



WO GIBT'S UNTERSTÜTZUNG, WENN'S NICHT REICHT?

Ein Heidelberger Wegweiser

für Menschen mit geringem Einkommen

6. Auflage

Herausgeber

Stadt Heidelberg
Dezernat für Familie, Soziales und Kultur
c/o Amt für Soziales und Senioren
Bergheimer Str. 155
69115 Heidelberg
Telefon 06221 / 58-37000
E-Mail: sozialamt@heidelberg.de
Internet: www.heidelberg.de

und das



„Heidelberger Bündnis
gegen Armut und Ausgrenzung“
www.das-heidelberger-buendnis.de

Redaktionskreis dieser Auflage
Jörg Schmidt-Rohr, Melanie Tauber
Andrea Meixner
Anette Dietz

Vbi e.V.
Stadt Heidelberg
Stadt Heidelberg

Recherchen und Zusammenstellung:
Melanie Tauber, Andrea Meixner

Gestaltung Titelblatt: pep'up Werbeagentur GmbH, Heidelberg
Druck: Texdat-Service gem. GmbH, Weinheim
Layout: Vbi e.V., Heidelberg

6. Auflage: 4000 Stück

Stand der Zusammenstellung: **Januar 2018**

Kontakt und Bestellungen:

Verein zur beruflichen Integration und Qualifizierung e.V.
Alte Eppelheimer Straße 38
69115 Heidelberg
Telefon: 06221 / 9703-0
E-Mail: kontakt@vbi-heidelberg.de
Internet: www.vbi-heidelberg.de



Haftungshinweis:
Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben in der Broschüre.

Grußwort

Liebe Mitbürgerinnen,
liebe Mitbürger,

Sie halten die 6., komplett überarbeitete Auflage der Broschüre „Wo gibt's Unterstützung, wenn's nicht reicht“ in den Händen, eine übersichtliche, nach Themenbereichen geordnete Zusammenstellung von Hilfsangeboten und Beratungsstellen in Heidelberg.

Mit dieser Veröffentlichung wollen das „Heidelberger Bündnis gegen Armut und Ausgrenzung“ und die Stadt Heidelberg für Menschen mit geringem Einkommen eine Auflistung der zahlreichen und unterschiedlichen Dienste und Angebote zur Verfügung stellen, die das Leben erleichtern können, wenn es einmal an Geld fehlt. Angefangen von Angeboten zur Grundversorgung über Rechts- und Schuldnerberatung bis hin zu Bildungsmöglichkeiten und Freizeitangeboten werden vielfältige Anlaufstellen für die unterschiedlichsten Lebenssituationen dargestellt. Nicht nur im Notfall, sondern jederzeit kann man sich hier einen Überblick über Art und Umfang sozialer Dienstleistungen sowie die zuständigen Ansprechpartner verschaffen.

„Heidelberg will eine Stadt des sozialen Ausgleichs sein, die Armut bekämpft, Ausgrenzung verhindert und sozialräumliche Spaltungstendenzen überwindet“ – so lautet die sozialpolitische Leitlinie des Stadtentwicklungsplanes Heidelberg 2015. Konkret geht es um das Mit- und Füreinander der in der Stadt lebenden Menschen. Die Stadt Heidelberg will nicht nur den Starken und Erfolgreichen etwas bieten. Sie trägt auch Verantwortung für diejenigen, die sich am wirtschaftlichen Leben nicht, nicht mehr oder noch nicht beteiligen können und die auf Unterstützung angewiesen sind. Dabei handelt es sich nicht allein um Bezieher/-innen von Arbeitslosengeld II und Sozialhilfe oder Menschen mit geringer Rente. Einen Arbeitsplatz zu haben, ist keine Garantie dafür, auch genug Geld zu verdienen, um ohne weiteres seinen Lebensunterhalt bestreiten zu können.

Viele der in dieser Broschüre genannten Angebote wären ohne ehrenamtliches Engagement nicht möglich. Deshalb danken wir an dieser Stelle all jenen, die sich ohne Gegenleistung für andere einsetzen.

Auch der Heidelberger Gemeinderat legt Wert darauf, dass die Sozialpolitik der Stadt darauf ausgerichtet ist, sozialen Ausgleich anzustreben. Die verschiedenen Fachämter der Stadt Heidelberg leisten hierzu ihren Beitrag ebenso wie die Wohlfahrtsverbände, die Kirchen, Netzwerke und Selbsthilfegruppen, die sich mit großem Engagement der Benachteiligten in Heidelberg annehmen. Danken möchten wir deshalb auch all denen, die die Hilfe für andere Menschen in den Mittelpunkt ihrer beruflichen Tätigkeit gestellt haben. Ehrenamtliche und Hauptamtliche tragen gemeinsam dazu bei, dass Heidelberg für alle, die in unserer Stadt leben, lebenswert bleibt.



Prof. Dr. Eckart Würzner
Oberbürgermeister



Dr. Joachim Gerner
Bürgermeister für
Familie, Soziales und Kultur

 **Heidelberg**

Vorwort zur 6. Auflage und Benutzerhinweise

Armut ist in unserer reichen Gesellschaft für viele Menschen eine tägliche, bittere Realität. Im „Heidelberger Bündnis gegen Armut und Ausgrenzung“ haben sich viele Institutionen zusammengeschlossen, die dies in ihrer täglichen Arbeit erleben. Und die mit einer jährlichen Aktionswoche dies auch ins öffentliche Bewusstsein holen möchten.

Im Rahmen der Aktionswoche 2007 entstand erstmals die Idee eine Informationsbroschüre zu erstellen. Der Vbl hatte diese erste Zusammenstellung übernommen. Bis heute wird die regelmäßige, aufwändige Zusammenstellung durch den Vbl, vom Amt für Soziales und Senioren der Stadt bei den Recherchen unterstützt, vorgenommen. Die Stadt Heidelberg ist Herausgeberin und finanziert den Druck.

Sie halten nun die inzwischen 6. Auflage in den Händen und die Broschüre wird weiterhin stark nachgefragt.

Mit einem solchen Wegweiser können wir nicht Armut, am wenigsten die konkrete materielle Not beseitigen. Aber vielleicht gibt er doch dem einen oder anderen oder auch einem Berater einen Hinweis, um in einer bestehenden Notlage nicht hilflos vor einer Wand zu stehen.


Die Adresssammlung ist kein umfassender Sozialwegweiser, in der alle sozialen Institutionen in Heidelberg aufgelistet sind.

Er soll im Schwerpunkt die Adressen enthalten, die bei einem bestehenden Problem vielleicht weiterhelfen können.

Am wichtigsten war uns die Benennung der konkreten materiellen Hilfen und der Vergünstigungen für arme Menschen. Daneben haben wir aber auch Beratungsstellen und Hilfen bei psychischen Problemen oder Problemen in der Familie genannt.

Anrufen und Fragen – bei den sozialen Institutionen sind viele Menschen, die das soziale Netzwerk vor Ort kennen und auch konkrete Ideen haben.

Die genannten Telefon- und Telefaxnummern sind – sofern keine andere Vorwahl genannt ist – im Heidelberger Ortsnetz (06221).

Das Symbol  ist bei Einrichtungen angefügt, von denen wir wissen, dass sie keine oder nur eine Stufe haben.

Wir hoffen, dass diese kleine Adresszusammenstellung in mancher Notlage den schnellsten Weg weist und auch Möglichkeiten und Ermäßigungen aufzeigt, die einem nicht auf Anhieb eingefallen wären.

Der Wegweiser ist auch als PDF-Datei im Internet zu finden, auf der Homepage der Stadt Heidelberg unter www.heidelberg.de, beim Vbl unter www.vbi-heidelberg.de, auf der Homepage des „Heidelberger Bündnisses gegen Armut und Ausgrenzung“ unter www.das-heidelberger-buendnis.de.

Inhaltsverzeichnis

Geld und Schulden.....	7
Essen und Trinken	11
Kleidung, Möbel, Hausrat.....	15
Wohnen und Unterkunft	19
Engagement und Ehrenamt	25
Freizeit	26
Gesundheit und Selbsthilfe	31
Kinder und Jugend	36
Kultur und Medien.....	47
Mobilität und Verkehr	51
Verleih und Tauschen	55
Arbeit und Bildung.....	57
Beratung und Auskunft.....	62
Recht	71
Rechtliche Betreuung.....	74
Sucht.....	75
Unterstützung im Alltag	77
Not und Gewalt	82

Geld und Schulden

Geld und Schulden

Wenn man kein ausreichendes Einkommen oder Vermögen hat, sind das Jobcenter (für Erwerbsfähige nach SGB II) und das Amt für Soziales und Senioren (im Alter und für nicht Erwerbsfähige nach SGB XII) für die Sicherung des Lebensunterhaltes die beiden wichtigsten Anlaufstellen. Die allgemeine Sozialberatung bei den Wohlfahrtsverbänden (siehe „Beratung und Auskunft“) ist ebenfalls eine wichtige Anlaufstelle, die weitere Wege aufzeigen kann, um die Miete und den Lebensunterhalt in einem Notfall erst einmal zu sichern.

Amt für Soziales und Senioren

Bergheimer Str. 155, 69115 Heidelberg



58-37000/58-37010 58-38900

E-Mail: sozialamt@heidelberg.de

Internet: www.heidelberg.de

Di, Do, Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und nach Terminvereinbarung

Das Amt für Soziales und Senioren ist zuständig u. a. für die Grundsicherung im Alter (ab 65) und bei dauerhafter Erwerbsminderung, für Leistungen für Bildung und Teilhabe, für die Hilfe zur Pflege, Eingliederungshilfe für behinderte Menschen, für die Betreuung und Versorgung von Menschen auf der Flucht, für Wohngeld, für die Beratung bei finanziellen Engpässen und bei Wohnungsnotfällen.

Jobcenter Heidelberg

U.a. zuständig für ALG-II-Bezieher („Hartz IV“).
(siehe „Arbeit und Bildung“)

Agentur für Arbeit Heidelberg

U.a. zuständig für ALG-I-Bezieher.
(siehe „Arbeit und Bildung“)

Geld und Schulden

Weitere Sozialleistungen

Für weitere Sozialleistungen sind folgende Institutionen zuständig:

- **Elterngeld:**
L-Bank, Familienförderung, Besucheradresse: Schlossplatz 12, 76131 Karlsruhe (Eingang am Platz der Grundrechte)
Postanschrift: L-Bank, Familienförderung, 76113 Karlsruhe
☎ Hotline Familienförderung: 0800/6645471
E-Mail: familienfoerderung@l-bank.de.
Anträge sind auch bei den Bürgerämtern erhältlich
- **Kindergeld und Kinderzuschlag:**
Bundesagentur für Arbeit, Familienkasse, Besucheradresse: Czernyring 22/11, 69115 Heidelberg, Postanschrift: Familienkasse Heidelberg, 69109 Heidelberg
☎ 01801/546337 📠 524- 910385
E-Mail: familienkasse-heidelberg@arbeitsagentur.de
- **Pflegegeld:**
Zuständig ist die jeweilige Krankenkasse, Informationen beim Pflegestützpunkt (siehe „Beratung und Auskunft“)
- **Unterhaltsvorschuss:**
Kinder- und Jugendamt, Wirtschaftliche Jugendhilfe, Friedrich-Ebert-Platz 3, 69117 Heidelberg
☎ 58-31510 📠 58-48510
E-Mail: jugendamt@heidelberg.de
- **Wohngeld:**
Amt für Soziales und Senioren (siehe „Wohnen und Unterkunft“)

Banken und Girokonto

Seit 2016 gibt es einen gesetzlichen Anspruch auf ein Girokonto, das sogenannte Basiskonto, wenn Sie kein anderes Konto haben. Das Basiskonto kann nicht überzogen werden (Guthabenkonto). Sie erhalten eine EC-Karte und können Daueraufträge und Einzugsermächtigungen erteilen.

Ein bestehendes Giro- oder Basiskonto kann immer in ein Pfändungsschutzkonto (P-Konto) umgewandelt werden. Dazu muss das Konto ein Einzelkonto sein, Gemeinschaftskonten müssen vorher in Einzelkonten umgewandelt werden. Auch überzogene Konten müssen umgewandelt

Geld und Schulden

werden (vorher wird eine Rücksprache mit der Schuldnerberatung empfohlen). Das P-Konto ist die einzige Möglichkeit Ihr Guthaben vor Pfändungen zu schützen. Es wird auf Guthabenbasis geführt und darf nicht mehr kosten als ein normales Girokonto. Sie erhalten automatischen Pfändungsschutz über den Grundbetrag von derzeit 1.133,80 Euro (Stand 11-2017) je Kalendermonat. Wenn Sie Unterhaltsverpflichtungen haben, können Sie diesen Betrag erhöhen durch eine P-Konto-Bescheinigung oder einen Beschluss vom Vollstreckungsgericht (Amtsgericht).

Schuldnerberatungsstelle des Paritätischen

Schwetzinger Straße 26, 69124 Heidelberg

 **400132**  **474268**

E-Mail: schuldnerberatung@paritaet-hd.de

Telefonische Terminvereinbarungen: Di-Do: 9.00 – 12.00 Uhr

Beratung bei Schulden, Unterstützung bei der Sicherung notwendiger Zahlungen, Einleitung von Insolvenzverfahren.

Schuldnerberatungsstelle des Caritasverbandes

Turnerstraße 38, 69126 Heidelberg



 **3303-0**  **3303-33**

E-Mail: sb@caritas-heidelberg.de

Internet: www.caritas-heidelberg.de

Telefonische Terminvereinbarung notwendig.

Offene Sprechstunde: Di: 14.00 – 16.00 Uhr (Kurzberatung)

Geld und Schulden

Studierendenwerk Heidelberg/Studienfinanzierung

Marstallstr. 1, 69117 Heidelberg

☎ 545404

E-Mail: foe@stw.uni-heidelberg.de

Internet: www.stw.uni-heidelberg.de

Mo-Fr: 8.00 – 18.00 Uhr

Die Abteilung Studienfinanzierung berät Studierende zu verschiedenen Finanzierungsmöglichkeiten wie Stipendien, Bildungs- oder Studienkrediten.

Als Amt für Ausbildungsförderung ist sie außerdem für sämtliche Angelegenheiten rund um das Thema BAföG verantwortlich.

Bedürftige Studierende im Hauptstudium erhalten hier auch Antragsblätter für die Freitische in den Mensen.

Essen und Trinken

Essen und Trinken

Für das wichtigste Grundbedürfnis Nahrung gibt es einige Stellen, die einen günstigen Mittagstisch anbieten. Lebensmittel gibt es sehr preiswert in den Tafelläden, in Heidelberg bei „Brot und Salz“ und „Rat und Tat St. Elisabeth“.

Inzwischen gibt es in Schulen und Kindertageseinrichtungen die Möglichkeit für Kinder und Jugendliche eine, meist sehr günstige, warme Mahlzeit zu bekommen. Und wenn das zu teuer ist, erkundigen Sie sich nach Vergünstigungen bei der Einrichtung oder beim Kinder- und Jugendamt bzw., wenn Sie SGB II-Leistungen beziehen, beim Jobcenter.

Brot und Salz

Plöck 22, 69117 Heidelberg



 **618190**

E-Mail: brotundsatz@dwhd.de

Internet: www.diakonie-heidelberg.info

Di-Fr: 11.30 – 16.00 Uhr

Zum vergünstigten Einkauf berechtigen ein im Laden ausgestellter Einkaufsausweis und die Heidelberg-Pässe. Die Einkommenssituation wird anhand von Bescheinigungen überprüft.

Tafelladen „Rat und Tat St. Elisabeth“

Turnerstr. 36, 69126 Heidelberg



 **7781385 während der Öffnungszeiten**

Mo und Fr: 13.00 – 15:10 Uhr

Mi: 14.40 – 16.50 Uhr

Zum vergünstigten Einkauf berechtigt ein Einkaufsausweis, der in der Geschäftsstelle des Caritasverbandes Heidelberg, Turnerstr. 38, ausgehändigt wird. Die Einkommenssituation wird anhand von Bescheinigungen überprüft.

Essen und Trinken

manna-Treff

Plöck 16-18, 69117 Heidelberg und Plöck 47, 69117 Heidelberg

 **149811**  **149815**

E-Mail: manna@stadtmission-hd.de

Internet: www.manna-hd.de oder www.diakonie-hd.de

- **manna-Treff in der Plöck 16-18**
Mi-Fr: 9.00 – 12.30 Uhr
- **manna-Treff in der Kapelle, Plöck 47**
Di-Sa: 9.00 – 12.00 Uhr, Mi, Fr: 9.00 – 14.30 Uhr

Café und Treffpunkt für alle mit günstigem Frühstück, Raum für Gespräche, PC-Raum und kostenloses Kursangebot.

