht keine schädlichen Abgase und ist zudem auch leise.
- Busse und Bahnen nutzen: Sie fahren oft in großen und kleineren Städten und machen es einfacher, ohne Auto unterwegs zu sein.
- Carsharing (Carsharing): Bedeutet, dass mehrere Menschen das gleiche Auto benutzen. Aber zu unterschiedlichen Zeiten. So gibt es weniger Autos auf den Straßen. Nicht jeder braucht ein eigenes Auto. Carsharing ist eine Möglichkeit, um hohen Kosten für Kauf, Versicherung, Steuer, Wartung und Parken zu sparen.
- Elektroautos: Beim Fahren stoßen Elektroautos keine Abgase aus und sind so besser für die Umwelt.

Baden-Württemberg will nachhaltige Mobilität für alle ermöglichen: umweltfreundlich, bezahlbar, barrierefrei, sicher und alltagstauglich.

Es geht darum, flexibel und kombiniert unterwegs zu sein. Ob zu Fuß, mit dem Fahrrad, in der Bahn oder mit einem Carsharing-Auto. So können wir schnell und bequem ans Ziel kommen und gleichzeitig die Umwelt schonen.

Nachhaltige Mobilität bedeutet also nicht nur, die Umwelt zu schützen, sondern auch sicher und bequem unterwegs zu sein.

Mitfahrgelegenheiten

Gemeinsam unterwegs

Mitfahrgelegenheiten und Fahrgemeinschaften sind eine gute Möglichkeit, flexibel und günstig zu reisen. Mehrere Menschen fahren zusammen in einem Auto. Sie haben das gleiche Ziel oder fahren gemeinsam zur Arbeit. Das spart Geld, reduziert den Verkehr und schont die Umwelt.

Vorteile von Fahrgemeinschaften

- **Geld sparen:** Alle Mitfahrenden teilen sich die Kosten. Zum Beispiel für Benzin oder Parken. Jeder zahlt weniger.
- **Weniger Verkehr:** Wenn mehr Menschen gemeinsam fahren, sind weniger Autos unterwegs. Es gibt weniger Staus und die Luft wird sauberer.
- **Mehr soziale Kontakte:** Wer zusammenfährt, kommt leicht ins Gespräch und lernt neue Leute kennen.

Wie finde ich eine Mitfahrgelegenheit?

Es gibt viele Internetseiten und Apps dafür. Auch einige Verkehrsverbünde oder Städte bieten solche Plattformen an. Es gibt eine Internetseite für ganz Baden-Württemberg. [Hier](#) finden Sie viele Mitfahr-Angebote auf einen Blick.

Auto

Das Auto ist ein wichtiges Transportmittel. Besonders in Regionen, in denen Busse und Bahnen selten fahren, ist ein Auto oft notwendig. Es muss aber nicht immer ein eigenes Auto sein. In vielen Städten gibt es Carsharing, dabei teilen sich mehrere Menschen ein Auto. Auch Mitfahrgelegenheiten sind möglich, wenn Menschen zusammen in einem Auto fahren. So kommt man flexibel von Ort zu Ort.

Baden-Württemberg hat das Ziel, den Verkehr mit Autos umweltfreundlicher und sicherer zu machen.

Führerschein

In Baden-Württemberg gibt es viele verschiedene Möglichkeiten, mobil zu sein. Besonders in Städten können Sie Fahrrad, Bus und Bahn oder Carsharing-Angebote nutzen. Auch auf dem Land gibt es Alternativen wie Rufbusse oder Fahrgemeinschaften.

Ein Auto und ein Führerschein kann trotzdem sehr nützlich sein. Wenn Busse und Bahnen nur selten fahren oder wenn Sie große Entfernungen zurücklegen müssen, ist ein Fahrzeug hilfreich. Wichtig ist: Es muss nicht unbedingt ein eigenes Auto sein. Viele Mobilitätsangebote lassen sich auch gut kombinieren.

Führerschein Umschreibung

Führerschein aus dem Ausland - das gilt in Deutschland

Wenn Sie Ihren Führerschein in einem Land außerhalb der Europäischen Union (EU) gemacht haben, dürfen

Sie damit nur sechs Monate in Deutschland fahren.

Diese sechs Monate beginnen ab dem Tag Ihrer ersten Anmeldung bei der Stadt oder Gemeinde – also ab dem Moment, in dem Sie in Deutschland offiziell wohnen.

Während dieser Zeit gilt:

- Sie dürfen mit dem ausländischen Führerschein fahren
- Sie müssen Ihren Führerschein immer dabei haben, wenn Sie am Steuer eines Fahrzeuges sitzen.
- Außerdem brauchen Sie eine Übersetzung des Führerscheins ins Deutsche – es sei denn, der Führerschein ist in der englischen Sprache ausgestellt.

Eine Übersetzung können Sie z.B. beim [ADAC](#) (Allgemeiner Deutscher Auto-Club) machen lassen.

Wenn Sie auch nach diesen sechs Monaten noch selbst fahren möchten, müssen Sie Ihren Führerschein umschreiben lassen.

Das bedeutet: Sie beantragen bei der Führerscheinstelle eine deutsche Fahrerlaubnis.

Wer ist zuständig für die Umschreibung?

Für die Umschreibung ist die Fahrerlaubnisbehörde an Ihrem Wohnort zuständig.

Das ist die Führerscheinstelle z.B. im Rathaus oder im Landratsamt.

Für die Umschreibung des Führerscheins fallen Gebühren an. Was die Führerscheinstelle dafür verlangt, hängt von dem Land ab, in dem Sie Ihren Führerschein gemacht haben.

Wichtig: Stellen Sie den Antrag unbedingt rechtzeitig, bevor die sechs Monate vorbei sind. Nach Ablauf der Frist ist Ihr ausländischer Führerschein nicht mehr gültig. Und Sie dürfen nicht mehr fahren.

Fahren ohne gültige Fahrerlaubnis ist in Deutschland eine Straftat und kann mit einer Geldstrafe oder sogar einer Gefängnisstrafe bestraft werden.

Eine Ausnahme gilt, wenn Sie nachweisen können, dass Sie höchstens 12 Monate lang in Deutschland wohnen. Dann können Sie eine Verlängerung der Frist beantragen und müssen Ihren Führerschein nicht extra umschreiben lassen. Hierfür müssen Sie auch einen Antrag stellen.

Wenn Sie Deutschland nur besuchen, dürfen Sie mit Ihrem ausländischen oder einem internationalen Führerschein fahren.

Während Ihres Asylverfahrens bleiben all Ihre Dokumente beim BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge). Sie bekommen sie normalerweise erst zurück, wenn Ihr Asylverfahren abgeschlossen ist. Solange Ihr Führerschein beim BAMF ist, dürfen Sie selbst nicht Auto fahren.

Wie funktioniert die Umschreibung?

Melden Sie sich bei der Führerscheinstelle und stellen Sie einen Antrag auf Umschreibung. Die Bearbeitung kann mehrere Wochen dauern – meistens etwa vier bis sechs Wochen. Sie müssen persönlich zur Führerscheinstelle kommen und dort verschiedene Dokumente abgeben.

Welche Unterlagen Sie benötigen, hängt davon ab, aus welchem Land Ihr Führerschein stammt.

Fragen Sie am besten bei der Führerscheinstelle nach, was Sie mitbringen müssen.

