

FINANZKOMPASS

Orientierung für Frauen in Vorarlberg



IMPRESSUM

Medieninhaberinnen Arbeiterkammer Vorarlberg
Arbeitsmarktservice Vorarlberg
ÖGB Vorarlberg
Referat für Frauen und Gleichstellung der Vorarlberger Landesregierung

Autorin Dr.in Eva Häfele

Recherche Dr.in Eva Häfele, Mag.a Sandra Hämmerle

Redaktion Mag.a Kamila Gaupp-Berghausen-Simma, Dr.in Brigitte Hutterer,
Mag.a Monika Lindermayr, Mag.a Sabine Rudigier

Fotos und Gestaltung Mag. Thomas Metzler MSc

Druck Thurnher Druckerei GmbH, Rankweil

Erscheinungsort Bregenz

Auflage 7.000 Stück

Stand der Recherchen: März 2015

Es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit der Informationen.
Alle Angaben ohne Gewähr. Rechtsansprüche aus der Benutzung
der Angaben sind ausgeschlossen.

Wir bedanken uns bei allen Institutionen und Personen, die die
Recherche unterstützt haben.

Bestellung: +43 (0)5574-511-24112, frauen@vorarlberg.at

VORWORT

In dieser Broschüre finden Sie eine Vielzahl nützlicher Ratschläge zur Frage: Wie gehe ich mit meinem Geld sinnvoll und wirksam um?

Die enthaltenen Tipps betreffen unterschiedlichste Lebenslagen und bieten die Möglichkeit, anstatt an vielen unterschiedlichen Orten Auskünfte einzuholen, hier das Wesentliche auf einen Blick zu finden. Die Spanne an Informationen reicht von A wie Arbeitssuche bis Z wie Zuschüsse.

Bitte beachten Sie:

Leistungen der öffentlichen Hand und Verdienstgrenzen werden jährlich angepasst. Entsprechende Zahlen beziehen sich daher auf das Jahr 2015.

Es gibt keinen Rechtsanspruch aus der Benutzung der Informationen und Angaben dieser Broschüre. Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr. Die Broschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Ihr Redaktionsteam

INHALTSVERZEICHNIS

- 3** Tipps für den Umgang mit Geld
- 4** Arbeit finden
- 8** Beratung in Anspruch nehmen
- 12** Finanzen in Ordnung bringen
- 14** Wie komme ich zu meinem Recht?
- 18** Weniger Steuern zahlen
- 22** Unterstützung für Kinder und Familien
- 26** Unterstützung für Schülerinnen, Schüler und Jugendliche
- 30** Unterstützung bei der Pflege von Angehörigen
- 34** Bedarfsorientierte Mindestsicherung
- 36** Befreiung von Gebühren
- 38** Notfälle – hier wird rasch geholfen!
- 40** Günstig einkaufen
- 42** Preiswerter Wohnen
- 44** Mobil unterwegs sein
- 46** Ein Mehr an Freizeit und Kultur
- 50** Gesund sein und gesund bleiben
- 52** Gut beraten und informiert in die Pension
- 54** Informationsbroschüren
- 58** Index



TIPPS FÜR DEN UMGANG MIT GELD

- o **Richten Sie** sich ein eigenes Konto ein.
- o **Achten Sie** darauf, dass Ihr Konto immer im Plus ist.
- o **Planen Sie** Ihre finanzielle Zukunft, und überprüfen Sie diese Planung auch regelmäßig.
- o **Informieren Sie** sich auf der Bank und bei Ihrer Bankberaterin oder Ihrem Bankberater – fragen Sie nach, wenn Ihnen etwas unklar ist.
- o **Versuchen Sie**, 10 % Ihres monatlichen Einkommens zu sparen! Am besten legen Sie das Geld bereits am Monatsanfang zurück.
- o **Besprechen Sie** wichtige Verträge mit Vertrauenspersonen und schlafen Sie dann eine Nacht darüber!
- o **Übernehmen Sie** die Verantwortung für das Geld selbst!
- o **Reden Sie** über Geld mit Ihren Freundinnen und anderen Frauen. So erhalten Sie auch neue Tipps.

Arbeiten gehen

- o **Bleiben Sie** finanziell eigenständig und bewahren Sie sich Ihr eigenes Einkommen.
- o **Denken Sie** an Ihre Pensionsvorsorge – je früher, desto besser!
Bei der Pensionsvorsorge geht es um den Erwerb von Versicherungszeiten.
Achtung: Bei einer geringfügigen Beschäftigung werden keine Versicherungszeiten erworben.
- o **Führen Sie** jährlich eine Arbeitnehmerinnenveranlagung (Lohnsteuerausgleich) durch. Schenken Sie dem Staat kein Geld!
- o **Wenn Sie** im Betrieb des Mannes angestellt sind, achten Sie darauf, dass Sie versichert sind.

Familie und Haushalt

- o **Schauen Sie** sich Ihre Familienfinanzen (alle Einnahmen und Fixkosten) genau an.
- o **Führen Sie** ein Haushaltsbuch, in dem Sie alle Ausgaben aufschreiben.

- o **Klären Sie** mit Ihrem Partner, wer was im Haushalt bezahlt, und überprüfen Sie das jährlich. Die Ausgaben sollten in einem guten Verhältnis zu den jeweiligen Einnahmen stehen.
- o **Treffen Sie** beim Haushaltsgeld klare Absprachen mit Ihrem Partner.
- o **Sparen Sie** auf konkrete Ziele wie Urlaub, bestimmte Konsumgüter usw.
- o **Vorsicht bei** Bürgschaften für Ihren Partner oder für Verwandte!

Beim Einkaufen

- o **Erstellen Sie** für den Einkauf eine Einkaufsliste.
- o **Machen Sie** keine Hamsterkäufe.
- o **Vergessen Sie** Sonderangebote, nur weil sie gerade günstig sind. Kaufen Sie das, was Sie wirklich brauchen.
- o **Reparieren** statt wegwerfen und neu kaufen!
- o **Ausleihen** statt kaufen!
- o **Vorsicht** bei Ratenkäufen!
- o **Zahlen Sie**, wenn möglich, immer bar!

Karenzzeit und Wiedereinstieg

- o **Bei Familienpause** und Wiedereinstieg informieren Sie sich rechtzeitig über die Kindergeldmodelle.
- o **Machen Sie** sich schon vor dem Wiedereinstieg Gedanken über Ihre zukünftige Arbeit. Lassen Sie sich beraten und informieren Sie sich über den Arbeitsmarkt. Dann sind Sie gut vorbereitet.
- o **Organisieren Sie** frühzeitig die Kinderbetreuung.
- o **Informieren Sie** sich rechtzeitig über Förderungen bei Aus- und Weiterbildungen, z.B. beim AMS.

Diese Tipps wurden von der ifs Schuldenberatung zur Verfügung gestellt.