Mittagstisch in den Seniorenzentren

In den Seniorenzentren gibt es werktags für Senioren einen Mittagstisch für ca. 4–6 €. In der Regel ist eine Anmeldung notwendig:

- **Seniorenzentrum Altstadt**, Marstallstraße 13, 69117 Heidelberg
 181918, E-Mail: szaltstadt@dwhd.de
- **Seniorenzentrum Bergheim**, Kirchstraße 16, 69115 Heidelberg
 970368, E-Mail: szbergheim@vbi-heidelberg.de
- **Seniorenzentrum Boxberg/Emmertsgrund**,
Emmertsgrundpassage 1, 69126 Heidelberg,
 3303-40 / -41,
E-Mail: sz.boxberg-emmertsgrund@caritas-heidelberg.de
- **Seniorenzentrum Handschuhsheim**,
Obere Kirchgasse 5, 69121 Heidelberg,  401155,
E-Mail: j.reichenbach@drk-rn-heidelberg.de oder
f.clement@drk-rn-heidelberg.de
- **Seniorenzentrum Kirchheim**, Odenwaldstraße 4,
69124 Heidelberg,  720022,
E-Mail: szkirchheim@psd-ggmbH.de
- **Seniorenzentrum Neuenheim**, Uferstraße 12, 69120 Heidelberg
 437700, E-Mail: szneuenheim@psd-ggmbh.de
- **Seniorenzentrum Pfaffengrund**, Storchenweg 2,
69123 Heidelberg,  700555, E-Mail: szpfaffengrund@dwhd.de

Essen und Trinken

- **Seniorenzentrum Rohrbach**, Baden-Badener-Straße 11, 69126 Heidelberg, ☎ 334540, E-Mail: szrohrbach@dwhd.de
- **Seniorenzentrum Weststadt**, Dantestraße 7, 69115 Heidelberg ☎ 58-38360, E-Mail: szweststadt@heidelberg.de
- **Seniorenzentrum Wieblingen**, Mannheimer Straße 267, 69123 Heidelberg, ☎ 830421; E-Mail: szwieblingen@awo-heidelberg.de
- **Seniorenzentrum Ziegelhausen**, Brahmstraße 6, 69118 Heidelberg, ☎ 804427, E-Mail: sz.ziegelhausen@caritas-heidelberg.de

Frühstück im Winter

Für Wohnungslose bietet von Mitte November bis Ende März jeweils eine Kirchengemeinde eine Woche lang Frühstück von 8.00 bis 10.00 Uhr an.

Auskunft erhält man über

- Evangelisches Dekanat ☎ 9803-40
- Katholisches Dekanatsbüro ☎ (Sekretariat) 4353800
- SKM ☎ 163659
- die örtlichen Kirchengemeinden oder die Wohlfahrtsverbände

Altstadtgemeinde Heiliggeist-Providenz

Heiliggeiststraße 17, 69117 Heidelberg



☎ 9803-0 / -40 (Pfarramt) ☎ 9803-49

E-Mail: dekanat.heidelberg@kbz.ekiba.de

Internet: www.ekihd.de

Am 3. Samstag im Monat Essens- und Kleiderausgabe für Bedürftige und Wohnungslose im Schmitthennerhaus, Obere Neckarstr. 18/1, von 13.00 bis 16.00 Uhr.

SKM-Heidelberg / Wohnungslosenhilfe im Karl-Klotz-Haus

Kaiserstraße 88-92, 69115 Heidelberg

☎ 163659 ☎ 619775

E-Mail: KarlKlotzHaus@skm-heidelberg.de

Internet: www.skm-heidelberg.de

Essen und Trinken

Günstiges Mittagessen vor allem für wohnungslose Menschen für 1,50 €, Frühstück/Kaffee 0,20 €.

Studierendenwerk Heidelberg / Mensen und Cafés

E-Mail: hg@stw.uni-heidelberg.de

Internet: www.stw.uni-heidelberg.de

In den Mensen und Cafés des Studierendenwerks Heidelberg können Studierende günstig essen. Bezahlt wird bargeldlos mit der Campus Card. Besonders bedürftige Studierende im Hauptstudium können über die Freitische einen Essenzuschuss erhalten. Gäste zahlen einen etwas höheren, aber immer noch günstigen Essenspreis.

Studierendenwerk Heidelberg / Mensa for Kids

Marstallhof 1, 69117 Heidelberg, EG Zi. 002.

E-Mail: hg@stw.uni-heidelberg.de

Internet: www.stw.uni-heidelberg.de

Kinder von Studierenden können bis zum Alter von 10 Jahren in Begleitung ihres studentischen Elternteils kostenlos in einer der vier Heidelberger Mensen des Studierendenwerks essen. Hierzu benötigt jedes Kind den „Mensa for Kids“-Ausweis.

Kinderschutzbund Heidelberg / Frühstück für Schulkinder

Emmertsgrundpassage 29, 69126 Heidelberg

(siehe „Kinder und Jugend“)

Essen in den Schulen und Kindertagesstätten

In den Schulen, der Kernzeitbetreuung und vielen Kindertagesstätten gibt es ein günstiges Essen. Dieses wird insbesondere für Inhaber des Heidelberg-Passes ermäßigt abgegeben. Erkundigen Sie sich in der Schule, bei päd-aktiv e.V. oder dem Einrichtungsträger, welche Ermäßigungen möglich sind und welche Unterlagen vorgelegt werden müssen. Anspruchsberechtigte nach dem Bildungs- und Teilhabepaket des Bundes müssen einen Antrag beim zuständigen Leistungsträger (Jobcenter oder Amt für Soziales und Senioren) stellen.

Kleidung, Möbel, Hausrat

Kleidung, Möbel, Hausrat

Bei vielen Institutionen gibt es gebrauchte Kleidung, z.T. sehr günstig oder geschenkt. Die Kleidung ist zwar getragen, aber meist noch gut erhalten und oft stabiler als billige Neuware. Dazu gibt es auch bei manchen Möbel und Haushaltswaren.

Auch private Second Hand Shops sind eine Möglichkeit günstig einzukaufen.

DRK Kleiderladen „Jacke wie Hose“

Siemensstraße 36 (Ecke Hans-Bunte-Straße), 69123 Heidelberg

 **9010-0**

Internet: www.drk-heidelberg.de

Mo: 10.00 – 14.00 Uhr, Mi: 14.00 – 17.00 Uhr, Sa: 10.00 – 13.00 Uhr

Haushaltswaren und gebrauchte Kleidung für Damen, Herren und Kinder zu günstigen Preisen. Bei Vorlage des Heidelberg-Passes oder eines anderen Nachweises über ein geringes Einkommen gibt es Ermäßigungen.

Brot und Salz

(siehe „Essen und Trinken“)

Verkauf von gebrauchter, guter Kleidung.



Kleiderstube der Altstadtgemeinde Heiliggeist-Providenz

(siehe „Essen und Trinken“)

Einmal pro Monat, samstags, Essens- und Kleiderausgabe für bedürftige Menschen.

Deutscher Kinderschutzbund

Theaterstraße 11, 69117 Heidelberg

 **618013 (Kleiderstube), 600300 (Zentrale)**  **169659**

E-Mail: info@kinderschutzbund-heidelberg.de (Zentrale im selben Haus)

Internet: www.kinderschutzbund-heidelberg.de

Mo: 10.00 – 12.00 Uhr, Di: 17.00 – 19.00 Uhr,

Mi: 10.00 – 14.00 Uhr, Do: 14.30 – 16.30 Uhr

Kleidung, Möbel, Hausrat

Tausch und kostenlose Abgabe von gebrauchter Kinderkleidung (Säugling – Jugendliche), Umstandskleidung, Kinderbücher, Spielsachen, Schulzubehör. Bücherregal für Tausch und Mitnahme.

Glückskiste Ökumenischer Kleiderladen

Turnerstraße 36, 69126 Heidelberg

(in den Räumen des Tafelladens Rat und Tat St Elisabeth, siehe „Essen und Trinken“)

Di: 10.00 – 12.30 Uhr, Do: 15.00 – 18.00 Uhr

Kleidung für Frauen und Kinder, Spielsachen.

Keine Spendenabgabe von gebrauchten Kleidungsstücken möglich.

Kleiderstube Emmertsgrund

Emmertsgrundpassage 9, 69126 Heidelberg



 380900

Mo: 17.00 – 19.00 Uhr, Di: 10.00 – 12.00 Uhr, Mi: 15.00 – 17.00 Uhr

Tausch und kostenlose Abgabe von gebrauchter Kinder- und Erwachsenenkleidung, Haushaltszubehör, Kleinmöbel, Schulranzen, Kinderwagen, alles rund ums Baby (Erstausstattung, Babykleidung, Wickelkommode, Maxi-Cosi usw.)

Deutscher Frauenring / Second Hand Laden

Theaterstraße. 9, 69117 Heidelberg

 21123

Di, Mi, Do: 10.00 – 12.30 Uhr, 14.00 – 17.00 Uhr,

Sa: 10.00 – 13.00 Uhr.

Abgabe von Kleidern, Haushaltswaren, Geschirr und Kleinmöbeln zu günstigen Preisen.

Kleidung, Möbel, Hausrat

Recyclingkaufhaus der Heidelberger Dienste

Oftersheimer Weg (Recyclinghof der Stadt Heidelberg)

 **1410-54 Zentrale 1410-0**

E-Mail: dlz@hddienste.de

Internet: www.hddienste.de

Mo-Fr: 9.00 – 16.00 Uhr, Sa: 9.00 – 15.00 Uhr

Günstige gebrauchte Möbel und Haushaltsgegenstände, Second Hand-Kleidung, Bücher etc., unregelmäßig finden Versteigerungen (mit Fundsachen des Fundbüros) statt. Termine können erfragt werden.

bric & brac – Second-Hand Kaufhaus der ifa

Fabrikstraße 28, 69126 Heidelberg



 **36313-0**  **36313-20**

E-Mail: post@ifa-heidelberg.de

Mo-Fr: 10.00 – 18.00 Uhr, Sa: 10.00 – 16.00 Uhr

Second-Hand Kaufhaus für Möbel, Haushaltswaren, Elektrogeräte, Kleidung, Geschirr, Bilder, Bücher und vieles mehr. Die angebotenen Gegenstände sind Spenden oder stammen aus Haushaltsauflösungen. Preise können individuell ausgehandelt werden.

Recyclingkaufhaus der „Soziale Dienste Heidelberg“

Czernyring 15 (im Postgelände, Halle 7-10)

 **6479190**

E-Mail: info@sdheidelberg.de

Internet: www.recyclingkaufhaus.de

Mo-Fr: 9.00 – 18.00 Uhr, Sa: 9.00 – 15.00 Uhr

In dem privat betriebenen Second-Hand-Kaufhaus gibt es u.a. Möbel, Elektrogeräte, Hausrat, Lampen, Kleidung und Bücher. Einkaufen kann hier jedermann. Die Ware ist nicht ausgezeichnet und die Preise werden individuell gestaltet. Ermäßigungen aus sozialen Gründen sind möglich.

Kleidung, Möbel, Hausrat

Pfennigbasar

Veranstalter: Deutsch-Amerikanischer Frauenclub

Internet: www.gawc.de

3-tägiger Flohmarkt einmal im Jahr im Bürgerhaus Emmertsgrund.
Abwechselnd mit Kleidung und mit Hausrat zu „Pfennigpreisen“.

Der Pfennigbasar findet in der Zeit nach Fasching (Mitte Februar – Mitte März) statt. Zeitpunkt und Ort werden in der Presse und im Internet bekannt gegeben.

Wohnen und Unterkunft

Wohnen und Unterkunft

Günstige Wohnungen sind in Heidelberg sehr knapp. Und wenn man seine Wohnung verloren hat, ist es oft sehr schwierig, wieder eine zu finden. Wichtig ist, dass man es nicht erst zur Kündigung kommen lässt sondern schon vorher zum Amt für Soziales und Senioren bzw. Jobcenter geht.

Wenn man dann doch keine Wohnung mehr hat, gibt es in Heidelberg viele soziale Institutionen, die einen bei der Suche unterstützen und auch oft ein Obdach organisieren können. Es gibt auch einen kleinen Spezialwegweiser der Wohnungslosenhilfe, der noch genauere Informationen enthält.

Fachstelle für Wohnungsnotfälle im Amt für Soziales und Senioren

Bergheimer Str. 155, 69115 Heidelberg,

 **58-38480 oder 58-37850**  **58-39990**



E-Mail: sozialamt@heidelberg.de

Di, Do, Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Hilfen zum Erhalt oder zur Erlangung von Wohnraum, sowie Unterbringung in Unterkünften oder Notwohnungen

Wohngeldbehörde im Amt für Soziales und Senioren

Bergheimer Str. 69, 69115 Heidelberg

 **58-38710 bis 58-38720**  **58-38900**

E-Mail: sozialamt@heidelberg.de

Di, Do, Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Die Antragsformulare für Wohngeld können auch bei den Bürgerämtern der Stadt abgeholt und abgegeben werden.

Wohnen und Unterkunft

Obdach e.V.

Bahnhofstraße 3, 69115 Heidelberg



☎ 1875520 (Geschäftsstelle), 1875530 (Sozialarbeiter)

☎ 619508

E-Mail: verein@obdach-hd.de

Internet: www.obdach-hd.de

Mo-Fr: 9.00-13.00 Uhr

Wohnung, Betreuung und Beschäftigung mit dem Ziel, alleinstehende Menschen mit sozialen Schwierigkeiten von der Straße zu holen und ihnen die Rückkehr in ein geregeltes Leben zu ermöglichen.

Wohnungslosenhilfe im Karl-Klotz-Haus

SKM-Katholischer Verein für soziale Dienste in Heidelberg e.V.

Kaiserstraße 88-92, 69115 Heidelberg

☎ 163659 ☎ 619775

E-Mail: KarlKlotzHaus@skm-heidelberg.de

Internet: www.skm-heidelberg.de

Mo, Mi, Fr: 9.00 – 11.30 Uhr (Fachberatungsstelle)

Fachberatungsstelle für wohnungslose Menschen, Wärmestube, Tagessatzauszahlung; Essensmöglichkeit für begrenzte Personenzahl, 1,50 € pro Mahlzeit.

Im Winterhalbjahr gibt es eine Übernachtungsmöglichkeit in Containern. Diese städtische Einrichtung, die kein Wohnungsersatz ist, sondern Schutz vor der Kälte bietet, wird vom SKM organisiert und betreut. Die Notquartiere sind für wohnungslose Frauen und Männer offen. Ein Mitarbeiter ist von 18.30 Uhr bis 7.30 Uhr anwesend und für die Betreuung verantwortlich.

Wohnen und Unterkunft

FrauenRaum Wohnungslosenhilfe des SKM für Frauen

Im Mörgelgewann 17/2, 69124 Heidelberg

☎ 9853685 📠 6528430

E-Mail: FrauenRaum@skm-heidelberg.de

Internet: www.skm-heidelberg.de

Mo, Mi, Fr: 9.00 – 12.00 Uhr, Di, Do: 13.00 – 16.00 Uhr

Begegnungsstätte mit Essens- und Kleiderausgabe und Fachberatungsstelle für Frauen in Wohnungsnot und besonderen sozialen Schwierigkeiten.

Wichernheim

Plöck 13-21, 69117 Heidelberg



☎ 149860 📠 149869

Mo-Fr: 8.00 – 16.30 Uhr

Im Wichernheim können wohnungslose Menschen stationäre und ambulante Wiedereingliederungsmaßnahmen durchführen. Außerdem gibt es Übernachtungsplätze für wohnungslose Menschen ohne gewöhnlichen Aufenthalt.

In der Werkstatt des Wichernheimes (Plöck 16) werden Stuhlgeflechtarbeiten und Schreinerarbeiten durchgeführt.

Karl-Bähr-Haus

Wohnmöglichkeit für Straftatlassene.

(siehe „Beratung und Auskunft“)

Heidelberger Werkgemeinschaft e.V.

Wohnmöglichkeiten für Menschen mit psychischen Problemen.

(siehe „Gesundheit und Selbsthilfe“)

Jugendagentur Heidelberg

Wohnmöglichkeiten in betreuten Wohngemeinschaften.

(siehe „Kinder und Jugend“)

Wohnen und Unterkunft

AUSBILDUNGSHAUS Heidelberger Dienste GmbH

Hospitalstraße 5, 69115 Heidelberg

 **1410-35** 

E-Mail: krohne@hddienste.de

Internet: www.hddienste.de

Das AUSBILDUNGSHAUS bietet jungen Erwachsenen während der Dauer ihrer schulischen oder dualen Ausbildung kostengünstige Wohnmöglichkeiten. Neben modern möblierten Zimmern bietet das AUSBILDUNGSHAUS das Zusammenleben mit anderen Azubis, Lern- und Begegnungsräume, Seminar- und Freizeitprogramm sowie berufspädagogische Ansprechpartner vor Ort.

