



## Leben mit wenig Geld

Das Leben in der Schweiz ist relativ teuer. Es kann sich deshalb lohnen, bestimmte Artikel gebraucht zu kaufen. Wer in Geldnot ist, kann in speziellen Läden günstig einkaufen.

### Gebrauchte Artikel

In der Schweiz gibt es viele Brockenhäuser. Dort können gebrauchte Artikel sehr günstig gekauft werden. An speziellen Märkten bieten auch Privatpersonen gebrauchte Gegenstände an. Beispiele sind Flohmärkte, Kleiderbörsen, Skibörsen usw. Auch Internetportale sind für den Kauf und Verkauf von gebrauchten Artikeln sehr beliebt.

### Sport / Kultur / Bildung

Mit dem Kulturlegi-Ausweis erhalten Menschen mit wenig Geld Vergünstigungen auf Sport-, Kultur- und Bildungsveranstaltungen. Der Ausweis kann bei der Caritas beantragt werden. Die Caritas informiert darüber und prüft, ob man Anspruch auf die Kulturlegi hat.

### Caritas Markt

Menschen mit wenig Geld können in Läden der Caritas (Caritas Markt) Lebensmittel und Produkte des täglichen Bedarfs zu sehr günstigen Preisen kaufen. Dazu benötigt man eine spezielle Karte, die bei der Caritas beantragt werden muss. Die Caritas informiert darüber und prüft, ob man Anspruch auf die Karte hat. Im Kanton Bern gibt es Läden in Bern, Biel und Thun.

### Tischlein deck dich

Die Organisation «Tischlein deck dich» gibt kostenlos Nahrungsmittel an Personen mit wenig Geld ab. Private und öffentliche Sozialberatungsstellen können Bezugskarten der Organisation ausstellen. Die Bezugskarte ermöglicht auch den erstmaligen Besuch in allen Caritas-Märkten. Dort kann man anschliessend eine persönliche Caritas-Markt-Karte für weitere Einkäufe beantragen.

### Staatliche Unterstützung

Wer zu wenig Geld zum Leben hat, hat in vielen Fällen den Anspruch auf staatliche Unterstützung. So können zum Beispiel Verbilligungen auf die Krankenkassenprämien oder Stipendien für eine Ausbildung beantragt werden. In bestimmten Lebenslagen erhält man Geld aus den Sozialversicherungen oder von der Sozialhilfe.



Kanton Bern  
Canton de Berne

**hallo-bern.ch**  
**salut-berne.ch**

## **Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)**

[www.hallo-bern.ch/de/geld-und-steuern/leben-mit-wenig-geld](http://www.hallo-bern.ch/de/geld-und-steuern/leben-mit-wenig-geld)

**hallo-bern.ch**

Informationen für einen guten Start am neuen Wohnort  
Geld und Steuern / Leben mit wenig Geld