KONTAKT

ifs Schuldenberatung gGmbH
 Mehrerauerstraße 3
 6900 Bregenz
 Telefon: 05-1755-580
 Mail: schuldenberatung@ifs.at
 www.ifs.at

ARBEIT FINDEN

Beratung und Betreuung durch das AMS

Vereinbaren Sie einen Termin mit den AMS-Beraterinnen und -Beratern. Klären Sie Ihre Ausgangssituation und Ihre beruflichen Vorstellungen. Bleiben Sie in AMS-Betreuung, wenn Sie einen Job suchen und verfügbar sind.

AMS-Förderungen

Aus- und Weiterbildungen, die eine erfolgreiche Integration in den Arbeitsmarkt versprechen, werden vom AMS gefördert. Weiters können diverse AMS-Beihilfen für Sie infrage kommen (z.B. Kinderbetreuungsbeihilfe oder Eingliederungshilfe).

AMS-Website

Offene Stellen, Berufsinformationen und spezielle Seiten für Wiedereinsteigerinnen finden Sie auf der AMS-Website www.ams.at.

AMS-Beihilfen für Kinderbetreuung

Förderung für Frauen und Männer, die einen Betreuungsplatz für ihr Kind benötigen, weil sie eine Arbeit wollen oder einen vom AMS geförderten Kurs besuchen. Das Ansuchen muss rechtzeitig vor Beginn der Arbeitsaufnahme und vor Unterbringung des Kindes erfolgen.

Kurskosten, Kursnebenkosten, Beihilfe zur Deckung des Lebensunterhaltes

Kursgebühren für berufliche Aus- und Weiterbildung sowie anfallende Reise- oder Unterbringungskosten. Während der Dauer der Aus- und Weiterbildung kann eine finanzielle Unterstützung für den Lebensunterhalt gewährt werden.

Wiedereinstieg in den Beruf

Die Unterstützung von Wiedereinsteigerinnen nach einer familienbedingten Berufsunterbrechung ist Teil des AMS-Frauenprogramms. Das AMS bietet Information und Orientierung zum beruflichen Wiedereinstieg an (Informationsseminare, Berufsorientierungskurse, etc.).

Frauenberufscentren (FBZ)

Das AMS fördert eine Laufbahnberatung bzw. ein Karrierecoaching in den Frauenberufscentren. Auch Workshops zum Thema „Wege in die finanzielle Eigenständigkeit“ können dort besucht werden.

BerufsInfoZentren Vorarlberg (BIZ)

In den BerufsInfoZentren des AMS können Sie sich einen Überblick über die Berufswelt verschaffen. Dort finden Sie eine große Auswahl an Info-Mappen und Broschüren über Berufe sowie Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten. Es besteht auch die Möglichkeit, Fragen und Anliegen direkt mit BIZ-Mitarbeiterinnen oder -Mitarbeitern zu klären.

BerufsInfoZentren gibt es im AMS Bludenz, Feldkirch und Bregenz.

Frauen in Handwerk und Technik (FIT)

Es gibt eine große Auswahl an Berufen (über 100 Lehrberufe), die Sie im Rahmen des AMS-FIT-Programms, inklusive Lehrabschlussprüfung, erlernen können.

KONTAKT

AMS Bludenz

Bahnhofplatz 1b

6700 Bludenz

Telefon: 05552-62371

E-Mail: ams.bludenz@ams.at

www.ams.at

AMS Feldkirch

Reichsstraße 151

6800 Feldkirch

Telefon: 05522-3473-0

E-Mail: ams.feldklich@ams.at

www.ams.at

AMS Dornbirn

WIFI-Campus, Trakt E

Bahnhofstraße 24

6850 Dornbirn

Telefon: 05572-22771-0

E-Mail: ams.dornbirn@ams.at

www.ams.at

AMS Bregenz

Rheinstraße 33

6901 Bregenz

Telefon: 05574-691-0

E-Mail: ams.bregenz@ams.at

www.ams.at

AMS Kleinwalsertal

Walsersstraße 240

6992 Hirschegg

Telefon: 05517-5222

E-Mail: ams.kleinwalsertal@ams.at

www.ams.at

Beratung und Unterstützung bei der beruflichen Orientierung und bei der Arbeitssuche

Sie erhalten Informationen zum Thema Wiedereinstieg, zu Bildungsangeboten und Bildungsförderungen sowie zur Klärung von Zugangsvoraussetzungen.

KONTAKT

FEMAIL

FrauenInformationszentrum Vorarlberg

Marktgasse 6
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-31002
Mobil: 0699-12735259
Mobil: 0664-3560603 Türkisch
E-Mail: info@femail.at
www.femail.at

KarenzAktiv - Management für Karenz und Wiedereinstieg

Als Beratungsstelle unterstützt KarenzAktiv bei der Planung und Umsetzung von Auszeiten, Elternteilzeit und Wiedereinstieg in den Beruf.

KONTAKT

Arbeiterkammer Vorarlberg Büro für Familien und Frauenfragen

Widnau 2-4
6800 Feldkirch

Arbeiterkammer Dornbirn

Realschulstraße 62
6850 Dornbirn

Telefon: 050-258-2600
E-Mail: familie.frau@ak-vorarlberg.at
www.ak-vorarlberg.at

Bildungs- und Berufsberatung

in allen Fragen, die mit Ausbildung, Weiterbildung und beruflichen Veränderungen verbunden sind.

KONTAKT

BIFO - Beratung für Bildung und Beruf

Bahnhofstraße 24
6850 Dornbirn
Telefon: 05572-31717-0
E-Mail: bifoinfo@bifo.at
www.bifo.at

Bildungszuschuss

Dieser Zuschuss wird für Vollzeitausbildungen und berufsbegleitende Ausbildungen für Wiedereinsteigerinnen und Unternehmerinnen gewährt.

KONTAKT

Arbeiterkammer Vorarlberg

Widnau 2-4
6800 Feldkirch
Hotline: 050-258-4200
(8 bis 12 Uhr)
E-Mail: info@bildungszuschuss.at
www.bildungszuschuss.at

Kurse und Stipendien des ÖGB (nur für ÖGB-Mitglieder)

Stipendien werden für die berufliche Aus- und Weiterbildung sowie für weitere Ausbildungen (Berufsreifepfprüfung, Studienberechtigungsprüfung etc.) gewährt.

ÖGB-Berufsschutz

(nur für ÖGB-Mitglieder)

Berufshaftpflichtversicherung, Berufsrechtsschutzversicherung, Hilfe bei Mobbing.

ÖGB-Solidaritätsversicherung

(nur für ÖGB-Mitglieder)

Bei Spitalsaufenthalten, Invalidität, Todesfall, bei Freizeitunfällen und Ablebensrisikoversicherung.

Mobbing-Beratung

(nur für ÖGB-Mitglieder)

Die Erstberatung ist kostenlos für alle.

KONTAKT

ÖGB Vorarlberg

Steingasse 2
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-3553-0
E-Mail: vorarlberg@oegb.at
www.oegb.at

Selbstversicherung bei geringfügiger Tätigkeit

Die Anmeldung zur Selbstversicherung gilt für die Kranken- und Pensionsversicherung. Erkundigen Sie sich nach dem aktuellen monatlichen Versicherungsbeitrag.