Zimmervermietungen

www.wg-gesucht.de

Studierendenwerk Heidelberg / Wohnheime

Wohnheimverwaltung: Marstallhof 1, 69117 Heidelberg

 **542706**

E-Mail: wohnen@stw.uni-heidlebrg.de

Internet: www.studierendenwerk-heidelberg.de

Günstiger Wohnraum für Studierende. Eine Online-Bewerbung ist unter www.studierendenwerk-heidelberg.de möglich.

Studierendenwerk Heidelberg / Privat-Zimmervermittlung

Internet: www.studierendenwerk-heidelberg.de

ServiceCenter am Uniplatz, Grabengasse 14, 69117 Heidelberg

Mo-Do: 9.00 – 17.00 Uhr Fr: 9.00 – 15.00 Uhr

InfoCafé International in der Zentralmensa, INF 304, 69120 Heidelberg

Mo-Do: 10.00 – 17.00 Uhr Fr: 10.00 – 15.00 Uhr

Veröffentlichung von Zimmer- und Wohnungsangeboten online, sowie im ServiceCenter und im InfoCafé International. Kontaktdaten der VermieterInnen werden vor Ort gegen Vorlage des Studenausweises, der Immatrikulationsbescheinigung oder einer Kopie des Abiturzeugnisses herausgegeben.

Wohnen und Unterkunft

Wohnungsbaugesellschaften

Die Wohnungsbaugesellschaften in Heidelberg bieten am ehesten noch günstige Wohnungen an.

Für öffentlich geförderte Sozialwohnungen benötigt man einen Wohnberechtigungsschein. Er kann bei den Bürgerämtern der Stadt Heidelberg beantragt werden.

- **Baugenossenschaft Neu Heidelberg eG**,
Rohrbacher Straße 56- 58, 69115 Heidelberg,
☎ 9821-0, Internet: www.neu-hd.de
- **Gesellschaft für Grund- und Hausbesitz Heidelberg**,
Bergheimer Straße 109, 69115 Heidelberg,
☎ 5305-100 (Kontakt für Mietinteressenten),
E-Mail: vermietung@ggh-heidelberg.de
Internet: www.ggh-heidelberg.de
- **Baugenossenschaft Familienheim HD e.G.**,
Weberstraße 4, 69120 Heidelberg
☎ 5373-0, Internet: www.familienheim-heidelberg.de
- **FLÜWO Bauen Wohnen eG**,
Kranichweg 31, 69123 Heidelberg
☎ 7481-0 (Servicetelefon); Internet: www.fluewo.de
- **Evangelische Stiftung Pflege Schönau**, Zähringerstraße 18,
69115 Heidelberg,
☎ 9109-0, Internet: www.esp-schoenau.de
- **Pfälzer Katholische Kirchenschaffnei**,
Eisenlohrstraße 8, 69115 Heidelberg,
☎ 9001-0, Internet: www.schaffnei-hd.de
- **Bauhütte Heidelberg**, Schillerstraße 26/1, 69115 Heidelberg,
☎ 67207-0, Internet: <https://bhh1949.de>

Wer in eine Genossenschaftswohnung ziehen möchte, muss in der Regel Anteilseigner der Genossenschaft werden, also ggf. Anteile erwerben.

Wohnen und Unterkunft

Jugendherberge Heidelberg

Tiergartenstraße 5, 69120 Heidelberg



65119-0 65119-28

E-Mail: info@jugendherberge-heidelberg.de

Internet: jugendherberge.de

Voraussetzung für die Einmietung ist die Mitgliedschaft im Deutschen Jugendherbergswerk oder einem ausländischen Jugendherbergswerk, die Mitgliedschaft kann vor Ort erworben werden. Bei Familien sind alle Kinder unter 6 Jahren frei.

Wohnberatung im Technischen Bürgeramt

Kornmarkt 1 (Prinz Carl) 69117 Heidelberg

58-25300 58-25900

E-Mail: wohnberatung@heidelberg.de

Die Wohnberatung ist die Fachstelle für barrierefreies Planen, Bauen, Wohnen und Ansprechpartnerin rund um das Thema „Wohnen im Alter und mit Behinderung“.

Mieterverein Heidelberg

Poststraße 46, 69115 Heidelberg



20473 163418

E-Mail: beratung@mieterverein-heidelberg.de

Internet: www.mieterverein-heidelberg.de

Mo-Do: 9.00 – 12.00 Uhr, 14.00 – 18.00 Uhr, Fr: 9.00 – 14.00 Uhr

Kostenlose Beratung für Mitglieder in Mietrechtsfragen.

Jahresbeitrag: 64 €, SGB II

SGB XII oder BAföG-Empfänger: 32 €

Beratung in den Räumen der Geschäftsstelle in der Poststraße 46.

Engagement und Ehrenamt

Engagement und Ehrenamt

Man kann sich bei allen Wohlfahrtsverbänden und sehr vielen sozialen Institutionen freiwillig engagieren. Dies kann aus sozialer Isolierung, die oft entsteht, wenn man kein Geld hat, heraushelfen. Zudem sind oft Qualifizierungen möglich. Für einige ehrenamtliche Tätigkeiten gibt es auch Aufwandsentschädigungen, d.h. ein klein wenig Geld.

FreiwilligenAgentur Heidelberg

Forum am Park, Poststraße 11, 69115 Heidelberg



7262172 7262175

E-Mail: freiwilligenagentur@paritaet-hd.de

Internet: www.paritaethd.wordpress.com

Di: 14.00 – 16.00 Uhr, Mi: 9.00 – 12.00, 16.00 – 19.00 Uhr

Do: 10.00 – 14.00 Uhr und nach Vereinbarung

In der FreiwilligenAgentur werden Kontakte hergestellt zwischen Bürgern, die sich freiwillig engagieren wollen, und Organisationen, die Freiwillige mit dem Wunsch nach bürgerschaftlichem Engagement suchen.

Einsatzbereiche für Ehrenamt

Die Nachbarschaftshilfen (siehe „Unterstützung im Alltag“) vermitteln zur Unterstützung im Haushalt und bei der persönlichen Lebensführung gegen eine Aufwandsentschädigung ehrenamtliche Kräfte. Die Aufwandsentschädigung wird in der Regel bei der Grundsicherung nicht als Einkommen bewertet.

Beispielhaft einige Institutionen mit Einsatzmöglichkeiten:

- Asylarbeitskreis Heidelberg e.V.
- Deutscher Kinderschutzbund Heidelberg
- Caritasverband Heidelberg
- Diakonisches Werk Heidelberg
- Deutsches Rotes Kreuz

Nicht nur in diesen Institutionen gibt es Hauptamtliche, die sich besonders kümmern.

Freizeit

Freizeit

Gerade, wenn man arm ist, ist es sehr wichtig, soziale Kontakte zu pflegen und am sozialen und kulturellen Leben teilzunehmen (siehe auch „Kultur und Medien“). Der Heidelberg-Pass und der Heidelberg-Pass+ bieten Angebote für günstige oder kostenlose Möglichkeiten einer guten Freizeitgestaltung.

Heidelberg-Pass und Heidelberg-Pass+

Es gibt zwei Varianten des Heidelberg-Passes: Den **Heidelberg-Pass**, den vor allem die Bezieher von SGB II und XII bekommen, sowie den **Heidelberg-Pass+**, den vor allem Familien mit Kindern und einem geringen Einkommen erhalten.

Anspruchsberechtigt für den **Heidelberg-Pass+** sind:

- Familien, Lebensgemeinschaften und Alleinerziehende mit mindestens einem kindergeldberechtigten Kind, das mit ihnen in häuslicher Gemeinschaft lebt
- Familien mit einem kindergeldberechtigten schwerbehinderten Kind
- Bezieher von Kriegsofopferfürsorgeleistungen
- Bürger/innen ab 65
- Rentner/innen

soweit diese Personen nur über ein, die entsprechende Einkommensgrenze nicht überschreitendes Einkommen verfügen und **keinen** Anspruch auf Arbeitslosengeld II, Sozialgeld, Grundsicherung, Hilfe zum Lebensunterhalt, Wohngeld oder Kinderzuschlag haben.

Alle, die einen Anspruch auf Sozialleistungen haben, also Bezieher/innen von Grundsicherung für Arbeitssuchende (Arbeitslosengeld II) sowie Sozialgeld, Grundsicherung/Hilfe zum Lebensunterhalt (SGB XII), Asylbewerberleistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, Wohngeld mit minderjährigen Kindern oder Kinderzuschlag, bekommen den **Heidelberg-Pass**. Heidelberg-Pass-Besitzer/-innen haben im wesentlichen Anspruch auf alle Leistungen des Heidelberg-Passes+, müssen aber in Teilbereichen wie beim Mittagessen oder einer Vereinsmitgliedschaft bei den zu-

ständigen Leistungsträgern Einzelanträge im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets der Bundesregierung stellen.

Die Heidelberg-Pässe werden von den Bürgerämtern der Stadt ausgegeben und müssen dort beantragt werden.

Erforderlich ist der Nachweis der Anspruchsvoraussetzungen, d.h. in der Regel ein Einkommensnachweis/Bewilligungsbescheid der letzten 3 Monate, ein Lichtbild für jede Person über 6 Jahre (nicht bei Verlängerung). Die Heidelberg-Pässe werden jeweils für ein Jahr ausgestellt, für Senioren und Seniorinnen unbefristet.

Bürgerämter befinden sich in allen Stadtteilen. Das (Haupt-) Bürgeramt der Stadt befindet sich in der Bergheimer Straße 69

 **58-17000 / -17010.**

E-Mail: buengeramt@heidelberg.de

Vergünstigungen gibt es mit dem Heidelberg-Pass+ und dem Heidelberg-Pass zum Beispiel für:

- Übernahme des Elternentgelts für alle Kinder ab Vollendung des ersten Lebensjahres bis zum Schuleintritt für den Besuch einer Kindertageseinrichtung (Krippen, Kindergärten oder Tagespflege) ab dem 1. September 2018
- Kostenloses Mittagessen in allen Kindertagesstätten (bei Heidelberg-Pass in Verbindung mit Leistungen für Bildung und Teilhabe)
- 1€ Mittagessen für Kinder in öffentlichen Schulen (bei Heidelberg-Pass Inhabern in Verbindung mit Leistungen für Bildung und Teilhabe)
- Vereinsmitgliedschaften
- Eintritt in Schwimmbäder
- Eintritt Kurpfälzisches Museum
- Eintritt Tiergarten
- Stadtbücherei
- Theater, Orchester und Jugendtheater der Stadt
- Volkshochschule und die Akademie für Ältere

Freizeit

- Musikschule
- Kostenloser Ferienpass für die Sommerferien
- Sozialticket RNV
- Feriengutscheine für Kinder (siehe „Kinder und Jugend“)

Die genauen Details können bei den Bürgerämtern erfragt oder auf der Homepage der Stadt nachgeschaut werden. Dort gibt es auch ein Online Antragsformular.

Heidelberg-Pass-Besitzer/-innen müssen für ihre minderjährigen Kinder in Teilbereichen wie z.B. beim Mittagessen oder einer Vereinsmitgliedschaft bei den zuständigen Leistungsträgern (Jobcenter oder Sozialamt)

Einzelanträge im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets der Bundesregierung stellen.

Leistungen für Bildung und Teilhabe

(siehe „Kinder und Jugend“)

Landesfamilienpass

Der Landesfamilienpass wird wie der Heidelberg-Pass von den Bürgerämtern der Stadt ausgegeben und muss dort beantragt werden.

Anspruchsberechtigt sind:

- Familien mit mindestens drei kindergeldberechtigten Kindern, die mit ihren Eltern in häuslicher Gemeinschaft leben
- Familien mit nur einem Elternteil, die mit mindestens einem kindergeldberechtigten Kind in häuslicher Gemeinschaft leben
- Familien mit einem kindergeldberechtigten, schwerbehinderten Kind
- Familien, die SGB II- beziehungsweise kinderzuschlagsberechtig sind und die mit einem oder zwei kindergeldberechtigten Kindern in häuslicher Gemeinschaft leben
- Familien, die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhalten und mit mindestens einem Kind in häuslicher Gemeinschaft leben

An die Inhaber des Landesfamilienpasses werden jährlich von den Bürgerämtern Gutscheine für den Besuch staatlicher Schlösser und Museen wie z.B. Heidelberger Schloss, Badisches Landesmuseum Karlsruhe, Museum für Technik und Arbeit in Mannheim ausgegeben.

Kulturpass

**Heidelberger Zweigstelle, Alte Eppelheimer Str. 38,
69115 Heidelberg, (in den Räumen des Heidelberger
Selbsthilfebüros, Hinterhof links, 1. OG, Raum 1.10)**

☎ 3219174

E-Mail: info@kulturparkett-rhein-neckar.de
www.kulturparkett-rhein-neckar.de

Mi: 17.00 – 18.30 Uhr

Außerhalb der Öffnungszeiten bitte an die Hauptstelle
in Mannheim wenden:

Kulturparkett Rhein-Neckar e.V., S 3,12, 68161 Mannheim

☎ 0621/44599550 ☎ 0621/451899919161284

Mo-Fr: 17.00 – 20.00 Uhr, Sa: 12.00 – 16.00 Uhr

Herausgeber des Kulturpasses ist der Verein „Kulturparkett
Rhein-Neckar e.V.“

Mit dem Kulturpass können Menschen, welche die Voraussetzungen des Heidelberg-Passes und des Heidelberg-Passes+ „erfüllen“, kostenlos Karten für eine Vielzahl von kulturellen Veranstaltungen in der Metropolregion erhalten. Die Ausgabe erfolgt bei allen Bürgerämtern zusammen mit der Ausstellung der Heidelberg-Pässe. Die aktuellen Karten (Programm) finden Sie auf der Homepage des Kulturparketts: www.kulturparkett-rhein-neckar.de

Freizeit

Sportkreis Heidelberg

Harbigweg 5, 69124 Heidelberg

☎ 43205-0 ☒ 43205-29

E-Mail: info@sportkreis-heidelberg.de

Beiträge für Vereinsmitgliedschaften von minderjährigen Kindern können im Rahmen der Leistungen für Bildung und Teilhabe übernommen werden.

Inhaber/innen von einem Heidelberg-Pass bzw. Heidelberg-Pass+ erhalten eine Förderung von 50 % im ersten Jahr der Mitgliedschaft (50 % Stadt und 50 % Inhaber). Ab dem zweiten Jahr erhalten Sie eine Förderung von insgesamt 66 % (1/3 Stadt, 1/3 Verein, 1/3 Inhaber)

Darüber hinaus gibt es in Einzelfällen bei einzelnen Sportvereinen die Möglichkeit, bei geringem Einkommen ermäßigte oder kostenlose Mitgliedschaften zu bekommen. Nähere Informationen dazu beim Sportkreis. Dies gilt besonders auch für Kinder und Jugendliche.

Kulturfenster e.V.

Kultur- und Freizeitangebote für Kinder, Jugendliche und Familien (siehe „Kinder und Jugend“).

Gesundheit und Selbsthilfe

Gesundheit und Selbsthilfe

Armut ist ein Gesundheitsrisiko, weil es z.B. viel schwerer ist, sich gesund zu ernähren oder die medizinische Versorgung manchmal weniger gut ist.

Zuzahlungen im Gesundheitswesen

Zwar ist derzeit die Praxisgebühr ausgesetzt, weitere Zuzahlungen bestehen aber noch. Von den Zuzahlungen z.B. für Medikamente, kann man befreit werden, wenn die Zuzahlungen 2% des Familienbruttoeinkommens (bei chronisch Kranken 1 %) überschreiten. Als chronisch krank gilt man, wenn man mind. ein Jahr lang in jedem Quartal ärztlich behandelt wurde und ein weiteres Kriterium zutrifft (Pflegegrad 3-5, GdB von mindestens 60% oder das Erfordernis einer kontinuierlichen medizinischen Versorgung). Beantragt wird dies bei der jeweiligen Krankenkasse. Die Befreiung gilt immer für das laufende Kalenderjahr und wird über die tatsächlich geleisteten Zuzahlungen nachgewiesen. Aber Vorsicht – manchmal fordern Ärzte für bestimmte Leistungen Eigenanteile, die die Kassen nicht übernehmen.

Gesundheitsamt

Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis
Kurfürstenanlage 38-40, 69115 Heidelberg



522-1872; **Zentrale: 522-0** 522-1840

E-Mail: gesundheitsamt@rhein-neckar-kreis.de

Internet: www.gesundheitsamt-bw.de

Von Aids- bis umweltmedizinischer Beratung/Umwelttelefon sowie Informations- und Kontaktstelle in vielfältigen Gesundheitsfragen (z.B. Frühförderung, Sucht, psychische Erkrankungen, Infektionsschutz). Die jeweiligen Beratungszeiten sind telefonisch zu erfragen. Das Gesundheitsamt berät unter anderem zu sexuell übertragbaren Krankheiten. Zudem unterstützt und schützt es psychisch kranke Menschen.