Allgemein benötigte Unterlagen:

- Ihren Personalausweis oder Reisepass.
- Ihre erste Meldebestätigung (Nachweis über die Anmeldung in Deutschland).
- Ein biometrisches Passbild. Biometrische Passbilder kann man beim Fotografen, bei manchen Drogerien oder an speziellen Fotoautomaten machen lassen. Wichtig ist, dass die Bilder den offiziellen Vorgaben entsprechen. Am besten sagen Sie vorher, dass das Bild für einen Ausweis oder einen Pass ist.
- Ihren ausländischer Führerschein (mit Übersetzung, wenn er nicht aus der EU oder einem Land des Europäische Wirtschaftsraums (EWR) stammt).

Für Führerscheine aus einem EU- oder EWR-Land gilt:

Sie brauchen zusätzliche Gutachten, wenn Sie einen Führerschein für eine bestimmte Führerscheinklasse (C, D oder DE) umschreiben lassen. Das gilt für Führerscheine, mit denen Sie einen Bus oder einen Lkw fahren dürfen.

- Einen Nachweis über Ihre körperliche und geistige Eignung (von einem Arzt).
- Einen Sehtest oder ein Gutachten des Augenarztes oder vom Optiker.

Weiterführende Informationen des Bundesministeriums für Verkehr:

- In [deutscher Sprache](#)
- In [englischer Sprache](#)
- In [französischer Sprache](#)
- In [spanischer Sprache](#)
- In [russischer Sprache](#)
- In [arabischer Sprache](#)

Für Führerscheine nicht aus dem EU, EWR oder einem Land gilt:

- Einen Nachweis über Ihre körperliche und geistige Eignung (von einem Arzt), wenn Sie einen Führerschein einer bestimmten Führerscheinklasse umschreiben lassen wollen (C, D oder DE).
- Einen Sehtest oder ein Gutachten des Augenarztes oder vom Optiker.
- Bestätigung über die Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs. Einen Kurs in Ihrer Nähe finden Sie z.B. bei Malteser oder beim Deutschen Roten Kreuz. Sie müssen für den Erste-Hilfe-Kurs vor Ort anwesend sein. Ein Kurs, den Sie online gemacht haben, ist nicht gültig. In der Regel umfasst ein Erste-Hilfe-Kurs 9 Unterrichtsstunden mit 45 Minuten Länge.
- Eine Fahrschule angeben – denn in den meisten Fällen müssen Sie eine theoretische und praktische Prüfung machen.

Weiterführende Informationen des Bundesministeriums für Verkehr:

- In [deutscher Sprache](#)
- In [englischer Sprache](#)
- In [französischer Sprache](#)
- In [spanischer Sprache](#)
- In [russischer Sprache](#)
- In [arabischer Sprache](#)
- In [chinesischer Sprache](#)

Muss ich immer eine Prüfung machen?

Ob Sie eine Prüfung machen müssen, hängt davon ab, aus welchem Land Sie kommen. In manchen Fällen reicht eine Prüfung (nur Theorie oder nur Praxis), in anderen Fällen sind beide Prüfungen nötig.

Vorbereitung auf die Prüfung

Es ist hilfreich, vorher eine Fahrschule zu besuchen – auch wenn Sie schon fahren können. In Deutschland gibt es viele Verkehrsregeln und Schilder, die vielleicht anders sind als in Ihrem Herkunftsland.

Fahrstunden sind nicht verpflichtend, aber empfohlen.

Wenn Sie eine theoretische oder praktische Prüfung machen müssen, müssen Sie diese über eine Fahrschule anmelden.

Führerscheinprüfung

So machen Sie in Deutschland einen Führerschein

Um zum ersten Mal einen Führerschein in Deutschland zu machen, braucht es mehrere Schritte.

Eine Fahrschule finden:

Melden Sie sich bei einer Fahrschule an. In einer Fahrschule machen Sie eine theoretische und eine praktische Prüfung. In vielen Städten gibt es Fahrschulen, die den Unterricht auch in

einer anderen Sprache anbieten – zum Beispiel Arabisch, Englisch, Russisch oder Türkisch. Angebote können Sie im Internet finden.

Fragen Sie vorher einfach nach, ob der Theorieunterricht in Ihrer Sprache möglich ist.

Wichtig: Die praktische Fahrprüfung findet immer auf Deutsch statt. Die Prüfer sprechen einfache Sätze, damit Sie sie gut verstehen.

Dokumente vorbereiten:

Die Anmeldung des Führerscheins erfolgt in der Regeln durch die Fahrschule bei der zuständigen Fahrerlaubnisbehörde an Ihrem Wohnort.

Für die Anmeldung benötigen Sie:

- Ihren Personalausweis oder Reisepass
- Ihre Meldebestätigung (Nachweis über die Anmeldung in Deutschland).
- Ein biometrisches Passbild. Biometrische Passbilder kann man beim Fotografen, bei manchen Drogerien oder an speziellen Fotoautomaten machen lassen. Wichtig ist, dass die Bilder den offiziellen Vorgaben entsprechen. Am besten sagen Sie vorher, dass das Bild für einen Ausweis oder einen Pass ist.
- Bestätigung über die Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs. Einen Kurs in Ihrer Nähe finden Sie z.B. bei Malteser oder beim Deutschen Roten Kreuz. Sie müssen für den Erste-Hilfe-Kurs vor Ort anwesend sein. Ein Kurs, den Sie online gemacht haben, ist nicht gültig. In der Regel umfasst ein Erste-Hilfe-Kurs 9 Unterrichtsstunden mit 45 Minuten Länge.
- Einen Nachweis über Ihre körperliche und geistige Eignung (von einem Arzt), wenn Sie einen Führerschein einer bestimmten Führerscheinklasse machen wollen (C, D oder DE).
- Einen Sehtest oder ein Gutachten des Augenarztes oder vom Optiker.

Tip: Fragen Sie Ihre Fahrschule, ob sie Ihnen beim Sammeln der Unterlagen helfen kann.

Theorieunterricht und Prüfung:

Sie besuchen den Theorieunterricht in der Fahrschule (mindestens 14 Doppelstunden).

Dort lernen Sie die wichtigsten Verkehrsregeln in Deutschland.

Es gibt Lernmaterialien und Testbögen für die Theorieprüfung in verschiedenen Sprachen.

Am Ende machen Sie eine theoretische Prüfung am Computer (beim TÜV oder der DEKRA vor Ort). Am Prüfungstag benötigen Sie Ihren Personalausweis oder Reisepass und eine Bescheinigung der Fahrschule.

Diese Prüfung ist in vielen Sprachen möglich – zum Beispiel auf Englisch, Türkisch, Arabisch, Russisch oder Französisch. Informieren Sie sich vorab über die genauen Möglichkeiten.

Sie erhalten das Ergebnis der Prüfung kurz nach dem Test. Bei Bestehen haben Sie 12 Monate Zeit für die praktische Prüfung. Wenn Sie zu viele Fehler machen, müssen Sie die Prüfung wiederholen.

Fahrstunden und praktische Prüfung:

Nach der Theorie starten die Fahrstunden mit einem Fahrlehrer. Es gibt bestimmte Pflichtarten, z.B. bei Nacht, auf der Autobahn und auf Landstraßen fahren.

Wenn Sie bereit sind, machen Sie die praktische Prüfung.