KONTAKT

Vorarlberger Gebietskrankenkasse

Jahngasse 4
6850 Dornbirn
Telefon: 050-8455
E-Mail: vgkk@vgkk.at
www.vgkk.at

sowie alle Servicestellen der VGKK

TIPP

Auch arbeitssuchende Frauen ohne Leistungsbezug können sich beim AMS vormerken lassen. Diese Zeiten können auf die spätere Pension angerechnet werden. Beachten Sie, dass die AMS-Zeiten – auch bei abgelehnter Notstandshilfe wegen des Partnereinkommens – als Pensionsversicherungszeiten gelten können. Voraussetzung für die finanziellen Leistungen nach dem Arbeitslosenversicherungsgesetz (z.B. Arbeitslosengeld, Notstandshilfe) für Personen mit Betreuungspflichten ist, dass Sie mindestens 16 bzw. 20 Stunden pro Woche zur Verfügung stehen.

Der Anspruch auf Arbeitslosengeld und Notstandshilfe ist aber nicht Voraussetzung für eine Vormerkung beim AMS bzw. für etwaige Beratungsleistungen und Förderungen des AMS.



BERATUNG IN ANSPRUCH NEHMEN

Beratungen für die Inanspruchnahme von Sozialleistungen

In den ifs Beratungsstellen werden Personen, die in einer sozialen und/oder finanziellen beziehungsweise existenziellen Notsituation sind, beraten.

ifs Erstberatung: von Mo-Fr, 8 bis 12 Uhr und 13 bis 17 Uhr, ohne Voranmeldung an den ifs Beratungsstellen.

ifs Beratungsstelle Hohenems: 8 bis 12 Uhr
ifs Beratungsstelle Egg: 9 bis 11 Uhr

KONTAKT

ifs Beratungsstelle Bludenz Innovationszentrum Bludenz

Klarenbrunnstraße 12
6700 Bludenz
Telefon: 05-1755-560
E-Mail: ifs.bludenz@ifs.at
www.ifs.at

ifs Beratungsstelle Bregenz

St.-Anna-Straße 2
6900 Bregenz
Telefon: 05-1755-510
E-Mail: ifs.bregenz@ifs.at
www.ifs.at

ifs Beratungsstelle Bregenzerwald Impulszentrum

Gerbe 1135
6863 Egg
Telefon: 05-755-520
E-Mail: ifs.bregenzerwald@ifs.at
www.ifs.at

ifs Beratungsstelle Dornbirn

Kirchgasse 4b
6850 Dornbirn
Telefon: 05-1755-530
E-Mail: ifs.dornbirn@ifs.at
www.ifs.at

ifs Beratungsstelle Feldkirch Ganahl-Areal

Schießstätte 14
6800 Feldkirch
Telefon: 05-1755-550
E-Mail: ifs.feldkirch@ifs.at
www.ifs.at

ifs Beratungsstelle Hohenems

Franz-Michael-Felder-Straße 6
6845 Hohenems
Telefon: 05-1755-540
E-Mail: ifs.hohenems@ifs.at
www.ifs.at

FEMAIL – FrauenInformationszentrum Vorarlberg

Marktgasse 6
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-31002
Mobil: 0699-12735259
Mobil: 0664-3560603 Türkisch
E-Mail: info@femail.at
www.femail.at

Caritas Center

Beratungsstelle Existenz & Wohnen

Reichsstraße 173/2
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-200-1700
E-Mail: beratung@caritas.at
www.caritas-vorarlberg.at

Beratung zu Beruf und Familie

Beratung zum Kinderbetreuungsgeld, zur Elternteilzeit, zu Vereinbarkeit Beruf und Familie, zu Karenz, Familienbeihilfe, Wochengeld usw.

KONTAKT

Arbeiterkammer Vorarlberg Büro für Familien und Frauenfragen

Widnau 2-4
6800 Feldkirch
Telefon: 050-258-2600
E-Mail: familie.frau@ak-vorarlberg.at
www.ak-vorarlberg.at

Beratung zu Fragen des Kinderbetreuungsgeldes

KONTAKT

FEMAIL – FrauenInformationszentrum Vorarlberg

Marktgasse 6
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-31002
Mobil: 0699-12735259
Mobil: 0664-3560603 Türkisch
E-Mail: info@femail.at
www.femail.at

Beratung zu Fragen des Kinderbetreuungsgeldes (nur für ÖGB-Mitglieder)

Das ÖGB-Frauenreferat bietet frauenspezifische Beratungen und Informationen zu arbeits- und sozialrechtliche Fragen sowie zu Sozialleistungen für Familien an.

KONTAKT

ÖGB Vorarlberg - Frauenreferat

Steingasse 2
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-3553-0
E-Mail: vorarlberg@oegb.at
www.oegb.at

Konsumentenberatung

Kompetente Beraterinnen und Berater bieten umfassenden Konsumentenschutz und unterstützen die Verbraucherinnen bei Fragen und Problemen des täglichen Konsums. Preisvergleiche ermöglichen einen kostenbewussten Einkauf.

KONTAKT

Arbeiterkammer Vorarlberg Konsumentenberatung

Widnau 2-4
6800 Feldkirch
Telefon: 050-258-3000
E-Mail: konsumentenberatung@ak-vorarlberg.at
www.ak-vorarlberg.at

TIPP

**Allgemeine Sozialberatung: Information,
Abklärung, Beratung, Sachhilfen etc.**

KONTAKT

Bürgerservice oder Sozialabteilung der jeweiligen Gemeinde.



FINANZEN
IN
ORDNUNG
BRINGEN

Informationen und Beratung

zu Finanzplanung, Krediten, Schuldenregelung, Privatkonkurs, Exekution und Pfändung.

KONTAKT**ifs Schuldenberatung Bregenz
Benger-Park**

Mehrerauerstraße 3
6900 Bregenz
Telefon: 05-1755-580
E-Mail: ifs.schuldenberatung@ifs.at
www.ifs.at

ifs Schuldenberatung Feldkirch

Schießstätte 14
6800 Feldkirch
Telefon: 05-1755-580
E-Mail: ifs.schuldenberatung@ifs.at
www.ifs.at

ifs Schuldenberatung Bludenz

Klarenbrunnstraße 12
6700 Bludenz
Telefon: 05-1755-580
E-Mail: ifs.schuldenberatung@ifs.at
www.ifs.at

Budgetberatung

Für Jugendliche und Erwachsene. Unterstützung bei Fragen, Sorgen, Unklarheiten rund um das eigene Budget

KONTAKT**ifs Schuldenberatung Bregenz
Benger-Park**

Mehrerauerstraße 3
6900 Bregenz
E-Mail: ifs.schuldenberatung@ifs.at
www.fitfuersgeld.at
(Website für Jugendliche)



WIE KOMME
ICH ZU
MEINEM RECHT?

Anwaltliche Auskunft – beim ersten Mal kostenlos

Einige Vorarlberger Rechtsanwältinnen bieten eine kostenlose Erstberatung an. Gemeinsam werden in einem ca. 15- bis 20-minütigen Gespräch die Rechtslage und die weitere Vorgangsweise besprochen. Die Liste der Rechtsanwältinnen finden Sie auf der Website der Rechtsanwaltskammer Vorarlberg unter „Service“.