Gesundheit und Selbsthilfe

Versorgungsamt

Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis
Eppelheimer Straße 15, 69115 Heidelberg



☎ 522-2888; Zentrale 522-0 📠 522-2717

E-Mail: versorgungsamt@rhein-neckar-kreis.de

Internet: www.rhein-neckar-kreis.de

U.a. zuständig für die Feststellung der Schwerbehinderteneigenschaft und die Ausstellung des Behindertenausweises, der viele Vergünstigungen ermöglicht.

Heidelberger Selbsthilfebüro

Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg



☎ 184290 📠 161331

E-Mail: info@selbsthilfe-heidelberg.de

Internet: www.selbsthilfe-heidelberg.de

Mo, Mi: 10.00 – 13.00 Uhr, Di: 14.00 – 16.00 Uhr, Do: 14.00 – 18.00 Uhr

Beratung zu bestehenden Selbsthilfegruppen, Begleitung bei Gruppen Gründungen, Information und Beratung zu Gesundheit, Behinderung, Selbsthilfe.

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)

c/o Heidelberger Selbsthilfebüro,
Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg



☎ 184290 📠 161331

E-Mail: info@eutb-heidelberg.de

Internet: www.selbsthilfe-heidelberg.de

Di: 14.00 – 16.00 Uhr, Mi: 10.00 – 13.00 Uhr, Do: 14.00 – 18.00 Uhr, und nach Vereinbarung

Die beim Heidelberger Selbsthilfebüro ab 2018 neu angesiedelte Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) steht allen ratsuchenden Menschen mit Behinderung aus der Region und ihren Angehörigen zur Verfügung. Die Beratung soll insbesondere im Vorfeld vor der Beantragung von konkreten Leistungen Informationen und Orientierung geben.

Gesundheit und Selbsthilfe

Ein wichtiges Prinzip ist hierbei das „Peer-Counseling“, dass also Menschen, die selbst mit einer Behinderung leben, andere beraten.

FrauenGesundheitsZentrum Heidelberg e.V.

Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg



21317 160706

E-Mail: info@fgz-heidelberg.de

www.fgz-heidelberg.de

Di: 10.00 – 12.00 Uhr, Do: 16.00 – 18.00 Uhr

Beratungsstelle zum Thema Frau und Gesundheit, im Besonderen zu Essstörungen und Vermittlung zu anderen Hilfsdiensten. Die Beraterinnen unterliegen der Schweigepflicht.

MediNetz c/o Asylarbeitskreis Heidelberg

**Plöck 101, 69117 Heidelberg und Lutherstraße 15-17,
68169 Mannheim (Bürgerhaus Neckarstadt-West)**

0157 75438815 (Anrufbeantworter)

Internet: www.medinetz-rhein-neckar.de

Sprechstunde: Mi: 17.00 – 18.00 Uhr im Bürgerhaus Neckarstadt-West

Menschenrechtsinitiative, organisiert Termine bei Ärzten, die Menschen ohne gültigen Aufenthaltsstatus und ohne Zugang zum Gesundheitswesen, in der Regel kostenlos bzw. zum Unkostenpreis behandeln.

Es werden keine Daten oder Informationen an Dritte weitergegeben. Bei Bedarf stehen auch Dolmetscher zur Verfügung.

Patientenfürsprecherinnen in Heidelberg

**Hauptstraße 29, 69117 Heidelberg (in den Räumen der
IBB-Stelle Heidelberg, Hinterhof, 1. OG)**

58-38940 (mit Anrufbeantworter, wird täglich abgehört)

E-Mail: patientenfuesprecher@ibb-hd.de

Sprechzeiten nach Vereinbarung

Gesundheit und Selbsthilfe

Interessenvertretung für psychisch kranke Menschen und ihre Angehörigen.

pro familia Heidelberg

(siehe „Beratung und Auskunft“)

Sozialdienst kath. Frauen e.V. / Schwangerschaftsberatung

(siehe „Beratung und Auskunft“)

Psychologische Beratungsstelle der PSH e.V.

**Rohrbacher Str. 72 (Eingang über Zähringerstraße),
69115 Heidelberg**

 **412481**  **5860162**

E-Mail: beratung@psh-heidelberg.de

Internet: www.psh-heidelberg.de

Telefonsprechzeiten: Mo, Mi, Do, Fr: 13.00 – 14.00 Uhr,

Di: 18.00 – 20.00 Uhr

Erste Hilfe bei Lebenskrisen, kostenlose und zeitnahe Erstberatung,
Informationen über Therapieangebote in der Region und weiterführende
psychologische Behandlung.

Sozialpsychiatrischer Dienst des Diakonischen Werks

Karl-Ludwig-Straße 6, 69117 Heidelberg

 **5375-50**  **537575**

E-Mail: dw-spdi@dwhd.de

Internet: www.diakonie-heidelberg.de

Di, Do: 9.30 – 12.00 Uhr, Fr: 14.00 – 16.00 Uhr

Beratung und Unterstützung bei psychiatrischen Erkrankungen.

Gesundheit und Selbsthilfe

AIDS-Hilfe Heidelberg e.V.

Rohrbacher Straße 22, 69115 Heidelberg

 **19411**  **168837**

E-Mail: info@aidshilfe-heidelberg.de

Internet: www.aidshilfe-heidelberg.de

Mo: 10.00 – 14.00 Uhr, Di: 14.00 – 16.00 Uhr, Mi: 16.00 – 18.00 Uhr,

Fr: 13.00 – 15.00 Uhr

Beratung rund um HIV und AIDS sowie Begleitung und Selbsthilfe für HIV-Positive und deren Zugehörigen – persönlich, telefonisch, und auf Wunsch anonym. Angebote für Schüler/innen und die Allgemeinheit.

Heidelberger Werkgemeinschaft e.V.

Kaiserstraße 6, 69115 Heidelberg

 **474843**  **472035**

E-Mail: info@hwg-hd.de

Internet: www.heidelberger-werkgemeinschaft.de

Telefonisch erreichbar zu folgenden Zeiten:

Mo: 11.00 – 12.00 Uhr, 13.00 – 14.00 Uhr, Di: 12.00 – 14.00 Uhr,

Mi: 13.00 – 14.00 Uhr, 15.00 – 16.00 Uhr,

Do: 10.00 – 12.00 Uhr, 13.00 – 14.00 Uhr, Fr: 11.00 – 12.00 Uhr

Beratung und Information für psychisch kranke Menschen zum Thema Wohnen im ambulanten Bereich sowie Wohnmöglichkeiten für betroffene Personen. Diese umfassen sowohl Wohngemeinschaften als auch das Wohnen in der eigenen Wohnung.

Kinder und Jugend

Kinder und Jugend


Kinder und Jugendliche sind besonders von Armut betroffen. Es gibt ein breit ausgebautes Netz an Beratungsstellen, welche bei Problemen, gerade auch in schwierigen sozialen Situationen, helfen. Aber auch im Freizeitbereich gibt es sehr viele Angebote für Kinder und Jugendliche, die kostenlos sind oder bei denen Ermäßigungen möglich sind.

Kinderbetreuungskosten

Kosten für Kinderbetreuung können bei geringem Einkommen auf Antragstellung vom Kinder- und Jugendamt übernommen werden. Für Kleinkinder bis 3 Jahren gibt es zusätzlich unter bestimmten Voraussetzungen Gutscheine. Diese gibt es bei den Betreuungseinrichtungen, den Bürgerämtern und dem Kinder- und Jugendamt (siehe auch „Heidelberg-Pass“).


Bildung und Teilhabe

**für Empfänger von Leistungen nach dem SGB II (Hartz IV):
Jobcenter Heidelberg, Speyerer Str. 6, 69115 Heidelberg**

 **A - Ga 9159-459**
Gb - Kra 9159-106 oder -109
Krb - Ro 9159-114 oder -109
Rp - Z 9159-409

Internet: www.jobcenter-hd.de/bildung-und-teilhabe

(siehe auch „Arbeit und Bildung“)

**für Empfänger von Leistungen nach dem SGB XII, Wohngeld,
Kinderzuschlag: Amt für Soziales und Senioren,
Bergheimer Str. 155, 69115 Heidelberg,  58-38718 u. 58-37400**

Im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets ist die Übernahme von Kosten für folgende Leistungen möglich:

- Schulausflüge, Klassenfahrten und Kindertagesstätten-Ausflüge
- persönlicher Schulbedarf als Pauschale
- Schülerbeförderungskosten
- Lernförderung (Nachhilfe)

Kinder und Jugend

- Gemeinschaftliche Mittagsverpflegung in Schule und Kindergarten bzw. Kindertagespflege (Eigenanteil 1 Euro pro Essen)
- Mitgliedsbeiträge in Vereinen

Heidelberg-Pass und Heidelberg-Pass+

(siehe „Freizeit“)

Familienbüro

Plöck 2a, 69117 Heidelberg

 5837888

E-Mail: familienoffensive@heidelberg.de

Sprechstunde Plöck 2a, Mi: 9.30 bis 13.00 Uhr

Das Familienbüro bietet Eltern mit Neugeborenen frühzeitige Informationen über Unterstützungsangebote. Es handelt sich um ein Serviceangebot des Kinder- und Jugendamtes Heidelberg und vermittelt neben Informationen über Beratungsangebote auch Informationen zu Kinderbetreuung, Eltern-Kind-Angeboten, finanziellen Unterstützungsleistungen usw. (Beratungs- und Vernetzungsstelle).

Anlaufstelle „Frühe Hilfen“

Marsilius Arkaden, Turm West, 7. Stock, Im Neuenheimer Feld 130.3, 69120 Heidelberg

 5638030

E-Mail: fruehe.hilfen@med.uni-heidelberg.de

Internet: www.med.uni-heidelberg.de


Anlaufstelle zur Unterstützung von Eltern während der Schwangerschaft und bis zum 3. Lebensjahr des Kindes. Die Anlaufstelle berät und vermittelt in weitere Unterstützungsangebote.

Es besteht beispielsweise die Möglichkeit, belasteten bzw. Hilfe suchenden Familien eine Familien-/Kinderkrankenschwester zu vermitteln. Diese kann die Familie bereits in der Schwangerschaft und nach der Geburt zu Hause besuchen und im direkten Umgang mit dem Kind unterstützen.

Kinder und Jugend

Erziehungsberatungsstelle des Jugendamtes Heidelberg

Plöck 2a, 69117 Heidelberg


 **58-38080**

E-Mail: erziehungsberatung@heidelberg.de

Anlaufstelle und Beratung bei allen Problemen in der Erziehung.

Zentrum für Psychosoziale Medizin in der Universitätsklinik

Bergheimer Straße 54, 69115 Heidelberg

 **56-4701**

Sprechstunde für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern

Beratungs- und Therapieangebot für Eltern mit Kindern bis zu 3 Jahren, bei Problemen mit Essen, Schlafen, Aggressionen, ständigem Schreien etc.

Schulpsychologische Beratungsstelle

Friedrich-Ebert-Anlage 51 c, 69117 Heidelberg

 **97640**  **292 97642**

Email: spbs@hd.ssa-ma.kv.bwl.de

Anlaufstelle und Beratung bei allen Problemen im Bereich Schule.

Psychotherapeutische Hochschulambulanz für Kinder und Jugendliche

**Psychologisches Institut, Universität Heidelberg
Hauptstraße 47-51, 69117 Heidelberg**

 **547643**

E-Mail: hochschulambulanz@psychologie.uni-heidelberg.de

Internet: www.hochschulambulanz.uni-hd.de

Die aktuellen Sprechzeiten finden Sie auf unserer Homepage.

Psychotherapie (Schwerpunkt Verhaltenstherapie und Tiefenpsychologie)

Kinder und Jugend

Institut für analytische Kinder- und Jugendlichen- psychotherapie

Posseltstraße 2 und Lessingstraße 24, 69121 Heidelberg

 **439198**

E-Mail: info@akjp-hd.de

Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche in Krisen und Erziehungsfragen, psychotherapeutische Ambulanz für Kinder und Jugendliche.

Sonderpädagogisches Beratungszentrum

Schützenhausstr. 34, 69151 Neckargemünd

 **06223 807-280**  **06223 807-240**

E-Mail: sbz@heimsos-ngd.kv.bwl.de

Internet: www.hsz-hdn.de

Beratung, Diagnostik und Frühförderung für Eltern mit behinderten Kindern.

Kinderschutz-Zentrum der Arbeiterwohlfahrt

Adlerstraße 1/6, 69123 Heidelberg



 **7392-132**  **7392-138**

E-Mail: kinderschutz-zentrum@awo-heidelberg.de

Internet: www.awo-heidelberg.de

Telefonzeiten: Mo-Fr: 10.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr

Beratungsstelle für alle, die mit Gewalt gegen Kinder und Jugendliche konfrontiert sind.

Psychologisches Zentrum für Schulleistungsstörungen der AWO.

Kinderschutzbund

Theaterstraße 11, 69117 Heidelberg

 **600300**  **169659**

E-Mail: info@kinderschutzbund-heidelberg.de

Internet: www.kinderschutzbund-heidelberg.de

Kinder und Jugend

Di: 10.00 – 12.00 Uhr, Mi: 12.00 – 14.00 Uhr, Do: 16.00 – 16.00 Uhr
Beratung und Informationen für Familien, Kinder, Eltern und Jugendliche bei allen Problemlagen.

Schulbox-Aktion, Wunschbaum, Begleiteter Umgang, Kleiderstube
Elterntelefon ☎ 0800/111 0 550

Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern des Caritasverbandes Heidelberg e.V.

Veit-Stoß-Str. 5, 69126 Heidelberg

☎ 409024 📠 9986631

E-Mail: team-eb@caritas-heidelberg.de
Internet: www.psychologischeberatung-hd-caritas.de

Mo-Do: 8.30 – 12.30 Uhr, 13.00 – 16.00 Uhr,
Fr: 9.00 – 12.00 Uhr

Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche in Krisen und Erziehungsfragen. Zudem bieten wir Familienmediation und begleiteten Umgang an.

Stadtjugendring Heidelberg

Harbigweg 5, 69124 Heidelberg

☎ 22180 📠 167288

E-Mail info@sjr-heidelberg.de
Internet: www.sjr-heidelberg.de

Vertretung aller Jugendverbände. Über den Stadtjugendring und den Landesjugendplan gibt es die Möglichkeit von individuellen Einzelschüssen u.a. für Freizeiten von Mitgliedsverbänden. Die Formulare sind auf unserer Webseite zu finden.

Studierendenwerk Heidelberg/Mensa for Kids

(siehe „Essen und Trinken“)

Kostenloses Essen für Kinder von Studierenden.

Kinder und Jugend

Jugendagentur Heidelberg

Römerstraße 23, 69115 Heidelberg

 **600620**  **180099**

E-Mail: info@jugendagentur-heidelberg.de

Internet: www.jugendagentur-heidelberg.de

Beratung und Begleitung für Jugendliche bei der Berufsorientierung. Förderung der Stärken und Strukturierung des Alltags von Jugendlichen. Beseitigung von Stolpersteinen (Probleme mit Schulden, Familie, Wohnung, Ämtern etc.), teilweise durch Kooperationspartner. Wohnungsangebote für junge Erwachsene.

Jugendmigrationsdienst des IB

Belfortstraße 2, 69115 Heidelberg



 **31695-39 oder -25**  **3169520**

Email: jmd-heidelberg@internationaler-bund.de

Internet: www.jugendmigrationsdienste.de

Bürozeiten: Mo-Fr: 9.00 – 17.00 Uhr

Termine nur nach Vereinbarung

Der Jugendmigrationsdienst Heidelberg unterstützt junge Menschen von 12-26 Jahren mit Migrationshintergrund bei der sprachlichen, schulischen, beruflichen und gesellschaftlichen Integration.

Kulturfenster e.V.

Kirchstraße 16, 69115 Heidelberg



 **13748-60**  **13748-79**

Email: kontakt@kulturfenster.de

Internet: www.kulturfenster.de

Kindertreff, Kindertheater, Spielmobil, Kultur- und Freizeitangebote für Kinder, Jugendliche und Familien, Kleinkunstabühne, Fortbildungen, Nachbarschaftstreff Bahnstadt (siehe „Jugendtreffs“).

Kinder und Jugend

LuCa Heidelberg e.V.

Untere Neckarstraße 17, 69117 Heidelberg

 **6525894**

E-Mail: mail@luca-heidelberg.de

www.luca-heidelberg.org

Genderfachstelle für Bildung und Gesundheitsförderung.

LuCa arbeitet mit Kindern und Jugendlichen geschlechtssensibel, das bedeutet, die spezifischen Belange von Mädchen bzw. Jungen werden berücksichtigt. Es gibt einen „Mädchentreff“ und einen „Jungentreff“ mit Hausaufgabenhilfe, kostenlosem Mittagessen und Unterstützung bei Problemen. Beratung, z.B. bei Essstörungen, Jugendberufshilfe und Gewaltprävention sowie Hilfen beim Übergang Schule-Ausbildung-Beruf (siehe „Jugendtreff“).