Ein Prüfer fährt mit und sagt Ihnen, was Sie tun sollen – die Anweisungen sind auf Deutsch, aber einfach formuliert. Wenn Sie die Prüfung bestehen, erhalten Sie Ihren Führerschein.

Die gesamte Ausbildung dauert meist zwischen drei und sechs Monate, je nachdem wie oft Sie Unterricht nehmen. Die Kosten für den Führerschein können je nach Fahrschule variieren. Es ist ratsam, sich frühzeitig über die Anforderungen und die Kosten bei der Fahrschule zu informieren.

Einen Führerschein kann man in Deutschland ab 17 Jahren (Klasse B – damit darf man die meisten Autos fahren) machen. Dann muss aber eine Begleitung mit im Auto sitzen. Für Mofas (Führerscheinklasse AM) kann man schon ab 16 Jahren einen Führerschein 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.

Wenn Sie z.B. zu schnell fahren oder das Handy während des Autofahrens benutzen, erhalten Sie Strafpunkte. Die Strafpunkte werden umgangssprachlich auch „Punkte in Flensburg“ genannt. Wenn Sie 8 Punkte gesammelt haben, wird Ihnen der Führerschein entzogen.

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

Öffentliche Verkehrsmittel (ÖPNV)

Der öffentliche Nahverkehr bringt Menschen von einem Ort zum anderen. Dazu gehören Busse, Straßenbahnen, S-Bahnen und Regionalzüge. Mit ihnen können Sie zur Arbeit, zur Schule, zum Arzt oder zum Einkaufen fahren.

Bus und Bahn sind bequem und oft günstiger als ein Auto. Baden-Württemberg hat dafür besondere Tickets. Sie sind günstig und besonders gut für junge Menschen, Familien und viele andere Gruppen.

Das Ziel von Baden-Württemberg ist, dass Busse und Bahnen pünktlich und zuverlässig fahren.

Der öffentliche Nahverkehr

In vielen Städten gibt es Busse, U-Bahnen und Straßenbahnen.
Das nennt man: öffentlicher Nahverkehr.

Mit dem öffentlichen Nahverkehr kann man gut von einem Ort zum anderen fahren.
Zum Beispiel zur Arbeit, zur Schule, zum Arzt oder zum Einkaufen.

Vom frühen Morgen bis spät in die Nacht (aber nicht durchgängig) bringen Busse und Bahnen
täglich viele Menschen durch die Region.

Sie helfen dabei, den Alltag bequem zu gestalten. Ganz ohne eigenes Auto.

Welche Verkehrsmittel gehören zum öffentlichen Nahverkehr?

- Busse
- Straßenbahnen (Tram)
- U-Bahnen
- S-Bahnen
- Regionalzüge (für kurze Strecken in der Umgebung)

Wo bekomme ich eine Fahrkarte?

Sie brauchen eine Fahrkarte, wenn Sie den öffentlichen Nahverkehr nutzen.

Wenn Sie keine gültige Fahrkarte haben und Sie werden kontrolliert, müssen Sie eine Strafe bezahlen.

Die Fahrkarten werden von Mitarbeitenden im Bus, in der Bahn oder am Bahnsteig kontrolliert.

Fahrkarten kann man kaufen:

- An Fahrkarten-Automaten,
- Über das Internet oder eine App (zum Beispiel mit der bwegt-App),
- In den Verkaufsstellen der Verkehrsunternehmen,
- Im Reisezentrum der Deutschen Bahn. Die Reisezentren der Deutschen Bahn werden nach und nach zu den bwegt-Fahrgastcentern ausgebaut.
- Auch direkt beim Fahrer im Bus.

Kinder im ÖPNV

Kinder unter 6 Jahren werden generell kostenfrei befördert. Für Kinder zwischen 6 und einschließlich 14 Jahren gibt es ermäßigte Tickets.

Personen von Zeittickets können zu bestimmten Zeiten Kinder unentgeltlich mitnehmen.

Hunde im ÖPNV

Auch Hunde brauchen in Bussen und Bahnen ein eigenes Ticket. Polizeihunde, Blindenhunde, Assistenzhunde und kleine Hunde in Behältnissen können unentgeltlich mitgeführt werden.

Fahrradmitnahme

Die Fahrradmitnahme in Baden-Württemberg ist im öffentlichen Nahverkehr kostenlos. Montags bis freitags ist das Mitnehmen des Fahrrads vor 6 Uhr und ab 9 Uhr kostenlos. Samstag, Sonntag und an Feiertagen ist die Mitnahme ganztägig kostenlos.

Wie verhalte ich mich in Bus und Bahn?

- Vor dem Einsteigen: Fahrkarte kaufen und entwerfen.
- Plätze freilassen für ältere Menschen, Schwangere und Menschen mit Behinderung.
- Abfall mitnehmen. Bitte keinen Müll liegen lassen.
- Wenn Sie Musik hören oder Videos schauen, benutzen Sie bitte Kopfhörer.
- Unterhalten Sie sich oder telefonieren Sie in einer angemessenen Lautstärke. So bleibt es für alle angenehm im Bus oder in der Bahn.
- Beim Aussteigen: rechtzeitig „Stopp“ drücken oder zur Tür gehen.

Wo erhalte ich Informationen?

Wenn Sie mit Bus oder Bahn fahren, möchten Sie wissen:
Wann fährt mein Bus? Wo muss ich umsteigen? Welches Ticket brauche ich?

Fahrpläne und Liniennetz

An Haltestellen hängen Fahrpläne aus. Dort sehen Sie:

- Wann der Bus oder die Bahn fährt,
- Wo er hält,
- Wie oft er fährt.

Viele Verkehrsunternehmen bieten einen Liniennetzplan an.
Dort sehen Sie die Haltestellen und Verbindungen zwischen verschiedenen Linien.

Apps und Internet

Viele Städte haben Verkehrs-Apps, die Sie kostenlos nutzen können (zum Beispiel die bwegt-App).

In den Apps finden Sie:

- Abfahrtszeiten und Verbindungen,
- Informationen zu Verspätungen,
- Empfehlungen für die beste Verbindung,
- Ticketkauf und Preise.

Die Apps zeigen Informationen oft in Echtzeit. Also ganz aktuell.

Tipp:

An vielen großen Bahnhöfen gibt es kostenloses WLAN.
So können Sie auch ohne mobiles Internet Informationen auf dem Handy abrufen.

Infos am Bahnhof oder in der Bahn

An Bahnhöfen gibt es elektronische Anzeigen mit Abfahrtszeiten.
In vielen Zügen und Bahnen wird angesagt,

- Wo man gerade ist,
- Welche Station als Nächstes kommt,
- Wenn man an einer Station aussteigen kann, um weiter zum Flughafen, zur Messe oder zu anderen wichtigen Orten zu gelangen.
Diese Ansagen gibt es oft auch auf Englisch.

Bahnmissionsmission (Bahnhofsmission)

Die Bahnmissionsmission hilft Menschen direkt am Bahnhof. Kostenlos und ohne Anmeldung.

Sie unterstützt zum Beispiel:

- Mit Auskünften und Unterstützung bei der Verständigung,
- Beim Einsteigen in den Zug,
- Beim Tragen von Gepäck,
- Beim Finden des richtigen Gleises.

Bahnmissionsmissionen gibt es an vielen großen Bahnhöfen.
Achten Sie auf das Logo der Bahnmissionsmission. Dort finden Sie Hilfe.

[Hier](#) finden Sie weitere Informationen in vielen Sprachen.