KONTAKT

Vorarlberger Rechtsanwaltskammer

Marktplatz 11
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-71122
E-Mail: kammer@rechtsanwaelte-vorarlberg.at
www.rechtsanwaelte-vorarlberg.at

Rechtsberatung zu Ehe- und Scheidungsfragen

Das Referat für Frauen und Gleichstellung im Amt der Vorarlberger Landesregierung bietet Frauen eine Rechtsberatung zu Ehe- und Scheidungsfragen an. Es handelt sich um eine einmalige Beratung (mit einem Selbstbehalt in der Höhe von EUR 20,-) im Ausmaß von längstens 45 Minuten bei ausgewählten Rechtsanwältinnen.

KONTAKT

Amt der Vorarlberger Landesregierung Abteilung Gesellschaft, Soziales und Integration – Referat für Frauen und Gleichstellung

Römerstraße 15
6901 Bregenz
Telefon: 05574-511-24112
E-Mail: frauen@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/frauen

Informationen zu Fragen des Ehe-, Scheidungs-, Sorge- und Besuchsrechts

Beratung in familienrechtlichen Angelegenheiten, etwa bei Fragen zum Ehe-, Scheidungs-, Sorge- und Besuchsrecht.

KONTAKT

FEMAIL – FrauenInformationszentrum Vorarlberg

Marktgasse 6
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-31002
Mobil: 0699-12735259
Mobil: 0664-3560603 Türkisch
E-Mail: info@femail.at
www.femail.at

Verfahrenshilfe

Die Verfahrenshilfe bietet die Möglichkeit, die Kosten eines Zivilverfahrens zur Gänze oder zum Teil nicht bezahlen zu müssen. Bitte erkundigen Sie sich über individuell anfallende Kosten und Voraussetzungen. Der Antrag auf Verfahrenshilfe ist bei den Bezirksgerichten abzugeben.

KONTAKT

Bezirksgericht Bezaú

Platz 39
6870 Bezaú
Telefon: 05514-2206-0

Bezirksgericht Bludenz

Sparkassenweg 4
6700 Bludenz
Telefon: 05552-63081-0

Bezirksgericht Bregenz

Anton-Schneider-Straße 14
6900 Bregenz
Telefon: 05574-4931-0

Bezirksgericht Dornbirn

Kapuzinergasse 12
6850 Dornbirn
Telefon: 05572-3843-0

Bezirksgericht Feldkirch

Churerstraße 13
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-302-0

Bezirksgericht Montafon

Gerichtsweg 3
6780 Schruns
Telefon: 05556-72202-0

Kostenlose Rechtsberatung in allen Bezirksgerichten

Sprechtage jeweils Dienstagvormittag 8 bis 12 Uhr zu Familien- und Obsorgerecht.

KONTAKT

Bezirksgerichte in Vorarlberg
(Siehe Seite 15)

Familienberatung in den Bezirksgerichten

Juristinnen und Beraterinnen des Ehe- und Familienzentrums sind zu den wöchentlichen Sprechtagen anwesend. Eine weitere Begleitung durch die Beratungsstellen des Ehe- und Familienzentrums ist möglich.

KONTAKT

Ehe- und Familienzentrum

Herrengasse 4
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-74139
E-Mail: efz@kath-kirche-vorarlberg.at
www.efz.at

Bezirksgericht Feldkirch

(Dienstag, 10 bis 12 Uhr)

Bezirksgericht Dornbirn

(Dienstag, 8.30 bis 10.30 Uhr)

Bezirksgericht Bregenz

(Dienstag, 8.30 bis 10.30 Uhr)

Adressen siehe Seite 15.

Kostenlose Rechtsberatung

Bei Bedarf bezahlt das ifs eine einmalige Beratung bei einem Rechtsanwalt oder einer Rechtsanwältin.

KONTAKT

Erstberatung an allen ifs Beratungsstellen (Siehe Seite 9).

Beratung in arbeits- und sozialrechtlichen Fragen (nur für AK-Mitglieder)

KONTAKT

Arbeiterkammer Vorarlberg

Widnau 2–4
6800 Feldkirch

Arbeitsrecht

Telefon: 050-258-2000
E-Mail: arbeitsrecht@ak-vorarlberg.at
www.ak-vorarlberg.at

Sozialrecht

Telefon: 050-258-2200
E-Mail: sozialrecht@ak-vorarlberg.at
www.ak-vorarlberg.at

Beratung in arbeits- und sozialrechtlichen Fragen (nur für ÖGB-Mitglieder)

KONTAKT

ÖGB Vorarlberg

Steingasse 2
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-3553-0
E-Mail: vorarlberg@oegb.at
www.oegb.at

ifs Prozessbegleitung

Das ifs bietet Opfern von Gewalt eine kostenlose psychosoziale und juristische Prozessbegleitung an. Die Finanzierung erfolgt durch das Bundesministerium für Justiz. Die Prozessbegleitung beinhaltet die Beratung, Unterstützung und rechtliche Vertretung während der belastenden Zeit des Strafverfahrens.

KONTAKT

ifs Prozessbegleitung Erwachsene

Johannitergasse 6
6800 Feldkirch
Telefon: 05-1755-535
E-Mail: gewaltschutzstelle@ifs.at
www.ifs.at

ifs Prozessbegleitung Kinder und Jugendliche

St.-Anna-Straße 2
6900 Bregenz
Telefon: 05-1755-505
E-Mail: ifs.bregenz@ifs.at
www.ifs.at

ifs Opferschutz

Dieser bietet Hilfe und Schutz bei häuslicher Gewalt, Unterkünfte sowie direkte und diskrete Hilfestellung für Frauen und Kinder; Auskünfte und Informationen bei Fragen rund um das Thema „Gewalt“ werden erteilt.

KONTAKT**ifs Gewaltschutzstelle Vorarlberg**

Johannitergasse 6

6800 Feldkirch

Telefon: 05-1755-535

E-Mail: gewaltschutzstelle@ifs.at

www.ifs.at

ifs FrauennotWohnung**Postfach 61**

6850 Dornbirn

Telefon: 05-1755-577 (rund um die Uhr)

E-Mail: frauennotwohnung@ifs.at

TIPP

Auch der Bürgerservice mancher Gemeinden bietet in Zusammenarbeit mit Rechtsanwältinnen und Rechtsanwälden eine kostenlose Rechtsberatung an. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Gemeinde.

KONTAKT

Bürgerservice oder Sozialabteilung der jeweiligen Gemeinde



WENIGER STEUERN ZAHLEN

Beratung zu Steuerfragen (nur für AK-Mitglieder)

Beratungen zu Fragen der ArbeitnehmerInnenveranlagung, Fragen zum Finanzamt und zu den Steuern – telefonisch oder persönlich.