Kinderschutzbund/Kinderzentrum Emmertsgrund

Emmertsgrundpassage 29, 69126 Heidelberg



 **380900**

Mo-Fr: 15.00 – 19.00 Uhr, Sa: 11.00 – 15.00 Uhr

Offene pädagogische Einrichtung für Grundschul Kinder, sowie Beratungsmöglichkeiten. Malen, Basteln, Kochen, Nähen etc.

An Schultagen gibt es zwischen 6.45 Uhr und 7.45 Uhr kostenloses Frühstück für Schulkinder.

Evangelisches Kinder- und Jugendwerk

Rheinstraße 29/1, 69126 Heidelberg

 **22324**  **160766**

E-Mail: fsjler@jugendwerk-heidelberg.de

Internet: www.jugendwerk-heidelberg.de

Angebot von Ferienfreizeiten, Zuschussbearbeitung, Verleih und Vermietung von Spielsachen, einem Kleinbus und Räumlichkeiten im Markushaus.

Kinder und Jugend

Katholisches Jugendbüro Dekanat Heidelberg-Weinheim

Eisenlohrstraße 7 (im Hinterhaus), 69115 Heidelberg

 **905640**  **9056422**

E-Mail: kontakt@kja-hw.de

Internet: www.kja-hw.de


Mo: nach Vereinbarung, Di: 9.00 – 12.00, 13.00 – 16.00 Uhr,

Mi, Fr: 9.00 – 13.00 Uhr, Do: 9.00 – 12.00, 13.00 – 17.00 Uhr

Vermittlung von wöchentlichen Gruppenstunden bzw. Ferienfreizeiten der katholischen Jugendverbände und Kirchengemeinden, Beratung und Vermittlung von Zuschüssen für Ferienfreizeiten, Angebot von Veranstaltungen zu den Themen Bildung, Spiritualität, Freizeit und Politik.

Jugendhof Heidelberg e.V.

Hangäckerhöfe 2, 69126 Heidelberg-Rohrbach

 **314401**

E-Mail: jugendhof-hd@web.de

Internet: www.jugendhof-heidelberg.de

Offene Jugendarbeit in den Bereichen Landwirtschaft und Tiere sowie im handwerklich-kreativen Bereich (siehe „Jugendtreff“).

Sportjugend

Adresse Sportkreis (siehe „Freizeit“).

Jugendkulturpass

Für drei Euro im Jahr erhalten Jugendliche zwischen 14 und 20 Jahren Preisermäßigungen für Theater, Kino, Konzerte und viele andere kulturelle Angebote. Der Jugendkulturpass ist bei den Bürgerämtern erhältlich.

Jugendtreffs

Informationen für Jugendliche werden auch auf der Homepage der Stadt Heidelberg angeboten: www.heidelberg.de

Kinder und Jugend

Orte und Treffs in den Stadtteilen:

- **LuCa Heidelberg e.V.**, Untere Neckarstr. 17, 69117 Altstadt
☎ 6525894, E-Mail: mail@luca-heidelberg.de
Internet: www.luca-heidelberg.org
- **CityCult – Jugendtreff Altstadt**, Klingenteichstraße 12
(„Villa Klingenteich“), 69117 Altstadt
☎ 6732727, E-Mail: mail@citycult-heidelberg.de
Internet: www.citycult-heidelberg.de
- **Kulturfenster e.V.**, Kirchstr. 16, 69115 Heidelberg/Bergheim
☎ 1374860, E-Mail: kontakt@kulturfenster.de
Internet: www.kulturfenster.de
- **Haus der Jugend**, Römerstraße 87, 69115 Heidelberg/Südstadt
☎ 602926, 📠 168312, E-Mail: hausderjugend@heidelberg.de
oder hdj@hausderjugend-hd.de; Internet: www.hausderjugend.de
- **Kinder- und Jugendtreff Hasenleiser**, Erlenweg 5,
69126 Heidelberg/Hasenleiser
☎ 393600, E-Mail: kontakt@jugendtreff-hasenleiser.de
Internet: www.jugendtreff-hasenleiser.de
- **Jugendhof Heidelberg e.V.**, Hangäckerhöfe 2,
69126 Heidelberg/Hasenleiser
☎ 314401, E-Mail: jugendhof-hd@web.de
Internet: www.jugendhof-heidelberg.org
- **Kinderklub Kirchheim**, Oberdorfstraße 1,
69124 Heidelberg/Kirchheim
☎ 784477, E-Mail: info@kinderklub-kirchheim.de
Internet: www.kinderklub-kirchheim.de
- **Jugendtreff Kirchheim**, Hegenichstr. 2a ,
69124 Heidelberg/Kirchheim
☎ 781151, E-Mail: jugendarbeit-heidelberg@internationaler-
bund.de, Internet: www.jugendtreff-kirchheim.de
- **Kinder- und Jugendhaus Röhre**, Schwalbenweg 1/2,
69123 Heidelberg/Pfaffengrund
☎ 776024, E-Mail: roehre@awo-heidelberg.de
Internet: www.jugendhaus-roehre.de

Kinder und Jugend

- **Kinderzentrum Emmertsgrund**, Emmertsgrundpassage 29,
69126 Heidelberg/Emmertsgrund, ☎ 380900,
E-Mail: spielstube@kinderschutzbund-heidelberg.de
Internet: www.kinderschutzbund-heidelberg.de
- **Kinder- und Jugendzentrum Emmertsgrund**, Forum 1,
69126 Heidelberg/Emmertsgrund; ☎ 356341,
E-Mail: joachim.ritter@heidelberg.de
Internet: www.kinder-jugend-emmertsgrund.de
- **Treff Miteinander**, Emmertsgrundpassage 15b,
69126 Heidelberg/Emmertsgrund ; ☎ 896480,
E-Mail: Griseldis.Kumm@internationaler-bund.de
- **Jugendzentrum Holzwurm**, Am Waldrand 21,
69126 Heidelberg/Boxberg (Waldparkschule)
☎ 384427, E-Mail: info@holzwurm-boxberg.de
Internet: www.holzwurm-boxberg.de
- **Kinder- und Jugendhaus Treff Wieblingen**,
Mannheimer Straße 278, 69123 Heidelberg/Wieblingen
☎ 830440, E-Mail: treff-wieblingen@awo-heidelberg.de
Internet: www.treff-wieblingen.de
- **Waldtreff Handschuhsheim**, Kriegsstraße 16 – 18,
69121 Heidelberg/Handschuhsheim
☎ 32698-79, E-Mail: waldtreff-handschuhsheim@t-online.de
- **ZYUZ – Jugendtreff Ziegelhausen**, Brahmstraße 6,
69118 Heidelberg/Ziegelhausen
☎ 1371975, E-Mail: info@zyuz.de; Internet: www.zyuz.de

Kinder und Jugend


Ferienfreizeiten

Das Kinder- und Jugendamt kann in bestimmten Fällen Zuschüsse für die Teilnahmekosten für Ferienfreizeiten außerhalb Heidelbergs bezahlen. Nähere Auskünfte bei den Veranstaltern der Maßnahmen oder direkt beim Kinder- und Jugendamt, Wirtschaftliche Jugendhilfe.

 **58-31780**

Heidelberger Feriengutscheine

Kinder im Alter von 5 bis 13 Jahren mit gültigem Heidelberg-Pass/ Heidelberg-Pass+ bekommen Feriengutscheine. Diese werden mit den Pässen in den Bürgerämtern ausgegeben, können bei bestimmten Ferienangeboten von Heidelberger Trägern eingelöst werden und haben einen Wert von bis zu 110 € pro Woche.

Informationen:  **58-37980 oder 58-37991**

familienoffensive@heidelberg.de

www.heidelberg.de/ferienangebote


Ferienpass

In den Sommerferien bietet das Kinder- und Jugendamt der Stadt Heidelberg mit dem Heidelberger Ferienpass ein vielseitiges Programm für alle Heidelberger Kinder und Jugendlichen von 6 bis 16 Jahren.

Teilnahme durch den Erwerb des Ferienpasses. Er kostet derzeit 11 €.

Für Inhaber der Heidelberg-Pässe ist er kostenlos.

Auskünfte bei der Kinder- und Jugendförderung, Plöck 2a,

 **58-38310**

Ferienbetreuung päd-aktiv

An Heidelberger Grundschulen führt päd-aktiv eine Ferienbetreuung für alle Heidelberger Grundschul Kinder durch. Das Programm findet in allen Ferien von 8 bis 15 Uhr statt; an der Ganztageschule IGH gibt es eine zusätzliche Betreuung bis 17 Uhr.

Nähere Auskünfte bei päd-aktiv, Kurfürstenanlage 17/1, 69115 Heidelberg

 **1412-0**  **141240**

E-Mail: Kontakt@paed-aktiv.de

Kinder und Jugend

Stadtranderholung auf der Marienhütte

in den Oster-, Sommer- und Herbstferien.
Diakonisches Werk (siehe „Beratung und Auskunft“)

☎ **5375-0 (Zentrale) oder 5375-16**

E-Mail: marienhuetten@dwhd.de

Heidelberger Feriensuchmaschine

Jedes Jahr stellt die Stadt Heidelberg Ferienangebote für Kinder und Jugendliche von Fastnacht bis Weihnachten zusammen. Mit der Heidelberger Feriensuchmaschine ist es möglich, frühzeitig und verlässlich attraktive Freizeitangebote für die schulfreien Zeiten zu finden. Angebote, bei denen ein Feriengutschein eingesetzt werden kann, sind besonders gekennzeichnet.

Nähere Informationen bei der Kinder- und Jugendförderung, Plöck 2a

☎ **58- 37990**

E-Mail: familienoffensive@heidelberg.de,
www.heidelberg.de/ferienangebote

Kultur und Medien

Kultur und Medien

Auch wenn man kein Geld hat, sollen kulturelle Angebote zugänglich bleiben. Die öffentlichen Einrichtungen geben oft Ermäßigungen und wenn man sucht, findet man oft auch kostenlose Möglichkeiten z.B. für die Internetnutzung.

Heidelberg-Pässe

Mit den Heidelberg-Pässen erhält man in zahlreichen Einrichtungen im Kulturbereich Ermäßigung (siehe „Freizeit“).

Stadtbücherei Heidelberg

Poststraße 15, 69115 Heidelberg



☎ 58-36100 (Service) ☎ 58-36240

E-Mail: stadtbuecherei-kundenservice@heidelberg.de

Internet: www.stadtbuecherei-heidelberg.bib-bw.de

Di-Fr 10.00 - 20.00 Uhr, Sa 10.00 - 16.00 Uhr

Ausleihe von Büchern, Zeitschriften, audiovisuellen und elektronischen Medien, Internetnutzung, aktuelle Zeitungen zum Lesen vor Ort und vieles mehr. Für Kinder und Jugendliche bis einschließlich 17 Jahre ist die Ausleihe kostenlos. Für Erwachsene beträgt die Jahresgebühr 18 €, ermäßigte Jahresgebühr (z.B. mit Heidelberg-Pass) 10 €/9 €. Sie können sich auch eine Partnerkarte, Treuecard oder Metropolcard für viele Bibliotheken in der Region besorgen (siehe Homepage). Kostenloser WLAN-Zugang, Internet-PCs gegen Gebühr, Veranstaltungsprogramm für Kinder und Erwachsene, Literaturcafé.

Kulturpass

Kostenloser Zugang zu kulturellen Veranstaltungen in der Region (siehe „Freizeit“).

Medienzentrum im Bürgerhaus Emmertsgrund

Forum 1, 69126 Heidelberg



8967238

E-Mail: medienzentrum@emmertsgrund.de

Internet: www.buergerhaus-heidelberg.de

Mo-Fr: 10.00 – 18.00 Uhr

Nutzung von Büchern, Zeitschriften, audiovisuellen und elektronischen Medien, in geringem Umfang auch Verleih, kostenloser Internetzugang.

Rundfunkgebührenbefreiung

Der Antrag auf Befreiung von der Rundfunkgebührenpflicht ist bei der ARD ZDF Beitragsservicestelle in 50656 Köln zu stellen. Antragsformulare erhält man im Internet www.rundfunkbeitrag.de und bei den Bürgerämtern. Eine rückwirkende Befreiung ist nicht möglich.

Die Befreiung ist u.a. möglich für Empfänger von Leistungen nach SGB XII, SGB II und nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, für BAföG-Empfänger, Blinde und Sehbehinderte mit einem GdB von 60 %, behinderte Menschen mit dem Zeichen RF im Schwerbehindertenausweis und für Empfänger von Hilfe zur Pflege.

Zudem können sich Personen befreien lassen, deren Einkommen geringfügig über der Bedarfsgrenze liegt (weniger als der Rundfunkbeitrag). Details auf der Homepage der Beitragsservicestelle.

Internetzugänge in öffentlichen Institutionen, insbesondere für Jugendliche

Die Nutzung ist günstig, aber nicht immer kostenlos.

- **Haus der Jugend**
Römerstraße 87, 69115 Heidelberg,
 602926 168312
E-Mail: hausderjugend@heidelberg.de
Nutzung nach Absprache.

Kultur und Medien

- **Internetcafé des CityCult**
Klingenteichstraße12 („Villa Klingenteich“), 69117 Heidelberg,
☎-6732727,
E-Mail: mail@citycult-heidelberg.de
- **Internetcafé im Jugendzentrum Holzwurm**
Boxbergring 101, 69126 Heidelberg,
☎ 384427 📠 23840,
E-Mail: holzwurm-heidelberg@t-online.de
Di und Mi
- **InfoCafe International (ICI)**
Im Neuenheimer Feld 304 (Zentralmensa), 69120 Heidelberg,
Mo-Do: 10.00 – 17.00 Uhr, Fr: 10.00 – 15.00 Uhr
- **Medienzentrum Emmertsgrund**
Forum 1, 69126 Heidelberg
Mo-Fr: 10.00 – 18.00 Uhr

Mobilität und Verkehr

Mobilität und Verkehr

Mobilität ist teuer, Fahrscheine und/oder Benzin kosten viel Geld. Gleichzeitig sind viele Wege in der Stadt zurückzulegen, zur Arbeit, zu den Ämtern, zum Einkaufen. Am günstigsten ist sicher das Fahrrad, aber es gibt auch Vergünstigungen bei den öffentlichen Verkehrsmitteln.

Öffentlicher Nahverkehr

Behinderte Menschen mit bestimmten Feststellungen im Behindertenausweis können eine Wertmarke beim Versorgungsamt erhalten und fahren dann kostenlos. Informationen dazu gibt das Versorgungsamt (siehe "Gesundheit und Selbsthilfe").

Das im VRN-Gebiet gültige Maxx-Ticket gibt es für Schüler und Auszubildende, mit Grundsicherung/SGB II bzw. Sozialgeld kostenlos. Die Schule muss mindestens 2 km vom Wohnort entfernt sein.

Antragstellung bei SGB-II Bezug beim Jobcenter Heidelberg, bei SGB XII-Bezug, Wohngeld- bzw. Kinderzuschlagbezug beim Amt für Soziales und Senioren (siehe „Kinder und Jugend / Bildung und Teilhabe“).

Sozialticket im Öffentlichen Nahverkehr

Seit dem 01.01.2014 gibt es in Heidelberg ein „Sozialticket“. Dieses können die Inhaberinnen und Inhaber des Heidelberg-Passes und des Heidelberg-Passes+ im Alter von 18 bis 59 Jahren erwerben. Dabei werden folgende Karten beim Verkauf vergünstigt und kosten dann:


- **Jahreskarte „Jedermann“**
Kosten: 24,05 pro Monat
Großwabe Heidelberg, verpflichtendes Abo für ein Jahr.
- **Monatskarte „Jedermann“**
Kosten: 32,85 € pro Monat
Großwabe Heidelberg, monatlich kündbar.
- **„Rhein-Neckar-Ticket“**
Kosten: 40,40 € pro Monat
Gilt für das gesamte VRN Gebiet.

Der Verkauf erfolgt im RNV-Kundenzentrum am Hauptbahnhof.

Mobilität und Verkehr

Fahrräder

Radhof Bergheim des Vbl e.V.
Bergheimer Straße 101, 69115 Heidelberg

 **9703-82**

E-Mail: m.rachfahl@vbi-heidelberg.de

Internet: fahrrad-heidelberg.de

Mo-Fr: 10.00 – 18.00 Uhr, Sa: 10.00 – 13.00 Uhr

„Bike im Bahnhof“ des Vbl e.V.
Station am Hauptbahnhof Gleis 1b

 **8937345**

Mo, Fr: 7.00 – 18.00 Uhr, Di-Do: 10.00 – 18.00 Uhr

Große Auswahl an günstigen, gebrauchten Fahrrädern. Vergünstigungen mit den Heidelberg-Pässen. Fahrradverleih für Menschen mit wenig Geld. Kostenloser Lastenradverleih. Reparatur von Fahrrädern oder die Möglichkeit in Selbsthilfe unter Anleitung das Fahrrad selbst zu reparieren. Vermietung von Unterstellboxen.