Weitere Angebote am Bahnhof

Große Bahnhöfe bieten oft mehr als nur Verkehr. Dort gibt es:

- Supermärkte für den täglichen Einkauf,
- Imbisse, Bäckereien oder Cafés für eine kleine Pause,
- Läden zum Einkaufen von Kleidung, Zeitschriften oder Reisebedarf,
- Apotheken und Toiletten.

So kann man die Wartezeit gut nutzen oder schnell etwas erledigen.

Das Rauchen in Bahnhöfen ist nicht gestattet. In manchen Fällen gibt es einen extra ausgeschilderten Bereich, in dem das Rauchen erlaubt ist.

Komfort in Bus und Bahn und an der Haltestelle

In vielen Zügen und Bussen gibt es:

- WLAN (kostenlos oder mit Login),
- Klimaanlage, damit es im Sommer nicht zu heiß und im Winter angenehm warm ist,
- Steckdosen zum Laden von Handy oder Laptop,
- Platz für Kinderwagen, Rollstühle, Fahrräder oder Gepäck.

An vielen Haltestellen gibt es:

- Bushäuschen oder Wartehäuschen zum Unterstellen bei Regen oder Wind,
- Sitzbänke zum Ausruhen.

Ergänzende Angebote zum öffentlichen Nahverkehr

Viele Verkehrsverbünde bieten weitere Möglichkeiten, um flexibel unterwegs zu sein:

- Leihfahrräder oder E-Scooter,
- **Carsharing** (ein Auto leihen, ohne es zu besitzen),
- Bürgerbusse und Autos auf Abruf.

Der Fernverkehr

Wenn Sie weit reisen möchten, können Sie mit dem Fernverkehr der Deutschen Bahn fahren.

Zum Fernverkehr gehören diese Züge:

- ICE (Intercity-Express): sehr schnell, mit wenigen Halten.
- IC (Intercity): schnell, hält an mehr Bahnhöfen.
- EC (Eurocity): verbindet deutsche Städte mit dem Ausland. Zum Beispiel mit der Schweiz, Österreich oder Frankreich.

Fernzüge bringen Sie schnell und bequem in große Städte, auch über Bundesländer- und Landesgrenzen hinweg.

Wo bekomme ich eine Fahrkarte?

Tickets für den Fernverkehr erhalten Sie online auf www.bahn.de oder in der App „DB Navigator“, am Fahrkartenautomaten im Bahnhof oder im Reisezentrum der Deutschen Bahn (Schalter im Bahnhof). In Baden-Württemberg werden die Reisezentren der Deutschen Bahn nach und nach zu den bwegt-Fahrgastcentern ausgebaut.

Die Tickets gelten je nach Angebot nur für einen bestimmten Zug und eine bestimmte Verbindung.

Um ein Ticket online oder mit dem „DB Navigator“ zu kaufen, brauchen Sie:

- Ein Bankkonto mit SEPA-Lastschriftverfahren,
- Ein PayPal-, Apple Pay- oder - Bonvoy Konto oder
- Eine Kreditkarte oder die Bezahlkarte.

Am Fahrkartenschalter können sie auch bar bezahlen.

Um online zu bezahlen, brauchen Sie meist ein Kundenkonto bei der Deutschen Bahn. Das können Sie kostenlos in der App oder auf www.bahn.de anlegen.

Was können Sie mit dem DB Navigator machen?

Die DB Navigator App ist die App der Deutschen Bahn.

Mit ihr können Sie ganz einfach Zugverbindungen suchen, Fahrkarten kaufen und Ihre Reise

planen. Alles auf dem Handy oder am PC.

Verbindungen suchen:

Geben Sie ein, von wo nach wo Sie fahren möchten. Die App zeigt Ihnen passende Züge, Umstiege und Zeiten an.

Tickets kaufen:

Sie können direkt in der App ein Ticket kaufen – für ICE, IC, EC, Regionalzug oder auch das Deutschlandticket.

Tickets speichern:

Ihre gekauften Fahrkarten finden Sie in der App. Sie müssen kein Papier-Ticket ausdrucken. Einfach bei der Kontrolle das Ticket in der App zeigen.

Verspätungen & Gleise sehen:

Sie sehen, ob der Zug pünktlich ist, ob sich das Gleis geändert hat oder wie lange Sie zum Umsteigen haben.

Sitzplatz reservieren:

Sie können einen Sitzplatz mitbuchen oder nachträglich reservieren.

Ausstattung im Zug:

- In den meisten Fernzügen gibt es WLAN, Steckdosen und Klimaanlage.
- Es gibt Toiletten und meist auch ein Bordbistro oder Speisewagen.
- Für Menschen mit Behinderung gibt es barrierefreie Plätze.
- Für Familien gibt es eigene Familienbereiche. Eine Sitzplatzreservierung zu Stoßzeiten, also wenn die Züge voll sind, ist empfehlenswert.

Sie müssen keinen Sitzplatz reservieren, aber es ist oft sinnvoll – vor allem bei langen Fahrten oder zu Stoßzeiten ist nicht garantiert, dass Sie einen freien Sitzplatz bekommen. Sie können die Sitzplatzreservierung zusätzlich buchen (im Internet, per App oder am Schalter). An dem Sitz gibt es dann eine elektronische Anzeige mit dem Hinweis „Reserviert“.

In einigen Fernzügen können Sie Ihr Fahrrad mitnehmen – aber nur mit Fahrradkarte und Reservierung.

Fragen Sie vorher nach, ob im gewünschten Zug Fahrradplätze verfügbar sind.

Mobilitätsservice der Deutschen Bahn

Wenn Sie mit der Deutschen Bahn reisen, können Sie vorab Hilfe anmelden.

Das nennt sich Mobilitätsservice.

Die Bahn organisiert dann zum Beispiel:

1. Hilfe beim Einsteigen
2. Begleitung beim Umsteigen
3. Hilfe beim Aussteigen

Den Mobilitätsservice müssen Sie vor der Fahrt anmelden, am besten einige Tage vorher.

Ihr persönlicher Kontakt zur Mobilitätsservice-Zentrale (MSZ)

☎ Telefon: +49 (0) 3065212888

@E-Mail: msz@deutschebahn.com

🌐 [online](#)

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 6-22 Uhr,
Samstag, Sonntag und an bundeseinheitlichen Feiertagen 8-20 Uhr

Baden-Württemberg-Ticket

Baden-Württemberg-Ticket (Baden-Württemberg-Ticket) - flexibel unterwegs ohne Abo

Mit dem Baden-Württemberg-Ticket können Sie einen ganzen Tag lang für beliebig viele Fahrten durch die Region reisen.

Wenn Sie von einer Region in eine andere fahren, brauchen Sie normalerweise mehrere Tickets. Denn in Baden-Württemberg gibt es viele Verkehrsregionen. Jede Region hat eigene Tickets und Preise.

Mit dem Baden-Württemberg-Ticket reicht ein einziges Ticket für die ganze Strecke mit dem Nah- und Regionalverkehr.

Was ist das Baden-Württemberg-Ticket?