KONTAKT

Arbeiterkammer Vorarlberg Steuerrecht

Widnau 2–4

6800 Feldkirch

Telefon: 050-258-3100

E-Mail: steuerrecht@ak-vorarlberg.at

www.ak-vorarlberg.at

Alleinerzieherinnenabsetzbetrag, Alleinverdienerinnenabsetzbetrag

Alleinerzieherin ist, wer mehr als sechs Monate im Kalenderjahr nicht in einer Ehe oder eheähnlichen Gemeinschaft lebt und den Kinderabsetzbetrag für mindestens ein Kind erhält. Auch Alleinerziehende ohne Erwerbseinkommen (Bezieherinnen von Kinderbetreuungsgeld) können den Alleinerzieherinnenabsetzbetrag beantragen.

Alleinverdienerin ist, wer mehr als sechs Monate im Jahr verheiratet ist oder wer mehr als sechs Monate im Kalenderjahr mit einem Lebensgefährten in einer eheähnlichen Gemeinschaft lebt. In beiden Fällen dürfen die Einkünfte des (Ehe-)Partners bestimmte Grenzen nicht überschreiten.

Kinderabsetzbetrag

Dieser wird gemeinsam mit der Familienbeihilfe ausbezahlt. Ein Antrag ist nicht nötig.

Mehrkindzuschlag

Den Mehrkindzuschlag können Eltern mit drei oder mehr Kindern erhalten. Das jährliche Familieneinkommen darf 55.000 Euro nicht überschreiten.

Er wird im Zuge der ArbeitnehmerInnenveranlagung ausgezahlt bzw. bei der Einkommenssteuererklärung berücksichtigt.

Kinderfreibetrag

Für ein Kind steht ein Kinderfreibetrag zu. Der Kinderfreibetrag kann von jener Person bzw. deren (Ehe-)PartnerIn beantragt werden, dem die Familienbeihilfe für dieses Kind für mehr als sechs Monate im Kalenderjahr zusteht.

Dieser ist bei der jährlichen ArbeitnehmerInnenveranlagung zu beantragen. Erkundigen Sie sich bei Ihrem Wohnsitzfinanzamt über die aktuelle Höhe und die genauen Voraussetzungen.

Absetzbarkeit von Kinderbetreuungskosten

Kosten für die Kinderbetreuung von Kindern bis zu 10 Jahren können von steuerpflichtigen Eltern abgesetzt werden. Für die steuerliche Absetzbarkeit muss eine Reihe von Bedingungen erfüllt werden. Erkundigen Sie sich bei Ihrem Wohnsitzfinanzamt über die aktuelle Höhe und die genauen Voraussetzungen.

Unterhaltsabsetzbetrag

Unterhaltsverpflichtet ist, wer für ein nicht haushaltszugehöriges Kind nachweislich den gesetzlichen Unterhalt (Alimente) leistet. Der Unterhaltsabsetzbetrag steht auch für im Ausland lebende Kinder zu, für die Alimente bezahlt werden. Bei der jährlich durchzuführenden ArbeitnehmerInnenveranlagung zu beantragen.

KONTAKT

Finanzamt Bregenz

Brielgasse 19

6900 Bregenz

Telefon: 05574-692

Finanzamt Feldkirch

Reichsstraße 154

6800 Feldkirch

Telefon: 05522-301

PendlerInnenpauschale

Die Berechnung der PendlerInnenpauschale erfolgt auf der Basis der Entfernung vom Wohnort zum Arbeitsplatz sowie der Fahrtdauer.

Informationen

Pendlerrechner des Bundesministeriums für Finanzen.

pendlerrechner.bmf.gv.at

Absetzbarkeit von Sonderausgaben

Aufwendungen für die Schaffung von Wohnraum und für Wohnraumsanierung, für Personenversicherungen sowie außergewöhnliche Belastungen (z.B. bei Krankheit, Tod, Katastrophen) können im Rahmen der ArbeitnehmerInnenveranlagung geltend gemacht werden.

Informationen und Antragstellung beim zuständigen Wohnsitzfinanzamt.

KONTAKT**Wohnsitzfinanzamt**

(Siehe Seite 19)



UNTERSTÜTZUNG FÜR KINDER UND FAMILIEN

Informationen zum Kinderbetreuungsgeld, zur Beihilfe zum Kinderbetreuungsgeld, zur Familienbeihilfe und zum Mehrkindzuschlag

KONTAKT

Familienservice des Bundesministeriums für Familien und Jugend

Hotline: 0800-240-262

E-Mail: familienservice@bmfj.gv.at

Familienbeihilfe

Für Kinder wird den Eltern, unabhängig von ihrer Beschäftigung oder ihrem Einkommen, Familienbeihilfe gewährt.

Anspruchsberechtigt sind Eltern, deren Lebensmittelpunkt sich in Österreich befindet und deren Kind (auch Adoptiv-, Pflege-, Stief- und Enkelkind) mit ihnen zusammen in einem Haushalt lebt.

Erkundigen Sie sich bei Ihrem Wohnsitzfinanzamt über die aktuelle Höhe und die genauen Voraussetzungen.

KONTAKT

Wohnsitzfinanzamt

(Siehe Seite 19)

Wochengeld

Weiblichen Versicherten gebührt für die letzten acht Wochen vor der voraussichtlichen Entbindung, für den Tag der Entbindung und für die ersten acht Wochen nach der Entbindung ein tägliches Wochengeld.

KONTAKT

Vorarlberger Gebietskrankenkasse

Jahngasse 4

6850 Dornbirn

Telefon: 050-8455

E-Mail: vgkk@vgkk.at

www.vgkk.at

und alle Servicestellen der VGKK

Kinderbetreuungsgeld

Anspruch auf Kinderbetreuungsgeld hat ein Elternteil für sein Kind (Adoptiv-, Pflegekind), sofern für dieses Kind Familienbeihilfe bezogen wird, der Elternteil mit dem Kind im gemeinsamen Haushalt lebt, und die Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen rechtzeitig vorgenommen werden.

Erkundigen Sie sich bei Ihrer VGKK-Servicestelle über die aktuelle Höhe, die Bezugsformen und die Voraussetzungen für das Kinderbetreuungsgeld.

Beihilfe zum pauschalen Kinderbetreuungsgeld

Anspruch haben alleinstehende Elternteile, verheiratete Mütter, nicht alleinstehende Mütter und Frauen, die allein oder gemeinsam mit dem anderen Elternteil ein Kind, welches das dritte Lebensjahr noch nicht vollendet hat, an Kindes statt angenommen oder in Pflege genommen haben.