**URRmEL – Die Selbsthilfe-Fahrradwerkstatt
von Studis für Studis**

**Im Neuenheimer Feld 706 (gelbe Container),
69120 Heidelberg**

E-Mail: urrmel@urz.uni-heidelberg.de

Internet: www.urrmel.uni-hd.de

Di + Do: 16.00 – 20.00 Uhr (Vorlesungszeit); Do: 14.00 – 20.00 Uhr (vorlesungsfreie Zeit). An Feiertagen ist meist geschlossen. Möglichkeit, das Fahrrad in Selbsthilfe wieder flott zu machen.

Madame Velo

Alte Eppelheimer Straße 31a, 69115 Heidelberg

 **168261**

E-Mail: kontakt@madame-velo.de

Internet: www.madame-velo.de

Mo-Fr: 12.00 – 18.30 Uhr




Mobilität und Verkehr

Gebrauchte, instand gesetzte Fahrräder und Fahrradwerkstatt mit Ersatzteillager, Montageservice und Möglichkeit, selbst etwas zu reparieren.

Angebote der Deutschen Bahn

Automatische Fahrplanauskunft (kostenlos)

 **0800 1507090**

Internet: www.bahn.de

Günstige Angebote, wie zum Beispiel Baden-Württemberg-Ticket 23 € (tagsüber); 20 € (nachts) für eine Person, Mitfahrer 5 € und Kinder unter 15 Jahre kostenlos und Schönes-Wochenende-Ticket (1 Person, 40 €, in allen Nahverkehrszügen am Wochenende) können bei der Bahn erfragt oder im Internet nachgelesen werden.

Busreisen

Eine günstige Alternative im Fernverkehr sind Busreisen. Zwischen vielen deutschen Großstädten gibt es inzwischen günstige Fernbusverbindungen. Da laufend neue Linien entstehen, lohnt sich eine Suche im Internet. Auch in Mannheim fahren viele Buslinien ab.

Ökumenische Bahnhofsmision Heidelberg

Willy-Brandt-Platz 5, 69115 Heidelberg



 **23824**  **658909**

E-Mail: heidelberg@bahnhofsmision.de

Öffnungszeiten: Mo-Fr: 8.00 – 18.00 Uhr

Sa, So, feiertags: 10.00 – 18.00 Uhr

Hilfen für Reisende und Menschen, die sich am Bahnhof aufhalten.

Begleitung beim Ein-, Aus- und Umsteigen, Schutz, Aufenthalt und evtl. Betreuung bis zur Weitervermittlung oder Weiterreise, Verpflegung und Kleidung in besonderen Notlagen, Hilfestellung in Konflikt- und Krisensituationen, Kontaktaufnahme mit Angehörigen, Freunden, Betreuern.


Mobilität und Verkehr

Mitfahrgelegenheit

Internet: www.mitfahrgelegenheit.de


Frauen-Nachttaxi

Funktaxi-Zentrale

 **302030**

Das Frauen-Nachttaxi ermöglicht Heidelberger Frauen und Mädchen ab 14 Jahren den sicheren Heimweg zum erschwinglichen Preis von 7 Euro. Die Fahrscheine können in den Bürgerämtern gekauft werden. Die Fahrten – nur innerhalb des Stadtgebietes – sind zu folgenden Zeiten möglich: Frauen von 14 – 59 Jahren: von 22.00 – 6.00 Uhr, Frauen ab 60 Jahre: von 20.00 – 6.00 Uhr

Kontakt und Informationen:
Amt für Chancengleichheit

 **58-15520**

E-Mail: frauennachttaxi@heidelberg.de
Internet: www.heidelberg.de/frauennachttaxi

Carsharing / Ökostadt Rhein-Neckar e.V.

**Kurfürstenanlage 62 (BG-Chemie-Gebäude am Bhf.),
69115 Heidelberg**

 **0621 128555-85**  **0621 128555-86**

E-Mail: rhein-neckar@stadtmobil.de
Internet: www.rhein-neckar.stadtmobil.de

Mo, Mi, Fr: 10.00 – 13.30 Uhr, 14.30 – 18.00 Uhr
Do: 10.00 – 13.30, 14.30 – 19.00 Uhr

Wenn Sie nur ab und zu ein Auto brauchen, können Sie hier einen Vertrag mit der Stadtmobil Carsharing abschließen und über Stadtmobil auf ein großes Angebot von Autos zurückgreifen.

Verleih und Tauschen

Verleih und Tauschen

Leihen und Tauschen ist eine günstige Möglichkeit, nur zeitweise benötigte Dinge zu bekommen. Dabei sind das Wichtigste sicher Freunde und Bekannte oder die privaten Kontakte. Es gibt auch einige wenige andere Möglichkeiten, wobei es inzwischen in vielen Bereichen Dinge kommerziell zu leihen gibt.

Tauschring Heidelberg e.V. (Selbsthilfebüro)

Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg



 **586277 (AB)**

E-Mail: info@tauschring-heidelberg.de

Internet: www.tauschring-heidelberg.de


Bürozeiten: jeden 1. und 3. Di im Monat: 18.00 – 20.00 Uhr im Selbsthilfebüro Heidelberg, Zimmer. 1.8

Stammtischtreffen einmal im Monat (Termine werden auf der Homepage bekanntgegeben und können telefonisch erfragt werden).

Der Tauschring ist ein Zeittauschring. Getauscht werden kann alles von A wie Anstreichen bis Z wie Zeltverleih. Dienstleistungen und Waren werden geldlos getauscht, verrechnet wird ein symbolischer Wert (Talente). Lediglich der Mitgliedsbeitrag – zur Deckung aller im Verein anfallenden Kosten – muss in Euro gezahlt werden.

Leih- und Umsonstladen Heidelberg LUULA

Heinrich-Fuchs-Straße 85 (im Mehrgenerationenhaus „Schweizer Hof“), 69126 Heidelberg

 **0157 72660876**

E-Mail: umsonstladen.heidelberg@web.de

Internet: <https://umsonstladenheidelberg.wordpress.com>

Öffnungszeiten:

Mo: 10.00 – 12.00 Uhr, Do: 14.00 – 18.00 Uhr, Sa: 12.00 – 16.00 Uhr

Der Umsonstladen ist eine Verleihgemeinschaft, in der Mitglieder Gegenstände, die sie selten brauchen, kostenlos leihen können. Jeder kann Mitglied werden, man muss nur mindestens einen Gegenstand dem Leihpool

Verleih und Tauschen

zur Verfügung stellen. Es gibt einen freiwilligen Mitgliedsbeitrag von 12, 24 oder 36 Euro pro Jahr.

Kommerzielle Verleiher

Einige Beispiele:

Maschinen:

- Mietfix Maschinenvermietung,
Römerstraße 62, 69115 Heidelberg ☎ 181934
- Maschinen aller Art zudem in allen Baumärkten

Fahrräder:

- Nextbike, Akademiestraße 5, 69117 Heidelberg
- Radhof Bergheim (siehe „Mobilität und Verkehr“)

Arbeit und Bildung

Eine Arbeit ist oft die Grundlage dafür, dass man seinen Lebensunterhalt möglichst selbständig bestreiten kann. In manchen Bereichen reichen aber die Löhne nicht aus, um über die Regelsätze der Sozialhilfe / des SGB II hinauszukommen. In solchen Fällen ist es wichtig, sich zu informieren und seine Ansprüche auf das Existenzminimum geltend zu machen.

Jobcenter Heidelberg

Speyerer Straße 6, 69115 Heidelberg



 **9159-0** oder unter www.jobcenter-hd.de/zustaendigkeiten

 **9159-100**

E-Mail: jobcenter-heidelberg@jobcenter-ge.de

Internet: www.jobcenter-hd.de

Mo-Fr: 8.00 – 12.30 Uhr

Sicherung des Lebensunterhalts, Vermittlung von Arbeit, zuständig für alle SGB II („Hartz IV“)-Bezieher in Heidelberg, Sozialgeld und andere Hilfen (siehe bei den jeweiligen Hilfen z.B. Bildungs- und Teilhabepaket).

Agentur für Arbeit Heidelberg

Kaiserstraße 69-71, 69115 Heidelberg



 **01801 / 555-111**  **524-739**

E-Mail: heidelberg@arbeitsagentur.de

Internet: www.arbeitsagentur.de

Mo-Fr: 8.00 – 12.30 Uhr, Do: 14.00 – 18.00 Uhr

Kontaktzeiten: Mo-Fr: 8.00 – 18.00 Uhr

Zuständig für alle Bezieher von Arbeitslosengeld I in Heidelberg, Arbeitsvermittlung, Berufsberatung .

Arbeit und Bildung

BiZ – Berufsinformationszentrum der Agentur für Arbeit Heidelberg

Kaiserstraße 69-71, 69115 Heidelberg



524-484 **524-910488**

Mo, Di: 8.00 – 16.00 Uhr, Mi: 8.00 – 12.00 Uhr,
Do: 8.00 – 18.00 Uhr, Fr: 8.00 – 12.00 Uhr

Informationen zur Berufswahl, zur Ausbildung, zum Studium, zur Weiterbildung und zur Stellensuche – mit Internetabeitsplätzen.

Studierendenwerk Heidelberg / Jobbörse

Service-Center in der Triplex Mensa,
Grabengasse 14, 69117 Heidelberg

Mo-Do: 9.00 – 17.00 Uhr Fr: 9.00 – 15.00 Uhr

InfoCafé International in der Zentralmensa,
INF 304, 69120 Heidelberg

Mo-Do: 10.00 – 17.00 Uhr, Fr: 10.00 – 15.00 Uhr

Internet: www.studierendenwerk-heidelberg.de

Arbeitsangebote für Studierende.

Volkshochschule Heidelberg

Bergheimer Straße 76, 69115 Heidelberg



9119-11 **1651-33**

E-Mail: vhs@vhs-hd.de

Internet: www.vhs-hd.de

Kursgebühren können auf Antrag ermäßigt werden:

- 20 % für SchülerInnen, StudentInnen, Auszubildende, Schwerbehinderte, Arbeitslose. Diese Ermäßigung gilt für Kursgebühren ab 80 €.
- 50 % für Inhaber des Heidelberg Passes und Heidelberg Passes+
- 20 % für ehrenamtlich/bürgerschaftlich Engagierte (Weiterbildung für das Engagement).

Weiterbildungsgutscheine:

Wenn Sie nicht zu den beschriebenen Ermäßigungsberechtigten gehören oder umfangreichere Unterstützung brauchen, kann die vhs gespendete Gutscheine auf Ihre Kursgebühr anrechnen.

Hilfestellung und Beratung

Hilfestellung und Beratung bei der Suche nach Arbeit oder einer Integrationsmaßnahme bieten auch:

- **Bildungsverbund Berufliche Qualifikation BBQ Heidelberg**
Kurfürstenanlage 5, 69115 Heidelberg
☎ 890770
E-Mail: heidelberg@bbq-online.de
Internet: www.bbq-zukunftskurs.de
- **BFW Heidelberg (SRH)**
Bonhoefferstraße 1, 69123 Heidelberg
☎ 88-0,
E-Mail: info@bfw.srh.de, Internet: www.bfw-heidelberg.de
- **bfw Heidelberg (DGB)**
Englerstraße 6, 69126, Heidelberg
☎ 3309-0, Internet: www.bfw.de
- **Heidelberger Dienste gGmbH**
Hospitalstraße 5, 69115 Heidelberg
☎ 1410-0 ☎ 1410-30,
E-Mail: info@hddienste.de, Internet: www.hddienste.de
- **Internationaler Bund Heidelberg**
Belfortstr. 2, 69115 Heidelberg
☎ 31695-0 ☎ 31695-20,
E-Mail: bz-heidelberg@internationaler-bund.de
- **ifa Heidelberg Rhein-Neckar GmbH**
Fabrikstraße 28, 69126 Heidelberg
☎ 36313-0 ☎ 36313-20,
E-Mail: post@ifa-heidelberg.de, Internet: www.ifa-heidelberg.de

Arbeit und Bildung

- **Verein zur beruflichen Integration und Qualifizierung (Vbi) e.V.**
Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg
☎ 9703-0 📠 9703-22
E-Mail: kontakt@vbi-heidelberg.de, Internet: www.vbi-heidelberg.
- **WERKstattSCHULE e.V.**
Am Bahnbetriebswerk 3, 69115 Heidelberg
☎ 8353-25
E-Mail: lorenz@werkstattschule-heidelberg.de
Internet: www.werkstattschule-heidelberg.de

Internetportale für die Arbeitssuche

Für die Arbeitssuche können folgende Internetportale in Heidelberg hilfreich sein:






- www.jobboerse.arbeitsagentur.de
- www.kimeta.de
- www.aktuelle-jobs.de
- www.indeed.com
- www.jobrapido.de
- www.timeworkers.de
- www.meinestadt.de
- www.rnz.de
- www.joblift.de
- www.crosswater-job-guide.com

Sprachkurse

Ansprechpartner für Integrationskurse sind die Ausländerbehörde der Stadt, Bergheimer Str. 147, 69115 Heidelberg, ☎ 58-17520), das Jobcenter sowie die Migrationsberatungsstellen bei Caritas und Diakonie (siehe „Beratung und Auskunft“).

Arbeit und Bildung


Einige Träger von Integrationskursen zur Erlernung der deutschen Sprache in Heidelberg sind:

- **SRH Berufliche Rehabilitation**
 882687,
Internet: www.srh.de/bfw
Es werden auch Frauenkurse mit Kleinkindbetreuung angeboten
- **"F + U" Heidelberg**
 9120-0,
Internet: www.fuu.de
- **IB Heidelberg**
 31695-0,
Internet: www.ib-bildung.de
- **VHS Heidelberg**
 911911,
Internet: www.vhs-hd.de
- **Heidelberger Pädagogium**
 4568-0,
Internet: www.heidelberger-paedagogium.de

Informationen über Integrationskurse gibt es auch beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF), www.bamf.de

Jugendberufshilfe der Stadt Heidelberg

Plöck 2 a, 69118 Heidelberg

 **58-31850**

Die Jugendberufshilfe verfolgt insbesondere das Ziel, die berufliche Integration von benachteiligten Jugendlichen zu verbessern. Sie setzt direkt bei den betroffenen jungen Menschen an, motiviert dazu, Verantwortung für die eigene Existenzsicherung und die persönliche Lebensplanung zu übernehmen und unterstützt dabei, die dafür erforderlichen Entscheidungen zu treffen. Es wird in enger Kooperation mit den Schulen gearbeitet.

Beratung und Auskunft

Beratung und Auskunft

Vor allem die Wohlfahrtsverbände bieten in vielen Bereichen umfassende Beratung an, die konkreten Termine finden Sie auf der jeweiligen Homepage oder erfahren Sie telefonisch. Diese können auch über ihre allgemeine Sozialberatung hinaus weitergehende Hilfen vermitteln. Darüber hinaus gibt es in Heidelberg eine Vielzahl von Einrichtungen, an die man sich wenden kann. Insbesondere gibt es viele Beratungsstellen, welche in psychischen oder psychosozialen Notlagen weiterhelfen. Manche Beratungsstellen sind nur für bestimmte Gruppen (z.B. Studenten), aber die meisten stehen allen Menschen offen.

AWO Kreisverband Heidelberg e.V.

Adlerstraße 1/5 - 1/6, 69123 Heidelberg



☎ 73921-0 ☏ 73921-50

E-Mail: info@awo-heidelberg.de

Internet: www.awo-heidelberg.de

Allgemeine Sozialberatung, Erziehungsberatungsstelle, Mutter-Kind-Kuren, Heilpädagogische Beratungsstelle, Kinderschutzzentrum.

Caritasverband Heidelberg-Caritassozialdienst

Turnerstraße 38, 69126 Heidelberg



☎ 3303-0 ☏ 3303-33

E-Mail: caritas@caritas-heidelberg.de

Internet: www.caritas-heidelberg.de

Allgemeine Sozialberatung und Migrationsberatung.

Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Rhein-Neckar/Heidelberg e.V.

Langer Anger 2

69115 Heidelberg, ☎ 9010-32 ☏ 9010-60

Internet: www.drk-heidelberg.de

Allgemeine Sozialberatung.

