

Was ist die Tafel und wer darf dort einkaufen?

Die Tafel hilft Menschen, die nicht viel Geld haben. In Tafel-Läden gibt es **günstige Lebensmittel und Hygieneartikel**, die in den Geschäften nicht mehr verkauft werden. Das sind zum Beispiel:

- Lebensmittel, deren Mindesthaltbarkeitsdatum bald abläuft
- Backwaren vom Vortag
- beschädigte oder eingedrückte Verpackungen
- Obst und Gemüse mit kleinen Schönheitsfehlern.

Sie können bei der Tafel Lebensmittel und Hygieneartikel bekommen, wenn Sie **nicht selbst arbeiten** oder **nicht genug Geld verdienen**. Dafür benötigen Sie einen **Ausweis**. Er wird von den Tafel-Läden ausgestellt. Gehen Sie mit Ihrem Nachweis, dass Sie bedürftig sind, dort hin. Zum Beispiel mit Ihrem Bescheid vom Asylbewerberleistungsgesetz oder Sozialhilfe (das sind die Briefe, in denen steht, wie viel Geld Sie für einen Monat bekommen).

Die Adresse finden sie unter Ihrer [Stadt oder Gemeinde](#) unter Angebote / Integrationsangebote