- Mit dem Ticket dürfen Sie in ganz Baden-Württemberg fahren und umsteigen. Auch wenn Sie hin und wieder zurückreisen. Oder wenn Sie Umwege fahren oder längere Pausen einlegen.
- Das Ticket gilt einen Tag lang. Von montags bis freitags allerdings erst ab 9 Uhr. Am Samstag, Sonntag und an Feiertagen bereits ab 0 Uhr. Sie können immer bis 3 Uhr am nächsten Tag reisen.
- Das Baden-Württemberg-Ticket ist kein Abonnement (Abo). Sie kaufen nur ein Ticket, wenn Sie es brauchen.
- Das Ticket gilt für die gesamte Fahrt im Nah- und Regionalverkehr. Zum Beispiel in allen Stadtbahnen, Straßenbahnen und Bussen. Und im IRE, RB, RE und MEX.
- Das Ticket gilt nicht in Fernzügen wie ICE, IC, EC oder bei privaten Anbietern wie FlixTrain.
- Sie können auch für eine Gruppe bis zu 5 Personen ein Ticket kaufen. Je mehr Personen mitfahren, desto günstiger wird es pro Person.
- Es können bis zu 3 Kinder zwischen 6 Jahren und unter 15 Jahren kostenfrei mitfahren.
- Kinder unter 6 Jahren brauchen keinen Fahrschein.
- Es gibt auch ein Baden-Württemberg-Ticket Young für junge Menschen unter 27 Jahren. Es ist ein wenig günstiger.

Wo bekomme ich ein Baden-Württemberg-Ticket?

- An den Fahrkartenautomaten in Bahnhöfen.

- Im Reisezentrum der Deutschen Bahn. Die Reisezentren der Deutschen Bahn werden in Baden-Württemberg nach und nach zu den bwegt-Fahrgastcentern ausgebaut.
- In Kundenzentren der Verkehrsverbände.
- Online auf www.bahn.de oder in der App „DB Navigator“
- In den Ticket-Apps der Verkehrsverbände oder in der bwegt-App.

Fahrradmitnahme:

Montags bis freitags ist das Mitnehmen des Fahrrads in Baden-Württemberg in nahezu allen Zügen des Nah- und Regionalverkehrs kostenlos. Dies gilt für den Zeitraum vor 6 Uhr und ab 9 Uhr. Für die Zeit dazwischen benötigen Sie ein extra Ticket für das Fahrrad. Samstag, Sonntag und an Feiertagen ist die Mitnahme ganztägig kostenlos.

Das Ticket gilt auch auf ausgewählten Strecken benachbarter Bundesländer und der Schweiz. Wenn Sie ein Fahrrad mitnehmen wollen, brauchen Sie auf Strecken in den anderen Bundesländern und der Schweiz ein extra Ticket.

Deutschlandticket

Deutschlandticket (Deutschlandticket) - einfach und günstig reisen

Das Deutschlandticket kostet 63 Euro im Monat (Stand Januar 2026). Das Deutschlandticket ist günstiger als viele Monatskarten. Mit diesem Ticket können Sie in ganz Deutschland alle Busse, S-Bahnen, U-Bahnen, Straßenbahnen sowie Regionalzüge (zum Beispiel IRE, RE, RB, MEX etc.) nutzen.

Wichtig zu wissen:

- Das Ticket gilt nicht in Fernzügen wie ICE, IC, EC oder bei privaten Anbietern wie FlixTrain.
- Es handelt sich um ein Abonnement (Abo), das sich jeden Monat automatisch verlängert.
- Sie brauchen für das Abo ein Bankkonto mit SEPA-Lastschriftverfahren. Sie erhalten das Ticket auch ohne ein Bankkonto mit SEPA-Lastschriftverfahren. Dann aber nicht im Abo (siehe weiter unten).
- Die Kosten für das Ticket werden monatlich von Ihrem Bankkonto abgebogen.
- Wenn Sie das Ticket nicht mehr brauchen, müssen Sie es bis zum 10. eines Monats kündigen. Sie können das Abo schriftlich per E-Mail oder Brief kündigen. Aber auch online, wenn Sie ein Kundenkonto haben. Oder das Ticket über eine App bestellt haben.
- Das Ticket gibt es nur digital. Es wird auf eine Chipkarte oder auf das Smartphone gespeichert.
- Wenn Sie ein Abo abschließen oder das Ticket einmalig kaufen, können Sie die Fahrkarte sofort nutzen.

Wo kann ich das Ticket kaufen?

- Online auf den Webseiten und über die Apps der Verkehrsverbände.
- Online auf www.bahn.de oder in der App „DB Navigator“.
- Um ein Abo-Ticket online zu kaufen, brauchen Sie ein Bankkonto mit SEPA-Lastschriftverfahren. Auch mit der Bezahlkarte kann das Deutschlandticket online

gekauft werden. Allerdings nur, wenn im Bezahlssystem des Anbieters eine Visa-Karte als Zahlungsmittel akzeptiert wird.

- Wenn das nicht zutrifft, können Sie ein Deutschlandticket vor Ort im Reisezentrum der Deutschen Bahn erwerben. In Baden-Württemberg werden die Reisezentren der Deutschen Bahn nach und nach zu den bwegt-Fahrgastcentern ausgebaut. Diese finden Sie meist an großen Bahnhofsstellen in großen Städten. Dort können Sie das Deutschlandticket Bar, mit der Bezahlkarte oder mit Kreditkarte bezahlen. Allerdings erhalten Sie das Deutschlandticket dann nicht als Abo. Sie müssen es jeden Monat neu kaufen.
- Das Ticket kann auch online über das Konto einer anderen Person gekauft werden. Sie können es nutzen, wenn beim Kauf Ihr Name eingetragen ist.
- Bei den Verkaufsstellen der Verkehrsverbünde vor Ort kann man in vielen Fällen kein Deutschlandticket kaufen. Fragen Sie am besten vor Ort in den Büros der Verkehrsverbünde nach, ob das geht.

Wer kann das Ticket nutzen?

Alle Menschen, die in Deutschland wohnen oder hier zu Besuch sind, können das Deutschlandticket kaufen.

Es kann nicht an andere Personen weitergegeben werden. Es kann also nur von der Person genutzt werden, von der der Name auf dem Ticket steht. Sie können Kinder unter 6 Jahren kostenfrei mitfahren lassen.

Gibt es Ermäßigungen?

Für junge Menschen in Baden-Württemberg gibt es das vergünstigte D-Ticket JugendBW.

Zusätzliche Vorteile:

In einigen Regionen bekommen Deutschlandticket-Inhaber Rabatte, zum Beispiel für den Besuch von Freizeiteinrichtungen.

D-Ticket JugendBW

Das Ticket für junge Leute

Was ist das D-Ticket JugendBW (D-Ticket JugendBW)

Das D-Ticket JugendBW ist ein günstiges Abonnement (Abo) für junge Menschen in Baden-Württemberg.

Es ist zum Beispiel für:

- Schülerinnen und Schüler,
- Auszubildende,
- Studierende,
- Menschen im Freiwilligendienst.

Was bietet das D-Ticket JugendBW?

- **Gültigkeit:** Mit diesem Ticket können junge Menschen in ganz Baden-Württemberg und Deutschland den gesamten Nah- und Regionalverkehr nutzen. Also alle Busse, S-Bahnen, U-Bahnen, Straßenbahnen und Regionalzüge (zum Beispiel IRE, RE, RB, MEX etc.). Das Ticket gilt nicht in Fernzügen wie ICE, IC, EC oder bei privaten Anbietern wie FlixTrain.
- **Preis:** Das D-Ticket JugendBW ist ein **Jahresabo**. Es kostet 540 Euro pro Jahr [Stand Januar 2026]. Sie zahlen also monatlich 45 Euro.
- **Kündigung:** Im ersten Jahr können Sie das Abo nicht kündigen. Danach ist es jeden Monat kündbar. Wenn Sie umziehen, können Sie das Ticket manchmal früher kündigen. Das entscheidet der Verkehrsverbund.