Beratung und Auskunft

Der PARITÄTISCHE

Poststraße 11, 69115 Heidelberg

☎ 7262170 📠 7262179

Allgemeine Sozialberatung für den Paritätischen beim Vbi

Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg

☎ 9703-66 oder 9703-0 📠 9703-22

E-Mail: kontakt@vbi-heidelberg.de

Mo: 14.00 – 18.00 Uhr, Mi: 15.00 – 19.00 Uhr

Diakonisches Werk der Evangelischen Kirche in Heidelberg

Karl-Ludwig-Straße 6, 69117 Heidelberg

☎ 5375-0 📠 5375-75

E-Mail: diakonie@dwhd.de

Internet: www.diakonie-heidelberg.de

Sozialberatung:

Di, Fr: 10.00 – 12.00 Uhr, Do: 15.00 – 17.00 Uhr

und zu folgenden Zeiten in den Gemeinden:

- **Gemeindenahe Beratung Evangelische Wicherngemeinde (Gemeindehaus/Arche)**
Breslauer Straße 39, 69124 Heidelberg-Kirchheim
Mo: 10.00 – 12.00 Uhr
- **Gemeindenahe Beratung Emmertsgrund im Medienzentrum**
Forum 1, 69126 Heidelberg-Emmertsgrund
Mi: 14:30 – 16:30 Uhr

Allgemeine Sozialberatung, Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer, Flüchtlingsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Unterstützung durch ehrenamtliche Behördenpaten und Integrationsbegleiter.

Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle

Merianstraße 1, 69117 Heidelberg

☎ 24171 📠 184911

Beratung und Auskunft

E-Mail: efl@kath-hd.de

Internet: www.efl-heidelberg.de

Beratung bei ehelichen oder familiären Problemen, Fragen zur sexuellen Identität. Wir helfen auch bei belastenden privaten Situationen, Lebenskrisen und der Balance zwischen Arbeit und Privatleben.

Jüdische Kultusgemeinde Heidelberg

Häusserstraße 10-12, 69115 Heidelberg

 **905240 (Büro), 9052414 (Sozialdienst)**

E-Mail: sekretariat@jkg-heidelberg.de

Internet: jkg-heidelberg.com

Beratung nach telefonischer Vereinbarung.

Pflegestützpunkt Heidelberg

Amt für Soziales und Senioren der Stadt Heidelberg

(siehe „Unterstützung im Alltag“)

Soziale Dienste beim Amt für Soziales und Senioren

Bergheimer Str. 155, 69115 Heidelberg,

 **58-38630**  **58-38900**

E-Mail: sozialdienste@heidelberg.de

Di, Do, Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und nach Terminvereinbarung.

Allgemeine soziale Beratung, Informationen über Sozialleistungen.

Soziale Dienste beim Kinder- und Jugendamt

Friedrich-Ebert-Platz 3, 69117 Heidelberg

 **58-31510 und 58-31520**  **58-48510**

E-Mail: jugendamt@heidelberg.de

Internet: www.heidelberg.de

Di, Fr: 8.00 – 12.00 Uhr, Do: 13.30 – 16.00 Uhr sowie nach Vereinbarung

Allgemeine soziale Beratung, besonders zu Fragen der Erziehung und Eingliederungshilfe für behinderte Jugendliche.

Beratung und Auskunft

Beratung für SGB II Beziehungslosigene

Ort der Beratung derzeit offen, bitte über Telefon erfragen

 **0174 2973970**

E-Mail: matzmuellerschoen@web.de (Hartz-IV-Beratung)

Erwerbslosentreff des Vereins Üsoligenial, der Hartz IV Empfänger berät, begleitet und unterstützt. Möglichkeit des Austauschs mit anderen Betroffenen. Zudem berät Sozialarbeiter i. R. Matz Müllerschön bei Fragen zum Thema Hartz IV.

Beratungsstelle für Straftatige (Karl-Bähr-Haus)

Römerstraße 17a, 69115 Heidelberg

 **27526**  **587376**

E-Mail: info@bezirksverein-heidelberg.de

Mo-Do: 9.00 – 12.00 Uhr, 14.00 – 16.00 Uhr, Fr: 9.00 – 12.00 Uhr

Anlauf- und Beratungsstelle primär für Straftatige, auch Betreuung während des Strafvollzugs und Beratung für Angehörige. Es gibt eine ambulant betreute Wohngruppe (10 Plätze) im Haus, Beratung und Vermittlung zum Ableisten gemeinnütziger Arbeiten („Schwitzen statt Sitzen“).

Frauenberatungsstelle Courage

Mannheimer Straße 226, 69123 Heidelberg

 **840740**

E-Mail: courage@fhf-heidelberg.de

Internet: www.fhf-heidelberg.de

Telefonzeiten: Mo: 14.00 – 17.00, Di, Mi und Do: 9.30 – 12.00 Uhr

Persönliche und telefonische Beratung von Frauen, die körperliche und/oder seelische Gewalt erleben, die sich in einer konfliktreichen Trennungs- oder Scheidungssituation befinden, die Probleme in einer Beziehung haben, den Weg in ein Frauenhaus suchen und die Information und den Austausch brauchen.

Beratung und Auskunft

pro familia

Hauptstraße 79, 69117 Heidelberg

 **184440**  **168013**

E-Mail: heidelberg@profamilia.de

Internet: www.profamilia-heidelberg.de

Mo-Fr: 11.00 – 13.00 Uhr, Mo: 9.00 – 11.00 Uhr,

Di, Do: 17.00 – 18.00 Uhr.



Frauenärztin Mi: 9.00 – 10.00 Uhr

Schwangerschaftsberatungsstelle und Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle.

Sozialdienst kath. Frauen e.V. / Schwangerschaftsberatung

Felix-Wankel-Str. 25, 69126 Heidelberg

und Bauamtsgasse 8, 69117 Heidelberg

 **137086-0/-13**  **137086-20**

E-Mail: schwangerschaftsberatung@skf-heidelberg.de

Internet: www.skf-heidelberg.de

Information und Beratung rund um Schwangerschaft und nach Geburt eines Kindes; Vermittlung kirchlicher und staatlicher Sozialleistungen.

Internationales Frauen- und Familienzentrum Heidelberg e.V. (IFZ), Beratungsstelle für Migrantinnen

Theaterstraße 16, 69117 Heidelberg

 **182334**  **653673**

E-Mail: info@ifz-heidelberg.de

Internet: www.ifz-heidelberg.de

Telefonzeiten: Mo, Di, Mi, Fr: 12.00 – 14.00 Uhr, Do: 9.00 – 10.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung.

Ehe-, Familien- und Lebensberatung für Migrantinnen und ihre Familien, Schwangerschaftskonfliktberatung, Gruppenangebote, zudem Rechtsberatung zu Sozial-, Familien- und Aufenthaltsrecht.

Beratung und Auskunft

Die Mitarbeiter sprechen deutsch, englisch, serbisch, kroatisch, bosnisch und türkisch, Für weitere Sprachen stehen Dolmetscherinnen zur Verfügung.

BiBeZ – Ganzheitliches Bildungs- und Beratungszentrum zur Förderung und Integration behinderter/chronisch erkrankter Frauen und Mädchen e.V.

Alte Eppelheimer Straße 40/1, 69115 Heidelberg



☎ **600908** 📠 **586778**

E-Mail: info@bibeZ.de

Internet: www.bibeZ.de

Allgemeine und psychosoziale Beratung für behinderte/chronisch erkrankte Frauen und Mädchen, Beratung in Fragen der Arbeitsmarktintegration.

Kommunale Behindertenbeauftragte

Bergheimer Str. 69, 69115 Heidelberg

☎ **58-15590** 📠 **58-49160**

E-Mail: behindertenbeauftragte@heidelberg.de

Internet: www.heidelberg.de/behindertenbeauftragte

Sprechzeiten: nach Vereinbarung (telefonisch oder per Mail).

Die Behindertenbeauftragte ist Ansprechpartnerin für Anliegen von Menschen mit Behinderungen und deren Angehörige. Sie berät und kann als Lotsin Informationen geben sowie Anliegen innerhalb der Stadtverwaltung weitertragen. Ein Newsletter kann abonniert werden.

Kommunale Antidiskriminierungsstelle

Bergheimer Str. 69, 69115 Heidelberg

Amt für Chancengleichheit

☎ **58-15500** 📠 **58-49160**

E-Mail: antidiskriminierung@heidelberg.de

Beratungsstelle bei allen Formen der Diskriminierung, insbesondere nach dem allg. Gleichbehandlungsgesetz.

Beratung und Auskunft

IBB-Stelle – Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle

Hauptstraße 29 (Hinterhaus, erstes OG), 69117 Heidelberg

☎ 3544428 (Anrufbeantworter, wird werktags abgehört)

Internet: www.heidelberg.de/ibb-stelle

Offene Sprechzeiten jeweils am ersten und dritten Dienstag im Monat von 16.00 – 18.00 Uhr. Weitere Termine nach Vereinbarung.

Die IBB-Stelle ist Anlaufstelle für Menschen mit psychischer Erkrankung und deren Angehörige. Sie informiert und berät über wohnortnahe Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten, ist Lotse im psychiatrischen Versorgungssystem, nimmt Beschwerden und Anregungen entgegen, vermittelt bei Konflikten und versucht, mit allen Beteiligten eine zufriedenstellende Lösung zu erarbeiten.

Asylarbeitskreis Heidelberg e.V.

Plöck 101, 69117 Heidelberg

☎ 182797

E-Mail: asylarbeitskreis-heidelberg@t-online.de

Internet: www.asyl-heidelberg.de

Di: 14.00 – 16.00 Uhr, Mi: 9.00 – 12 Uhr, 14 – 16 Uhr,

Do: 9.00 – 12.00 Uhr

Anlaufstelle für Flüchtlinge und Ehrenamtliche, Vermittlung von Sprachkursen, Kinderbetreuung, Beratung.

Kinderschutzbund / Geschäftsstelle

(siehe „Kinder und Jugend“)

SKM-Heidelberg / Wohnungslosenhilfe FrauenRaum

Fachberatungsstelle für Frauen in Wohnungsnot und besonderen sozialen Schwierigkeiten (siehe „Wohnen und Unterkunft“).

Beratung und Auskunft

Mieterverein Heidelberg

(siehe „Wohnen und Unterkunft“)

Studierendenwerk Heidelberg/Sozialberatung

Di: 11.00 – 13.00 Uhr (PBS, Gartenstraße 2, 69115 Heidelberg)

Mi 11.00 – 13.00 Uhr (Service Center, Grabengasse 14,
69117 Heidelberg)

Persönliche Termine sind nach Vereinbarung möglich

E-Mail: sozb@stw.uni-heidelberg.de

Internet: www.studierendenwerk-heidelberg.de

Die Sozialberatung hilft Studierenden, auf Fragen zur Sicherung des Lebensunterhalts, zu Schwangerschaft und Kinderbetreuung sowie zur Lebensplanung im Allgemeinen individuelle Antworten zu finden und informiert und berät umfassend über alle studierendenspezifischen Hilfsangebote. Darüber hinaus dient sie als Vermittlerin zwischen Rat suchenden Studierenden und den ggf. zuständigen Behörden.

Studierende mit Handicap bekommen bei der Sozialberatung Unterstützung bei allen Fragen rund ums Studieren und Leben in Heidelberg.

Studierendenwerk Heidelberg / Psychosoziale Beratung für Studierende

Gartenstr. 2, 69115 Heidelberg

 **543750**

E-Mail: pbs@stw.uni-heidelberg.de

Internet: studierendenwerk-heidelberg.de

Anonyme Online-Beratung: www.pbsonline-heidelberg.de

Offene Sprechstunde (ohne Termin): Mo-Do: 11.00 – 12.00 Uhr

Termine nach vorheriger Anmeldung Mo-Do: 8.30 – 13.00 Uhr,
14.00 – 15.00 Uhr, Fr: 8.30 – 12.30 Uhr

Beratung und Auskunft

StromSparCheck Plus

**Caritasverband Heidelberg e.V., Rathausstr. 11,
69126 Heidelberg**

Telefonische Terminvereinbarung über: ☎ 3303-0

E-Mail: stromsparcheck@caritas-heidelberg.de

Die Bezieher von ALG II, Sozialhilfe und Wohngeld können einen kostenfreien StromSparCheck erhalten, bei dem ein Stromsparhelfer den Energieverbrauch erfasst und Einsparungsvorschläge macht. Es besteht die Möglichkeit kostenfrei entsprechende Hilfsmittel wie z.B. Energiesparlampen oder Wasserbegrenzer zu bekommen.

Broschüren und Ratgeber

Einige Broschüren und Ratgeber, welche bei Beratungsstellen, den Bürgerämtern bzw. im Internet erhältlich sind:

- Heidelberg für Familien
- Familienratgeber im Internet, www.familienratgeber.de
- Frühförderwegweiser Heidelberg und Rhein-Neckar vom Landratsamt und Gesundheitsamt Rhein-Neckar-Kreis
- Ratgeber Demenz
- Wegweiser für ältere Menschen in Heidelberg
- Wegweiser Psychiatrie Baden-Württemberg
- Stadtführer für Menschen mit Behinderung, Internet: www.heidelberg.huerdenlos.de
- www.evangelische-beratung.info
- www.pbsonline-heidelberg.de (für Studierende)

Recht

Auch Menschen mit geringem Einkommen haben einen Anspruch auf den Zugang zu rechtlicher Beratung. Sie müssen auch unabhängig vom Einkommen die Möglichkeit haben, sich gegen Ansprüche oder Ungerechtigkeiten mit den Möglichkeiten des Rechtsstaates zu wehren. Zu beachten ist auch, dass man für die Klagen bei Sozial- oder Verwaltungsgerichten nicht immer gleich einen Anwalt braucht, sondern diese bei den Rechtsantragstellen der Gerichte selbst einreichen kann. Sehr wichtig bei Widersprüchen und Klagen ist auf die Fristen zu achten.

Anwaltsverein Heidelberg e.V.

Amtsgericht Heidelberg, 
Kurfürstenanlage 15, 69115 Heidelberg, Raum 1210/1211/1212,

 **59-0**

E-Mail: info@anwaltsverein-heidelberg.de

jede gerade Kalenderwoche Mi: 13.00 – 15.00 Uhr

Unentgeltliche Rechtsberatung für Bürger mit geringem Einkommen.
Bitte Einkommensnachweise mitbringen.

Beratungs- und Prozesskostenhilfe, Rechtsantragstelle beim Amtsgericht Heidelberg

Kurfürsten-Anlage 15, 69115 Heidelberg Zimmer E 124, 

 **591533 und 591406**

Mo-Fr: 8.30 – 11.30 Uhr

Menschen mit geringem Einkommen können beim Amtsgericht direkt beraten werden oder einen Beratungsschein erhalten. Dieser berechtigt einen Anwalt nach eigener Wahl aufzusuchen. Zudem kann Prozesskostenhilfe beantragt werden.

Die Rechtsantragstellen bei allen Gerichten nehmen die Klagen von Privatleuten entgegen und helfen, Klagen oder Anträge zu formulieren (außer es besteht Anwaltszwang). Sie können aber keinen rechtlichen Rat im Einzelfall geben.

Recht

Rechtsantragstelle beim zuständigen Sozialgericht

Sozialgericht Mannheim, P 6 20-21, 68161 Mannheim

☎ 0621/292-0

Mo-Fr: 8.30 – 12.00 Uhr, Di, Do: 13.00 – 15.30 Uhr

Rechtsantragstelle beim zuständigen Verwaltungsgericht

Verwaltungsgericht Karlsruhe, Nördliche Hildapromenade 1,
76133 Karlsruhe

☎ 0721/926-3492

Mo-Fr: 9.00 – 12.00 Uhr, Mo-Do: 13.00 – 15.30 Uhr

Rechtsantragstelle beim zuständigen Arbeitsgericht

Arbeitsgericht Mannheim, Kammern Heidelberg, Vangerowstraße 20,
69115 Heidelberg,

☎ 43856-0

Mo: 9.00 – 11.00 Uhr

Studierendenwerk Heidelberg/Rechtsberatung für Studierende

Service-Center am Uniplatz, Grabengasse 14, 69117 Heidelberg

Internet: www.studierendenwerk-heidelberg.de

Di: 14.30 – 16.00 Uhr

Studierende erhalten gegen Vorlage des Studenausweises kostenlosen rechtlichen Rat. Geschäftsbesorgungen werden nicht geleistet, also weder Prozesse geführt noch Schriftsätze erstellt.

Rechtsberatung für Flüchtlinge

Diakonisches Werk Heidelberg

☎ 5375-0

Kostenlose Rechtsberatung durch einen Anwalt nach Voranmeldung.

Pro Bono Studentische Rechtsberatung

www.probono-Heidelberg.de

In der kostenlosen studentischen Rechtsberatung besteht die Möglichkeit fachliche rechtliche Informationen (keine Vertretung) von Jura-Studenten zu bekommen.

Derzeit gibt es die Fachbereiche:

Zivilrecht: Kontakt über Formular auf der Homepage.

Migrations-/Flüchtlingsrecht: Sprechstunde: Mi: 18.00 – 21.00 Uhr in den Räumen des Asyl-AK, Plöck 101, 69117 Heidelberg.