KONTAKT

Vorarlberger Gebietskrankenkasse Servicestelle Bregenz

Heldendankstraße 10

6900 Bregenz

Telefon: 050-8455-2420

E-Mail: bregenz@vgkk.at

Vorarlberger Gebietskrankenkasse Servicestelle Feldkirch

Bahnhofstraße 30

6800 Feldkirch

Telefon: 050-8455-3420

E-Mail: feldkirch@vgkk.at

Vorarlberger Gebietskrankenkasse Servicestelle Bludenz

Bahnhofstraße 12

6700 Bludenz

Telefon: 050-8455-4420

E-Mail: bludenz@vgkk.at

Vorarlberger Gebietskrankenkasse Servicestelle Schruns

Veltlinerweg 5

6780 Schruns

Telefon: 050-8455-6422

E-Mail: schruns@vgkk.at

Vorarlberger Gebietskrankenkasse Servicestelle Egg

Bundesstraße 1039

6863 Egg

Telefon: 050-8455-5421

E-Mail: egg@vgkk.at

Vorarlberger Gebietskrankenkasse Servicestelle Riezlern

Walsersstraße 25

6991 Riezlern

Telefon: 050-8455-5415

E-Mail: riezlern@vgkk.at

Arbeiterkammer Vorarlberg Büro für Familien und Frauenfragen

Widnau 2-4
6800 Feldkirch
Telefon: 050-258-2600
E-Mail: familie.frau@ak-vorarlberg.at
www.ak-vorarlberg.at

Betriebshilfe

Selbstständige und Bäuerinnen erhalten während der Schutzfrist vor und nach der Geburt eines Kindes eine Betriebshilfe in Form einer Geldleistung oder einer Ersatzarbeitskraft.
Eine Betriebshilfe kann auch bei Pflege eines Kindes mit Behinderung, bei Krankheit oder Unfall in Anspruch genommen werden.

KONTAKT

Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft Landesstelle Vorarlberg

Schloßgraben 14
6800 Feldkirch
Telefon: 050-808-2029
E-Mail: vs.vbg@svagw.at
www.sva.or.at

Sozialversicherungsanstalt der Bauern Regionalbüro Vorarlberg

Montfortstraße 9
6900 Bregenz
Telefon: 05574-4924
E-Mail: rb.vbg@svb.at
www.svb.at

Zuschuss zur Kinderbetreuung durch den/die ArbeitgeberIn

Dieser Zuschuss ist bis zu einer Höhe von 1.000 Euro pro Kalenderjahr sozialabgaben- und lohnsteuerfrei.
Voraussetzungen: Das Kind darf zu Beginn des Kalenderjahres das 10. Lebensjahr noch nicht vollendet haben. Beanspruchung der Familienbeihilfe.
Schriftliche Erklärung gegenüber ArbeitgeberIn (Formular L35).

KONTAKT

Zuständige/r ArbeitgeberIn

Familienzuschuss des Landes Vorarlberg

Der Familienzuschuss wird für jedes Kind unmittelbar im Anschluss an das Kinderbetreuungsgeld für den maximalen Zeitraum von 18 Monaten gewährt. Voraussetzung: Hauptwohnsitz in Vorarlberg, österreichische Staatsangehörigkeit bzw. dem gleichgestellt, und ein geringes Einkommen.
Der Antrag ist beim Gemeindeamt abzugeben.

KONTAKT

Amt der Vorarlberger Landesregierung Abteilung Gesellschaft, Soziales und Integration - Fachbereich Jugend und Familie

Römerstraße 15
6901 Bregenz
Telefon: 05574-511 - DW 24128 oder 24139
E-Mail: familienzuschuss@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/familienzuschuss

www.vorarlberg.at/familien_foerderung
Möglichkeit für eine erste grobe Berechnung für den Familienzuschuss.

Unterhaltsvorschuss

Der Unterhaltsvorschuss dient der Sicherstellung des Unterhalts von Kindern, wenn ein Elternteil seinen Verpflichtungen zur Zahlung nicht nachkommt.
Anspruchsberechtigt sind minderjährige Kinder, die ihren gewöhnlichen Aufenthalt in Österreich haben, und die österreichische oder EU-Staatsbürgerschaft haben.

KONTAKT

Bezirkshauptmannschaft Bludenz Kinder- und Jugendhilfe

Schloss-Gayenhofplatz 2
6700 Bludenz
Telefon: 05552-6136-51514
E-Mail: bhbludenz@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/bhbludenz

Bezirkshauptmannschaft Feldkirch Kinder- und Jugendhilfe

Schloßgraben 1
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-3591-54518
E-Mail: bhfeldkirch@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/bhfeldkirch

Bezirkshauptmannschaft Dornbirn Kinder- und Jugendhilfe

Klaudiastraße 2
6850 Dornbirn
Telefon: 05572-308-53513
E-Mail: bhdornbirn@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/bhdornbirn

Bezirkshauptmannschaft Bregenz Kinder- und Jugendhilfe

Bahnhofstraße 41
6900 Bregenz
Telefon: 05574-4951-52516
E-Mail: bhbregenz@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/bhbregenz

Familienhärteausgleich

Einmalige finanzielle Überbrückungshilfe, wenn eine unverschuldete finanzielle Not-situation vorliegt, die durch ein besonderes Ereignis ausgelöst wurde. Voraussetzung ist der Anspruch auf Familienbeihilfe. Über die genauen Voraussetzungen infor-miert der Familienservice.

KONTAKT

Familienservice des Bundesministeriums für Familien und Jugend - Abteilung II/4, Familienhärteausgleich

Franz-Josefs-Kai 51
1010 Wien
Bürgerservice: 0800-240-262
E-Mail: familienservice@bmfj.gv.at
www.bmfj.gv.at

Unterstützung bei Erkrankung des Kindes

Beratung und finanzielle Unterstützung bei den Kosten, die im Krankenhaus oder bei der Betreuung/Pflege zu Hause durch die Erkrankung eines Kindes entstehen.

KONTAKT

KiB - children care

Telefon: 0664-6203040 (0 bis 24 Uhr)
E-Mail: verein@kib.or.at
www.kib.or.at

Familienhospizkarenz-Härteausgleich

Zuschuss aus dem Familienlastenaus-gleichsfond bei Betreuung und Begleitung sterbender Angehöriger und schwerstkran-ker Kinder.

KONTAKT

Familienservice des Bundesministeriums für Familien und Jugend

Bürgerservice: 0800-240-262
E-Mail: familienservice@bmfj.gv.at
www.bmfj.gv.at



UNTERSTÜTZUNG
FÜR
SCHÜLERINNEN,
SCHÜLER UND
JUGENDLICHE

Information und Vermittlung

Der Familypoint bietet Familien umfassende Information, Beratung und Vermittlung rund um das Thema Kinderbetreuung.

KONTAKT**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Gesellschaft, Soziales und
Integration - Fachbereich Jugend und
Familie, Family Point**

Römerstraße 15

6901 Bregenz

Telefon: 05574-511-24100

E-Mail: familypoint@vorarlberg.at

www.vorarlberg.at/kinderbetreuung

Schulbeihilfe

Ab der 10. Schulstufe erhalten SchülerInnen, die sozial bedürftig sind, eine Schulbeihilfe. Sie ist vom Einkommen der Familie und von der Familiengröße abhängig. Formulare sind in der Schuldirektion erhältlich.

Heim- und Fahrtkostenbeihilfe

Für SchülerInnen der Polytechnischen Schule oder einer mittleren oder höheren Schule ab der 9. Schulstufe, die außerhalb des Wohnortes der Eltern wohnen. Voraussetzung ist die soziale Bedürftigkeit.

**Unterstützung für
Schulveranstaltungen**

Für AHS- und BMHS-Schülerinnen und Schüler zur Teilnahme an Skikursen, Sport- und Projektwochen oder Sprachreisen. Voraussetzungen sind eine Mindestdauer von fünf Tagen und soziale Bedürftigkeit.