Wer kann das D-Ticket JugendBW nutzen?

Das D-Ticket JugendBW ist für alle jungen Menschen, die in Baden-Württemberg wohnen, aber nicht arbeiten:

- Zur Schule gehen (bis 21 Jahre),
- Studieren (bis 27 Jahre),
- Eine Ausbildung machen (bis 27 Jahre),
- oder Freiwilligendienst machen (bis 27 Jahre).

Das Ticket gehört immer zu einer bestimmten Person. Es steht der Name drauf und die Person darf es nicht weitergeben.

Wo kann ich das D-Ticket JugendBW kaufen?

- Online auf den Webseiten der Verkehrsverbände in Baden-Württemberg.
- Vor Ort in den Kundenbüros der Verkehrsverbände.
- Online auf www.bahn.de oder in der App „DB Navigator“.
- An Bahnhöfen oder im Reisezentrum der Deutschen Bahn. Die Reisezentren der Deutschenbahn werden in Baden-Württemberg nach und nach zu den bwegt-Fahrgastcentern ausgebaut.
- Sie können das Ticket auch über einen Bestellschein per Post bestellen.

Wichtig:

- Sie brauchen für das Abo ein Bankkonto mit SEPA-Lastschriftverfahren. Die Kosten für das Ticket werden monatlich von Ihrem Bankkonto abgebogen.
- Das Abo verlängert sich automatisch und auf unbestimmte Zeit. Maximal aber bis zum Ende der Ausbildungszeit oder bis man 27 Jahre wird.
- Das Ticket wird entweder auf einer Chipkarte oder auf das Smartphone ausgestellt.

Vorteile des D-Ticket JugendBW

- **Günstiger Preis:** Nur 540 Euro pro Jahr. Das ist besonders attraktiv für junge Menschen, die regelmäßig öffentliche Verkehrsmittel nutzen.
- **Baden-Württemberg und deutschlandweit gültig:** Das Ticket gilt für den gesamten öffentlichen Nah- und Regionalverkehr im Land.

- **Einfache Handhabung:** Kein ständiges Ticketkaufen, sondern immer ein gültiges Ticket zur Hand.

bwegt-App

Mit der **bwegt-App (bwegt-App)** können Sie in ganz Baden-Württemberg bequem Bus und Bahn fahren und bezahlen. Alles auf dem Handy. Ohne vorher am Automaten oder beim Fahrer ein Ticket kaufen zu müssen.

Fahrplan und Verbindung in Echtzeit

Mit der **bwegt-App** können Sie ganz einfach nach einer Verbindung zu Ihrem Zielort suchen und Ihre Reise planen.

- **Die App zeigt Echtzeitdaten:** Sie sehen sofort, ob Ihr Bus oder Ihre Bahn pünktlich, verspätet oder ausgefallen ist.
- **Live-Karte:** Auf der Live-Karte finden Sie nahegelegene Haltestellen, Linienverläufe, Carsharing-Fahrzeuge und Fahrradparkplätze. Die App versorgt Sie mit aktuellen Hinweisen auf Ihrem Weg. Zum Beispiel Störungen, Baustellen oder auch Ausflugstipps. Sie ist in Deutsch und Englisch nutzbar.
- **Ticketkauf:** Mit der App kaufen Sie gleichzeitig Ihr Ticket für die Fahrt.

Ticketkauf einfach mit CiCoBW

CiCoBW ist in der bewegt-App enthalten. Mit CiCoBW checken Sie beim Einsteigen ein und beim Aussteigen wieder aus – einfach mit einem Wischen auf dem Handy. Die App berechnet dann automatisch den günstigsten Preis für Ihre Fahrt.

Wie funktioniert CiCoBW?

1. Sie laden die bewegt-App auf Ihr Handy, erstellen ein Kundenkonto und richten die CiCoBW Funktion ein.
2. Vor dem Einsteigen wischen Sie auf Ihrem Handy zum Einchecken.
3. Beim Aussteigen wischen Sie wieder zum Auschecken.
4. Die App berechnet automatisch den günstigsten Preis für Ihre Fahrt.

Wenn Sie umsteigen, erkennt die App das von selbst. Sie erkennt auch automatisch, wenn Sie die Fahrt beenden und checkt Sie aus.

Während der Fahrt zeigt die App ein Ticket auf dem Handy an. Das zeigen Sie bei einer Kontrolle.

Sie brauchen kein Abo und kein Vorwissen zu Tickets oder Preisen. Sie können einfach losfahren. Ganz flexibel.

Wichtig:

Für die Nutzung der Funktion benötigen Sie ein Bankkonto mit SEPA-Lastschriftverfahren, eine Kreditkarte oder die Bezahlkarte.

Vorteile der bwegt-App:

- **Übersichtlich:** Fahrpläne sofort sehen, keine lange Suche.
- **Praktisch:** Ticketkauf ohne Tarifwissen dank CiCoBW.
- **Individuell:** Favoriten speichern, Einstellungen personalisieren

Die App gilt im gesamten Nah- und Regionalverkehr in Baden-Württemberg, in allen Verkehrsverbänden und verbundübergreifend mit dem bwtarif. Also in Bussen, S-Bahnen, U-Bahnen, Straßenbahnen und in Regionalzügen (zum Beispiel IRE, RE, RB, MEX etc.).

Die bwegt-App können Sie hier herunterladen:

[Zum App Store](#)

[Zu Google Play](#)

Vergünstigte Fahrkarten bei geringem Einkommen

Unterstützung im Öffentlichen Nahverkehr

Viele Menschen benutzen den Bus und die Bahn.
Zum Beispiel, um zur Arbeit, zur Schule oder zum Einkaufen zu fahren.

Aber:

Fahrkarten für Bus und Bahn kosten Geld.
Für manche Menschen ist das zu viel Geld.

Deshalb gibt es in vielen Städten und Gemeinden eine Unterstützung.
Mit dieser Unterstützung können Menschen günstiger Bus und Bahn fahren.

Was ist die Unterstützung?

Mit der Hilfe kann man zum Beispiel:

- Fahrkarten, wie zum Beispiel die Monatskarte günstiger kaufen.
- Eine besondere Karte bekommen. Mit dieser Karte bekommt man nicht nur Ermäßigungen auf Fahrkarten sondern auch Vergünstigungen für Freizeitaktivitäten.

Diese Unterstützung heißt in jeder Stadt anders.
Auch die Regeln sind verschieden.

Wer kann die Unterstützung bekommen?

Zum Beispiel:

- Menschen mit wenig Geld.
- Menschen, die Hilfe vom Amt bekommen.
- Menschen mit einer Behinderung.

Was muss man tun?

Man muss einen Antrag beim Amt stellen. Das kann man per Post oder online machen. Hierfür braucht man einen Nachweis. Zum Beispiel einen Bescheid über Wohngeld oder vom Jobcenter oder einen Nachweis zu Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz.

Mobil sein

Zu Fuß gehen

Zu Fuß unterwegs - einfach, gesund und alltagstauglich

Zu Fuß gehen gehört zum Alltag.