Terminvereinbarung unter:

0160 98281941, Mo: 11.00 – 13.00 Uhr oder Formular Homepage.

VdK-Sozialverband Heidelberg

Rohrbacher Straße 53, 69115 Heidelberg



13110

telefonisch erreichbar: Mo, Mi, Do: 9.00 – 12.00, 14.00 – 15.30 Uhr

Sprechstunden: Di: 8.00 – 12.00 Uhr, 14.00 – 16.00 Uhr,

Fr: 8.00 – 12.00 (nach vorheriger Terminvereinbarung)

Rechtliche Vertretung im Bereich des Sozialrechts. Nur für Mitglieder des Vereins. Die Mitgliedschaft kostet 72,00 € im Jahr (6,00 € im Monat).

Bürgerbeauftragter der Stadt Heidelberg

Marktplatz 10, 69117 Heidelberg



58-10260 **58-4610260**

E-Mail: buergerbeauftragter@Heidelberg.de

Mi + Do: 9.00 – 12.00 Uhr, Mi: 13.00 – 15.00 Uhr, Do: 13.00 – 17.00 Uhr

Der Bürgerbeauftragte vermittelt bei Konflikten zwischen Verwaltung und Bürgern. Eine Inanspruchnahme ist kostenlos. Die Beschwerde der Bürger/innen gegenüber der Verwaltung kann vertraulich behandelt werden.

Mieterverein Heidelberg

(siehe „Wohnen und Unterkunft“)

Rechtliche Betreuung

Rechtliche Betreuung

Wer nicht mehr selbst zurechtkommt, braucht vielleicht eine Betreuung.

Betreuungsbehörde der Stadt Heidelberg

Bergheimer Str. 155, 69115 Heidelberg

☎ **58-38690, 58-38840, 58-38920, 58-37550** 📠 **58-38930**

E-Mail: betreuungsbehoerde@heidelberg.de

Sprechzeiten: Di, Do; Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und nach Terminvereinbarung.

Beratung rund um das Betreuungsrecht, Beglaubigung von Unterschriften auf Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung und Mitwirkung in Verfahren des Betreuungsgerichts.

SKF – Sozialdienst Katholischer Frauen e.V.

Felix-Wankel-Str. 25, 69126 Heidelberg

☎ **137086- 11** 📠 **137086-20**

E-Mail: info@st-paulusheim.de

Internet: www.skf-heidelberg.de

Betreuungsverein für Heidelberg und den Rhein-Neckar-Kreis.

SKM – Katholischer Verein für soziale Dienste in Heidelberg

Bergheimer Straße 108, 69115 Heidelberg

☎ **436223** 📠 **436208**

E-Mail: betreuung-hd@skm-heidelberg.de

Internet: www.skm-heidelberg.de

Betreuungsverein für Heidelberg und den Rhein-Neckar-Kreis.

Betreuungsgericht beim Amtsgericht

Kurfürstenanlage 15, 69115 Heidelberg

☎ **59- 0**

Einrichtung einer Betreuung und Kontrolle der Betreuer.



Sucht

Bei Suchtproblemen gibt es drei anerkannte Psychosoziale Suchtberatungsstellen in Heidelberg, welche weiterhelfen können.

Sie bieten ambulante Therapien an, beraten und unterstützen bei akuten Entgiftungen oder stationären Therapien.

Evangelische Stadtmission / Blaues Kreuz

Plöck 16-18, 69117 Heidelberg

 **149-820**  **149-829**

E-Mail: info@heidelberger-suchtberatung.de
Internet: www.heidelberger-suchtberatung.de

Offene Sprechstunde: Di: 14.00 – 17.00 Uhr,
jeden 1. + 3. Sa im Monat: 9.00 – 12.00 Uhr, Termine nach Vereinbarung.

Selbsthilfegruppe, Suchtberatungsstelle und soziale Beratungsstelle

bwlv / Fachstelle Sucht

Unterer Fauler Pelz 1 (ehemals Theaterstraße 9), 69117 Heidelberg

 **23432, 23433**  **24101**

E-Mail: fs-heidelberg@bw-lv.de
Internet: www.bw-lv.de

Sichere anonyme Onlineberatung auch unter
www.evangelische-beratung.info

Mo, Di, Do, Fr: 10.00 – 12.00 Uhr, 13.00 – 17.00 Uhr,
Mi: 10.00 – 12.00 Uhr, 13.00, 19.00 Uhr sowie nach Vereinbarung.

Suchtberatungsstelle: Suchtprävention, Beratung (kostenfrei und unter Wahrung der Schweigepflicht) für Suchtgefährdete und Suchtkranke, Psychosoziale Betreuung bei Substitution, Nachsorge, Beratung von Angehörigen und Bezugspersonen.

Sucht

Suchtberatung Heidelberg (agj) Psychosoziale Beratung und Behandlung

Bergheimer Straße 127/1, 69115 Heidelberg



29051 **657215**

E-Mail: suchtberatung-heidelberg@agj-freiburg.de

Internet: www.suchtberatung-heidelberg.de

Information und Anmeldung:

Mo-Fr: 9.00 – 17.00 Uhr

Termine sind möglich Mo-Fr nach Vereinbarung.

Offene Sprechstunde: Do: 16.00 – 17.00 Uhr

Beratung und Therapie für Suchtgefährdete, Suchtkranke, Angehörige,
Bezugspersonen und Suchtprävention.

Selbsthilfegruppen

Adressen und Kontakt zu Selbsthilfegruppen wie z.B. den Anonymen Alkoholikern, dem Blauen Kreuz oder dem Kreuzbund erhält man im Selbsthilfebüro Heidelberg.

184290

(siehe „Gesundheit und Selbsthilfe“)

Unterstützung im Alltag

Unterstützung im Alltag

Die Nachbarschaftshilfen und Dienste unterstützen vor allem im Haushalt und bei der persönlichen Lebensführung, z.B. bei der Erledigung von Einkäufen, Zubereitung von Mahlzeiten, Begleitung bei Arztbesuchen, durch Gespräche, Zuhören, Vorlesen, Spaziergänge, Hilfe bei Hausarbeiten. Die Hilfen werden vor allem von ehrenamtlichen und freiwilligen Helferinnen und Helfern erbracht, die für ihre Arbeit in der Regel eine Aufwandsentschädigung erhalten.

Professionelle Unterstützung in der Pflege erhält man von den ambulanten Pflegediensten. Beratung erhält man beim Pflegestützpunkt.

Pflegestützpunkt Heidelberg

Dantestraße 7, 69115 Heidelberg



58-49000 **58-38990**

E-Mail: pflgestuetzpunkt@heidelberg.de

Internet: www.heidelberg.de

Mo-Do: 8.00 – 12.00 Uhr, 14.00 – 15.30 Uhr, Fr: 8.00 – 12.30 Uhr
und nach Vereinbarung.

Der Pflegestützpunkt ist die zentrale Anlaufstelle der Stadt Heidelberg für behinderte, kranke und ältere Menschen und ihre Angehörigen. Die Beratung erfolgt telefonisch, im Pflegestützpunkt oder bei Bedarf bei den Hilfesuchenden zu Hause. Der Pflegestützpunkt berät individuell, unabhängig und kostenfrei.

Nachbarschaftshilfen

- Nachbarschaftshilfe Neuenheim und Handschuhsheim
 402073
- Nachbarschaftshilfe St. Raphael (Neuenheim)
 402110
- Nachbarschaftshilfe der Sozialstation St. Vitus (Handschuhsheim)
 480686
- Ökumenische Nachbarschaftshilfe Ziegelhausen
 800316 und 801445

Unterstützung im Alltag

- Nachbarschaftshilfe Schlierbach
☎ 90080
- Ökumenische Nachbarschaftshilfe Altstadt
☎ 600484
- Ökumenische Nachbarschaftshilfe Wieblingen
☎ 831554
- Kirchlicher Pflegedienst Kurpfalz, Alltagshilfen Heidelberg
☎ 7268303
- Ökumenische Nachbarschaftshilfe Heidelberg Mitte
☎ 26456
- Ökumenische Nachbarschaftshilfe Kirchheim
☎ 3278252
- Nachbarschaftshilfe Rohrbach/Boxberg/Emmertgrund
☎ 302677

Pflegedienste

- **ActivVita**
Schwarzwaldstraße 33, 69124 Heidelberg
☎ 337522
E-Mail: info@activvita.de
- **Advivo**
Heinrich-Fuchs-Straße 3, 69126 Heidelberg
☎ 3380551
E-Mail: info@advivo-pflegedienste.de
- **Alten und Krankenpflege zu Hause**
Römerstraße 68, 69115 Heidelberg
☎ 164877
E-Mail: buero@pflegedienst-heidelberg.de
- **Ambulante Nachtpflege Daheim**
Fichtestr. 8, 69126 Heidelberg
☎ 29029 📠 307279
E-Mail: info@nachtpflege.de

Unterstützung im Alltag

- **Ambulanter Pflegedienst Marc Bennerscheidt**
Maaßstraße 32, 69123 Heidelberg
☎ 3893480
E-Mail: info@marc-bennerscheidt.de
- **Betreuung und Pflege DAHEIM**
Rohrbacher Straße 152, 69126 Heidelberg
☎ 164444 ☎ 978080
E-Mail: info@pflege-daheim.net
- **Das Pflegeteam**
Philipp-Reis-Str.44, 69115 Heidelberg
☎ 603557 ☎ 603558
E-Mail: pflegeteam@freenet.de
- **Evangelische Diakoniestation**
An der Tiefburg 4, 69121 Heidelberg
☎ 43792-99 ☎ 7252598
E-Mail: diakoniestation@dwhd.de
- **Frauen pflegen Frauen**
Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg
☎ 9703-61 ☎ 9703-92,
E-Mail: fpf@vbi-heidelberg.de
- **Häusliche Krankenpflege Klein und Szani**
Schmitthenner Straße 10, 69124 Heidelberg
☎ 301856
E-Mail: info@altenpflege-heidelberg.de
- **Heidelberger Hauspflege gGmbH**
Mannheimer Str. 1, 69115 Heidelberg
☎ 412577, ☎ 410782,
E-Mail: info@heidelberger-hauspflege.de
- **ISB Ambulante Dienste gGmbH**
Blumenthalstraße 38, 69120 Heidelberg
☎ 400331 ☎ 400679
E-Mail: heidelberg@isb-ggmbh.de
- **Individualhilfe Ambulanter Dienst gGmbH**
Adlerstraße 1/3, 69123 Heidelberg
☎ 82817-0 ☎ 82817-20
E-Mail: info@individualhilfe.de

Unterstützung im Alltag

- **Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.**
Baden-Badener Str. 15, 69126 Heidelberg
☎ 9783-60
E-Mail: pflge-heidelberg@johanniter.de
- **Katholische Sozialstation Heidelberg-Süd**
Kirschgartenstr. 33, 69126 Heidelberg
☎ 720101 📠 33898-55
E-Mail: info@sozialstation-hds.de
- **Mathilde-Vogt-Haus**
Schwarzwaldstraße 22, 69124 Heidelberg
☎ 7875-780
E-Mail: info@psd-ggmbh.de
- **Mobiles Pflegeteam Heidelberg**
Gaisbergstraße 20, 69115 Heidelberg
☎ 616447
E-Mail: PflegeteamHD@t-online.de
- **Pflege zu Hause**
Lutherstraße 9, 69120 Heidelberg
☎ 759444
E-Mail: PflegeZuhause@web.de
- **Sozialstation St. Vitus**
Pfarrgasse 5 a, 69121 Heidelberg
☎ 480686 📠 418156
E-Mail: info@sozialstation-st-vitus.de
- **SRH RehaPflege Heidelberg**
Ludwig-Guttman-Straße 4, 69123 Heidelberg
☎ 88-2550 📠 88-3334
E-Mail: info@srh-pflege.de
- **PRR Pflegedienst Rausch und Rittmüller**
Kleingemünder Straße 72/10, 69118 Heidelberg
☎ 7251506 📠 7254507
E-Mail: info@ppr-pflegedienst.de

Unterstützung im Alltag

Behinderung und Assistenz

- **Individualhilfe – Ambulanter Dienst gGmbH**
Adlerstraße 1/3, 69123 Heidelberg
☎ 82817-0 📠 82817-20
E-Mail: info@individualhilfe.de
- **ISB Ambulante Dienste gGmbH**
Blumenthalstraße 38, 69120 Heidelberg
☎ 400331 📠 400679
E-Mail: heidelberg@isb-ggmbh.de

Soziale Dienstleistungsagentur 1000sassa im Vbl e.V.

Alte Eppelheimer Straße 38, 69115 Heidelberg



☎ **9703-63/-64** 📠 **9703-22**

E-Mail: 1000sassa@vbi-heidelberg.de

Internet: www.vbi-heidelberg.de

Mo-Fr: 8.30 – 12.30 Uhr

Hauswirtschaftliche Dienstleistungen aller Art in Privatwohnungen, besonders in den Bereichen Wohnungsreinigung und Einkaufen. Die Kosten können in bestimmten Fällen von der Stadt oder der Krankenkasse übernommen werden.

Not und Gewalt

Not und Gewalt

Die wichtigsten Nummern in akuten Notsituationen.

Notfallnummern

Polizei ☎ **110**

Notruf und Feuerwehr ☎ **112**

Rettungswagen ☎ **112**

Ärztlicher Bereitschaftsdienst ☎ **116 117**

Kinderschutzbund

Kindertelefon: 0800 1110333 (kostenlos)

Mo-Fr: 15.00 – 19.00 Uhr

Elterntelefon: 0800 1110550 (kostenlos)

Mo + Mi: 9.00 – 11.00 Uhr, Di, Do: 17.00 – 19.00 Uhr

Frauenhaus

☎ **833088**

Postfach 102343, 69013 Heidelberg (die Adresse ist anonym)

Mo-Fr: 9.00 – 12.00 Uhr

Telefonischer Bereitschaftsdienst ab 17.00 Uhr,
nachts und am Wochenende ☎ **831282**

Mo: 14.00 – 17.00 Uhr, Mi, Do: 9.30 – 12.00 Uhr

Das Frauenhaus bietet Frauen und ihren Kindern eine sichere Unterkunft, Schutz, Unterstützung und Begleitung, wenn sie seelische, körperliche und/oder sexualisierte Gewalt erlebt haben.

Frauennotruf Heidelberg

Bergheimer Straße 135, 69115 Heidelberg

 **183643**

E-Mail: info@frauennotruf-heidelberg.de

Internet: www.frauennotruf-heidelberg.de

Telefonische Beratungszeiten: Mo, Mi, Fr: 10.00 Uhr – 12.00 Uhr,
Di; Do: 14.00 – 16.00 Uhr

Bei sexueller Gewalt an Frauen und Mädchen.

Interventionsstelle für Frauen und Kinder

Mannheimer Straße 226, 69123 Heidelberg

 **750135**  **7252761**

E-Mail: info@interventionsstelle-heidelberg.de

Internet: www.fhf-heidelberg.de

Telefonische Sprechzeiten:

Mo: 14.00 – 17.00 Uhr, Di-Do: 9.30 – 12.00 Uhr

Beratung von Frauen und Mädchen, die akut Gewalt in ihrer Beziehung erleben und wenn ein dringender Handlungsbedarf besteht. Die Interventionsstelle ist Koordinierungs- und Anlaufstelle für Frauen und Kinder im Rahmen des Gewaltschutzgesetzes und im Platzverweisverfahren. Ein weiterer Schwerpunkt ist das Thema Stalking.

Beratung von Mädchen und jungen Frauen, deren selbstbestimmte Lebensführung durch die Familie verhindert wird und/oder denen eine Heirat gegen den Willen angedroht wird. Beratungsgespräche können auch außerhalb der Beratungsstelle stattfinden.

Interventionsstelle für Täter

Parkstraße 15, 69126 Heidelberg

 **600101**  **4883084**

E-Mail: info@him-maenner.org

Internet: www.him-maenner.org

Mo, Di, Do: 9.30 – 12.00 Uhr, Di: 14.00 – 16.00 Uhr


Interventionsstelle für Täter bei Platzverweis (und Ähnliches).

Not und Gewalt

Gewaltambulanz - Rechtsmedizinisches Institut am Universitätsklinikum Heidelberg

Voßstr. 2, 69115 Heidelberg

Gewaltambulanz/ärztlicher Bereitschaftsdienst:

 0152 54648393 (rund um die Uhr)

Opfer körperlicher oder sexueller Gewalt erhalten hier eine umgehende rechtsmedizinische Untersuchung, eine gerichtsfeste Dokumentation erlittener Verletzungen und eine Sicherung von Spuren.

Telefonseelsorge Rhein- Neckar

 **0800 1110111 oder 0800 1110222 (kostenlos)**

Internet: www.telefonseelsorge-rhein-neckar.de

Beratung bei Lebenskrisen und seelischer Not, Tag und Nacht, auch über das Internet.