**Ermäßigung des Betreuungsbeitrages
bei ganztägigen Schulformen und
Schülerheimen**

Für Schüler und Schülerinnen, die Schulen bzw. Heime besuchen, an denen gemäß dieser Verordnung Betreuungsbeiträge und/oder Nächtigungsbeiträge bezahlt werden müssen. Voraussetzung ist die soziale Bedürftigkeit.

KONTAKT**Landesschulrat für Vorarlberg**

Bahnhofstraße 12

6900 Bregenz

Telefon: 05574-4960-0

E-Mail: office.lsr@lsr-vbg.gv.at

www.lsr-vbg.gv.at

**Beiträge zu Schulveranstaltungen
für PflichtschülerInnen**

Finanzielle Unterstützung für die Eltern bedürftiger Kinder bei Schulveranstaltungen. Anträge liegen in den Direktionen der Pflichtschulen auf und werden über den Klassenvorstand beantragt.

KONTAKT**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Schule**

6901 Bregenz

Telefon: 05574-511-22111

E-Mail: schule@vorarlberg.at

www.vorarlberg.at

SchülerInnenfreifahrt

Die SchülerInnenfreifahrt ist bestimmt für den Weg zwischen dem Wohnort, von dem aus die Schule oder Berufsschule besucht wird, und dem Schulort. Die Antragstellung erfolgt beim zuständigen Verkehrsunternehmen.

KONTAKT**Zuständiges Verkehrsunternehmen**

Schulfahrtbeihilfe

Schulfahrtbeihilfe gebührt für Schulwege, die in eine Richtung länger als zwei Kilometer sind, sofern keine Schüler- oder SchülerInnenfreifahrt besteht. Informationen und Antragstellung beim zuständigen Wohnsitzfinanzamt.

KONTAKT**Wohnsitzfinanzamt**

(Siehe Seite 19)

Schulstartaktion

Finanzielle Unterstützung zum Schulbeginn. Des Weiteren auch Zuschüsse für Schulausflüge, Nachhilfe, Sportverein etc. für AlleinerzieherInnen und Familien mit geringen Einkommen.

KONTAKT**Volkshilfe Vorarlberg**

Anton-Schneider-Straße 19

6900 Bregenz

Telefon: 05574-48853

E-Mail: volkshilfe-vlbg@aon.at

www.volkshilfe-vlbg.at

VORTEILSCARD Jugend

Für alle unter 26 (= bis einen Tag vor dem 26. Geburtstag).

In allen Zügen der ÖBB gibt es bis zu 50 % Ermäßigung, und bei grenzüberschreitenden Bahnfahrten 25%.

KONTAKT**ÖBB Kundenservice**

Telefon: 05-1717 (0 bis 24 Uhr)

www.oebb.at

360-Card

Die 360-Card ist kostenlos. Sie bietet Jugendlichen zwischen 14 und 20 Jahren mit Wohnsitz in Vorarlberg Ermäßigungen in den Bereichen Freizeit, Kultur, Mobilität, Bildung und Beratung.

KONTAKT**360 - Vorarlberger Jugendkarte**

Poststraße 1

6850 Dornbirn

Telefon: 05572-52212

E-Mail: office@360card.at

www.360card.at



UNTERSTÜTZUNG BEI DER PFLEGE VON ANGEHÖRIGEN

Pflegegeld

Personen, die aufgrund einer körperlichen, geistigen oder psychischen Behinderung für mindestens sechs Monate im Jahr ständige Betreuung benötigen, haben Anspruch auf Pflegegeld. Das Pflegegeld ist unabhängig von Einkommen und Vermögen der betreffenden Person.

Personen mit einer schweren geistigen oder psychischen Behinderung (ab dem 15. Lebensjahr), insbesondere einer demenziellen Erkrankung, erhalten einen zusätzlichen Stundenwert (Erschwerniszuschlag).

KONTAKT**Pensionsversicherungsanstalt
Landesstelle Vorarlberg**

Zollgasse 6
6850 Dornbirn
Telefon: 050-303
E-Mail: pva-lsv@pensionsversicherung.at
www.pensionsversicherung.at

Für einige wenige Berufsgruppen sind andere Bundesstellen zuständig (siehe Bundespflegegeldgesetz).

**Zuschuss des Landes zum
Pflegegeld bei ambulanter Pflege**

Bezieher und Bezieherinnen des Pflegegeldes ab der Stufe 5, die überwiegend zu Hause von Angehörigen oder Nachbarn gepflegt werden, können diesen Zuschuss beantragen. Der Antrag wird bei den Bezirkshauptmannschaften gestellt.

KONTAKT**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Gesellschaft, Soziales und
Integration**

Römerstraße 15
6901 Bregenz
Telefon: 05574-511-24105
E-Mail: gesellschaft-soziales@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at

**Zuwendung zur Unterstützung
pflegender Angehöriger**

Ein Zuschuss zu den Kosten für die Ersatzpflege wird gewährt, wenn die Pflege seit mindestens einem Jahr überwiegend von nahen Angehörigen durchgeführt wird und die pflegebedürftige Person ein Pflegegeld der Stufe 3 bis 7 erhält oder eine nachweisliche demenzielle Erkrankung mit zumindest Pflegegeld der Stufe 1 vorliegt.

Pflegekarenzgeld

Im Falle eines plötzlich auftretenden Pflegebedarfs einer/eines nahen Angehörigen oder zur Entlastung einer pflegenden Person für eine bestimmte Zeit kann mit der Arbeitgeberin/dem Arbeitgeber eine Pflegekarenz oder Pflegezeit für eine Dauer von ein bis drei Monaten vereinbart werden. In dieser Zeit besteht Anspruch auf Pflegekarenzgeld.

KONTAKT**Sozialministeriumservice
Landesstelle Vorarlberg**

Rheinstraße 32/3
6900 Bregenz
Telefon: 05-9988-7205
E-Mail:
post.vorarlberg@sozialministeriumservice.at
www.sozialministeriumservice.at

**Förderung der
24-Stunden-Betreuung**

Betreuungsverhältnisse können entweder mit angestellten (unselbstständigen) oder mit selbstständigen Betreuerinnen organisiert werden. Voraussetzung ist ein Bezug von Pflegegeld zumindest ab der Stufe 3. Für Anspruchsberechtigte für Pflegegeld ist das Sozialministeriumservice Ansprechpartner.

Bei Bezug von Pflegegeld der Stufen 1 und 2 ist das Land Vorarlberg für die Förderung zuständig.

KONTAKT**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Gesellschaft, Soziales und
Integration**

Römerstraße 15
6901 Bregenz
Telefon: 05574-511-24129
E-Mail: gesellschaft-soziales@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at

**Sozialministeriumservice
Landesstelle Vorarlberg**

Rheinstraße 32/3
6900 Bregenz
Telefon: 05-9988-7205
E-Mail:
post.vorarlberg@sozialministeriumservice.at
www.sozialministeriumservice.at

Urlaub für pflegende Angehörige

Pflegende Angehörige haben die Möglichkeit, an einem kostenlosen Erholungsaufenthalt im Kurhotel Rossbad in Krumbach teilzunehmen.