Man geht zur Bushaltestelle, zum Einkaufen oder bringt die Kinder zur Schule.

Gehen ist unkompliziert. Kostet nichts und hält fit.

In Baden-Württemberg wird etwa jeder vierte Weg zu Fuß zurückgelegt. Das zeigt, wie wichtig das Gehen für den Alltag ist.

Warum zu Fuß gehen gut ist

- Es ist einfach und günstig.
- Es braucht keine Fahrkarte oder Technik.
- Gehen stärkt den Kreislauf, die Muskeln und das Gleichgewicht.
- Es hilft fit zu bleiben und kann Stress reduzieren.
- Auch kurze Wege zu Fuß tun gut und helfen selbstständig zu bleiben. Zum Beispiel zum Arzt oder zum Supermarkt

Tipps für sicheres Gehen

- Gehen Sie immer auf dem Gehweg, wenn es einen gibt.
- Achten Sie beim Überqueren der Straße gut auf Autos und Fahrräder.
- Nutzen Sie stets den Zebrastreifen oder die Ampel fürs Überqueren der Straße.
- Tragen Sie bei Dunkelheit helle Kleidung oder Reflektoren, damit Sie besser gesehen werden.
- Schauen Sie nicht auf das Handy, wenn Sie gehen. Bleiben Sie aufmerksam.

Bessere Wege - sicher und bequem

Viele Städte und Gemeinden verbessern Wege für Menschen, die zu Fuß gehen.

Zum Beispiel:

- Mehr Bänke, um sich zwischendurch auszuruhen.
- Breitere Gehwege und weniger Hindernisse.
- Sichere Übergänge. Zum Beispiel Zebrastreifen oder Ampeln.
- Wegweiser, damit man sich besser orientieren kann.
- In verkehrsberuhigten Zonen dürfen Autos nur langsam fahren. Dort können sich Menschen sicherer und freier bewegen. Das ist besonders wichtig für Kinder, ältere Menschen oder

Menschen mit Einschränkungen.

Viele Städte und Gemeinden stellen Karten zum Wandern im Internet zur Verfügung. Oder auch Karten für Menschen, die eine Einschränkung haben und zum Beispiel auf einen Rollstuhl angewiesen sind.

Parken

Parken - das sollten Sie wissen

Wenn Sie mit dem Auto unterwegs sind, müssen Sie es irgendwo parken. Also sicher und regelgerecht abstellen.

In Deutschland gibt es dafür klare Regeln, damit niemand behindert wird und der Verkehr gut funktioniert.

Grundlegende Verkehrsregeln

Wo darf man parken - und wo nicht?

Sie dürfen parken, wenn:

- Ein Parkplatzschild („P“) steht,
- Der Straßenrand frei ist und kein Schild das Parken verbietet,
- Sie sich auf einer markierten Parkfläche befinden,
- Sie in einem Parkhaus oder auf einem privaten Parkplatz stehen, wo Parken erlaubt ist (z. B. bei Supermärkten, Behörden oder Kliniken – zeitlich begrenzt).

In Wohngebieten dürfen Sie am Straßenrand parken, sofern kein Parkverbot gilt. Achten Sie auf Schilder und Markierungen.

Parken ist verboten:

- Auf Gehwegen, wenn kein Schild oder eine Markierung es ausdrücklich erlauben,
- Auf Radwegen oder Busspuren,
- Vor Ein- und Ausfahrten von Grundstücken,
- In Feuerwehrezufahrten (oft durch rotes Schild gekennzeichnet),
- In Kurven oder an engen Stellen der Straße,
- Auf Behindertenparkplätzen, wenn Sie keinen entsprechenden Parkausweis haben,
- In Halte- oder Parkverbotszonen (Schild: blauer Kreis mit rotem Rand und Strich oder Kreuz).

Parken Sie dort trotzdem, kann Ihr Auto abgeschleppt werden und Sie müssen ein Bußgeld zahlen.

Parkticket, Parkscheibe und Gebühren - wie funktioniert das?

Parkticket (Parkschein)

In vielen Städten gibt es Parkscheinautomaten.

Dort müssen Sie für das Parken bezahlen, wenn auf dem Schild steht:

„Parkschein lösen“ oder „Mit Parkschein“.

So funktioniert es:

1. Gehen Sie zum Automaten (in der Nähe des Parkplatzes).
2. Wählen Sie, wie lange Sie parken möchten.
3. Zahlen Sie mit Münzen, Karte oder per App (je nach Automat).
4. Nehmen Sie den Parkschein und legen Sie ihn sichtbar hinter die Windschutzscheibe.

Wichtig: Wenn der Parkschein nicht sichtbar ist, kann das wie „ohne Ticket“ gewertet werden – und es droht ein Bußgeld oder das Abschleppen des Autos.

Parkscheibe

Manche Parkplätze sind kostenlos, aber Sie dürfen dort nur eine bestimmte Zeit parken – zum Beispiel 30 Minuten oder 2 Stunden.
Dann brauchen Sie eine Parkscheibe.

So funktioniert es:

1. Stellen Sie auf der Scheibe die Uhrzeit ein, zu der Sie angekommen sind (aufgerundet auf die nächste halbe Stunde).
2. Legen Sie die Scheibe gut sichtbar hinter die Windschutzscheibe.
3. Achten Sie auf das Schild: Dort steht, wie lange Sie maximal stehen dürfen.

Parken mit Anwohnerausweis

In vielen Wohngebieten gibt es Anwohnerparkzonen.
Diese erkennt man an einem Zusatzschild unter dem Parkplatzschild. Zum Beispiel:
„Nur mit Parkausweis Nr. 5“ oder „Anwohner mit Ausweis“.

Was bedeutet das?

Nur Menschen, die in der Straße oder im Gebiet wohnen, dürfen dort parken – und nur mit einem speziellen Parkausweis.

Wie bekommt man den Ausweis?

Sie stellen einen Antrag beim Bürgeramt oder der Stadtverwaltung.

Sie müssen nachweisen, dass Sie dort wohnen. Zum Beispiel mit einer Meldebescheinigung.

Sie erhalten dann den Anwohner-Parkausweis mit Nummer und Gültigkeitsdauer.

Der Ausweis muss sichtbar im Auto liegen.

Ohne gültigen Ausweis dürfen Sie dort nicht parken – sonst droht ein Bußgeld oder das Abschleppen des Autos.

Personen, die in einem Bewohnerparkgebiet gemeldet sind, können auch für einen Besuch Besucherparkausweise beantragen.

Besondere Parkbereiche

Parkhäuser und Tiefgaragen

In Städten gibt es oft Parkhäuser oder Tiefgaragen. Das sind Gebäude mit mehreren Etagen, wo man sicher und wettergeschützt parken kann.

So funktioniert es:

1. Sie fahren zur Schranke und drücken dort auf einen Knopf.
2. Sie erhalten ein Parkticket.
3. Sie suchen sich einen freien Parkplatz.
4. Vor dem Verlassen bezahlen Sie das Ticket am Zahlautomaten im Gebäude (mit Bargeld oder der Geldkarte).
5. Mit dem bezahlten Ticket können Sie die Ausfahrtsschranke öffnen.

Tipp:

Viele Parkhäuser bieten Frauenparkplätze, Behindertenparkplätze und E-Auto-Ladestationen.

Besondere Parkbereiche

Behindertenparkplätze: Nur mit einem blauen EU-Parkausweis erlaubt. Diesen bekommt man mit einem Schwerbehindertenausweis mit dem Merkzeichen „aG“ (außergewöhnlich gehbehindert) oder „Bl“ (blind).

Kurzzeitparkplätze: Zum Beispiel vor Apotheken oder Bäckereien – oft mit Parkscheibe.

Frauenparkplätze: Zum Beispiel in Parkhäusern – gut beleuchtet und in der Nähe von Ausgängen.

Parkplätze mit E-Ladestation: Nur für Elektroautos beim Laden.

Park-and-Ride-Parkplätze (P+R): Am Stadtrand. Man parkt das Auto und fährt mit Bus oder Bahn weiter. Diese sind oft günstig oder kostenlos.

Parken in besonderen Situationen

In Wohngebieten

- Parken Sie so, dass niemand behindert wird.
- Achten Sie auf ausreichend Platz für Müllabfuhr, Rettungswagen und Lieferfahrzeuge.
- Stellen Sie sich nicht direkt an Ecken oder vor Einfahrten.

Im Stadtzentrum

- Dort gibt es oft wenig freie Plätze.
- Am besten nutzen Sie Parkhäuser oder P+R-Plätze mit guter Anbindung an Bus und Bahn.
- Achten Sie besonders genau auf Schilder und Gebühren.

In der Nähe von Schulen und Kindergärten

Dort gibt es oft besondere Zonen, zum Beispiel:

- Halteverbote,
- Elternhaltestellen,
- Schulstraßen mit Fahrverbot zu bestimmten Zeiten,

Diese Zonen schützen die Kinder. Parken Sie dort nur, wenn es erlaubt ist – und nur kurz.

Was passiert bei Parkverstößen?

Bußgelder

Wenn Sie falsch parken, müssen Sie oft ein Bußgeld zahlen.

Abschleppen

Sie werden abgeschleppt wenn Sie zum Beispiel:

- In einer Feuerwehrezufahrt parken,
- Auf einem Behindertenparkplatz ohne Berechtigung parken,
- oder in einer gefährlichen Stelle stehen

In diesen Fällen kann Ihr Auto abgeschleppt werden. Das ist oft sehr teuer.

Sicherheit beim Parken

- Achten Sie beim Ein- und Aussteigen auf den Verkehr – auf Autos, Fahrradfahrer und Fußgänger.
- Öffnen Sie die Tür vorsichtig – vor allem zur Straßenseite.
- Schließen Sie das Auto immer ab.
- Lassen Sie keine Wertsachen sichtbar im Auto liegen.

In Deutschland ist das Parken gut geregelt und klar ausgeschildert.

Es gibt viele Möglichkeiten – vom Straßenrand bis zum Parkhaus.

Wenn Sie sich an die Regeln halten, parken Sie sicher, stressfrei und ohne Bußgeld.

Park + Ride

Was bedeutet Park + Ride?

Park + Ride heißt: Sie fahren mit dem Auto zu einem P+R-Parkplatz. Diese Parkplätze sind oft am Stadtrand oder auch an Bahnhöfen zu finden. Dort stellen Sie Ihr Auto ab und fahren mit dem Bus oder der Bahn weiter.

So vermeiden Sie Staus in der Innenstadt und die lange Suche nach einem Parkplatz.

Vorteile von Park + Ride

- **Weniger Stress:** Sie müssen nicht in der Innenstadt nach einem Parkplatz suchen.
- **Zeit sparen:** Bus und Bahn sind oft schneller als das Auto.
- **Geld sparen:** Viele Park+Ride-Plätze sind kostenlos oder kosten nur wenig.

- **Umwelt schützen:** Weniger Autos in der Stadt bedeuten weniger Abgase und sauberere Luft.

Wo finde ich Park+Ride-Plätze?

Park+Ride-Plätze finden Sie oft:

- In der Nähe von Bahnhöfen,
- An großen Haltestellen für Bus und Bahn,
- Am Stadtrand oder an wichtigen Straßen,
- Über Google Maps können Sie in der Suchfunktion direkt nach P+R-Parkplätzen suchen.
- Sie sind gut ausgeschildert. Schilder mit dem Symbol „P+R“ zeigen Ihnen den Weg.



Wie funktioniert Park + Ride?

1. Sie fahren mit dem Auto zum Park+Ride-Parkplatz.
2. Dort stellen Sie Ihr Auto ab.
3. Dann steigen Sie in den Bus oder in die Bahn um und fahren in die Stadt.
4. Am Ende kehren Sie zurück zum Parkplatz und holen Ihr Auto wieder ab.

Oft gibt es günstige Kombi-Tickets:

Sie zahlen einmal und bezahlen das Parken und eine Fahrkarte für den Bus oder die Bahn.

Bezahlkarte

Die Bezahlkarte ist eine Form der Leistungsgewährung für Leistungsberechtigte nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG).

Die Ausgabe erfolgt unmittelbar an neu zugewiesene Personen. Anschließend auch schrittweise an Asylbewerber, die sich bereits in Aufnahmeeinrichtungen befinden. Auch nach Verteilung in die Kommunen kann die Bezahlkarte dort weiter genutzt werden.

Die Nutzung der Bezahlkarte ist in jedem Bundesland unterschiedlich. Denn die einzelnen Bundesländer entscheiden, wie die Karte vor Ort funktioniert.

Was ist die Bezahlkarte?

- Die Bezahlkarte ist wie eine Bankkarte.
- Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) werden als Guthaben auf die Bezahlkarte überwiesen.
- Mit der Bezahlkarte können Sie in Geschäften bezahlen und Bargeld abheben.

- Sie können nur so viel Geld ausgeben, wie auf der Karte ist.

Wer bekommt die Bezahlkarte?

- Eine Bezahlkarte bekommen alle erwachsenen Personen, die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) erhalten.

Wo bekomme ich meine Bezahlkarte?

- Wenn Sie Leistungen bekommen, schickt Ihnen das Sozialamt einen Brief mit allen Informationen und einem Termin zur Abholung.
- Wenn Sie zum ersten Mal Leistungen beantragen und diese bewilligt werden, bekommen Sie direkt von Anfang an eine Bezahlkarte.
- Je nachdem wo Sie wohnen, kann es Unterschiede geben. Fragen Sie auf Ihrem Amt nach.

Wo kann man mit der Bezahlkarte einkaufen?

- Sie können mit der Bezahlkarte in den meisten Geschäften bezahlen.

Gibt es Probleme bei bestimmten Transaktionen?

- Ja, bestimmte Transaktionen sind nicht möglich.
- Sie können die Bezahlkarte zum Beispiel nicht bei Geldübermittlungsdiensten wie Western Union, MoneyGram oder PayPal verwenden.
- In besonderen Fällen können Beiträge (zum Beispiel für Handyverträge, VAG oder die Deutsche Bahn) überwiesen oder eingezogen werden. Sie müssen dann rechtzeitig die nötigen Nachweise vorlegen.

Kann ich mit der Bezahlkarte Bargeld abheben?

- Ja, Sie können Bargeld abheben.
- Sie können das Bargeld an Bankautomaten abheben. Sie können das Geld auch in vielen Geschäften an der Kasse abheben.
- Sie können eventuell nur bestimmte Beträge abheben. Das kommt darauf an, wo Sie wohnen.
- In manchen Bundesländern können Sie auch nur 2-3 Mal im Monat abheben.