Voraussetzung: Pflege einer verwandten Person seit einem halben Jahr der Pflegestufe 3 und höher.

KONTAKT

Arbeiterkammer Vorarlberg

Widnau 2-4

6800 Feldkirch

Telefon: 050-258-4216

E-Mail: kontakt@ak-vorarlberg.at

www.ak-vorarlberg.at

Pflegetelefon

Das Pflegetelefon des Sozialministeriums bietet detaillierte Informationen zu Pflegegeld, Fördermöglichkeiten und Anlaufstellen.

KONTAKT

Bundesministerium für Soziales und Behindertenwesen

Telefon: 0800-201622

Pflegeinformationen

Informationen zu häufig gestellten Fragen und weitere Informationen für pflegende Angehörige.

KONTAKT

www.pflegedaheim.at

Urlaub von der Pflege

Zur Entlastung von pflegenden Angehörigen können Pflegebedürftige bis zu 42 Tage im Kalenderjahr zu besonderen finanziellen Konditionen vorübergehend in einem Pflegeheim untergebracht werden.

Der Antrag ist beim Wohnsitzgemeindeamt an die zuständige Bezirkshauptmannschaft abzugeben. Der Pflegeheimplatz muss selber organisiert werden.

Übergangspflege

Zum Aufbau der häuslichen Pflege nach einer stationären Unterbringung ist die Möglichkeit geschaffen worden, die zu pflegende Person bis zu 28 Tage zu besonderen finanziellen Konditionen in einem Pflegeheim unterzubringen. Der Pflegeheimplatz muss selber organisiert werden.

KONTAKT

Auskünfte erteilen die Abteilung Soziales bei den Bezirkshauptmannschaften, Gemeinden und Pflegeheime.

Familienentlastung

Familien mit pflegebedürftigen, behinderten Kindern erhalten Gutscheine, die sie wahlweise bei verschiedenen Leistungsanbietern einlösen können.

Mit den Leistungen zur Familienentlastung können Familien die Betreuung und Pflege ihres behinderten Kindes vorübergehend abgeben, um sich besonders um die anderen minderjährigen Geschwisterkinder zu kümmern oder sich etwas zu erholen.

KONTAKT

Amt der Vorarlberger Landesregierung Abteilung Gesellschaft, Soziales und Integration

Römerstraße 15

6901 Bregenz

Telefon: 05574-511-24080

E-Mail: gesellschaft-soziales@vorarlberg.at

www.vorarlberg.at

Krankenversicherung für pflegende Angehörige

Angehörige sind Ehepartner und Personen, die mit der pflegebedürftigen Person verwandt oder verschwägert sind.

Anspruchsberechtigt sind auch nicht verwandte Personen, die mit dem Versicherten seit mindestens zehn Monaten in einer Hausgemeinschaft leben und seit dieser Zeit unentgeltlich den Haushalt führen.

KONTAKT

Vorarlberger Gebietskrankenkasse

Jahngasse 4

6850 Dornbirn

Telefon: 050-8455

E-Mail: vgkk@vgkk.at

www.vgkk.at



BEDARFS- ORIENTIERTE MINDEST- SICHERUNG

Bedarfsorientierte Mindestsicherung

Die Mindestsicherung ist als Unterstützung für Menschen zu verstehen, die in eine finanzielle Notlage geraten sind und ihren Bedarf für Lebensunterhalt und Wohnbedarf mit eigenen Mitteln (Einkommen und Vermögen) nicht mehr decken können. Durch den Bezug der Mindestsicherung ist man auch krankenversichert.

Anspruchsberechtigte sind Personen, die ihren rechtmäßigen Aufenthalt im Inland haben sowie dem AMS zur Arbeitsvermittlung zur Verfügung stehen.

Ausnahmen bestehen unter bestimmten Voraussetzungen z.B. für Personen mit Betreuungspflichten gegenüber pflegebedürftigen Angehörigen ab Pflegegeldstufe 3 oder Kindern, die das 3. Lebensjahr noch nicht vollendet haben.

Der Antrag kann auch beim AMS (siehe Seite 5) und dem Wohnsitzgemeindeamt (siehe Seite 19) abgegeben werden.

KONTAKT**Bezirkshauptmannschaft Bludenz**

Schloss-Gayenhofplatz 2
6700 Bludenz
Telefon: 05552-6136-51412
E-Mail: bhbludenz@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/bhbludenz

Bezirkshauptmannschaft Feldkirch

Schloßgraben 1
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-3591-54414
E-Mail: bhfeldkirch@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/bhfeldkirch

Bezirkshauptmannschaft Dornbirn

Kludiasstraße 2
6850 Dornbirn
Telefon: 05572-308-53413
E-Mail: bhdornbirn@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/bhdornbirn

Bezirkshauptmannschaft Bregenz

Bahnhofstraße 41
6900 Bregenz
Telefon: 05574-4951-52415
E-Mail: bhbregenz@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/bhbregenz



BEFREIUNG VON GEBÜHREN

Befreiung vom Kirchenbeitrag

Mitglieder der Katholischen und der Evangelischen Kirche sind unter gewissen Bedingungen vom Kirchenbeitrag befreit. Bitte erkundigen Sie sich über die genauen Voraussetzungen.

KONTAKT**Kirchenbeitragsreferat**

Bahnhofstraße 13
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-3485-0
E-Mail: kirchenbeitrag@kath-kirche-vorarlberg.at
www.kath-kirche-vorarlberg.at

Evangelische Kirche Online

Ungargasse 9/10
1030 Wien
Telefon: 01-712 54 61-0
E-Mail: info@evang.at
www.evang.at

Befreiung von der Rezeptgebühr und vom Service-Entgelt für die e-card

Unter bestimmten Voraussetzungen gibt es einen Anspruch auf Befreiung von der Rezeptgebühr. Treffen diese Voraussetzungen zu, fällt auch das Service-Entgelt für die e-card weg. Neben den Versicherten sind stets auch deren anspruchsberechtigten Angehörigen mitbegünstigt.

Bitte erkundigen Sie sich über die genauen Voraussetzungen.

KONTAKT**Vorarlberger Gebietskrankenkasse**

Jahngasse 4
6850 Dornbirn
Telefon: 050-8455
E-Mail: vgkk@vgkk.at
www.vgkk.at

Rundfunkgebührenbefreiung und Zuschuss zum Fernsprechentgelt

Personengruppen mit einem geringen Haushalts-Nettoeinkommen haben Anspruch auf Befreiung von Rundfunkgebühren und auf Zuschuss zum Fernsprechentgelt.

Befreiung von der Ökostrompauschale

Liegt eine GIS-Befreiung vor, muss für die Befreiung von den Ökostromkosten lediglich die letzte Stromrechnung bei der GIS Gebühren Info Service GmbH eingereicht werden.

Falls Sie keine GIS-Gebühren entrichten, erkundigen Sie sich über die genauen Voraussetzungen für die Befreiung von Ökostromkosten.

KONTAKT**GIS Gebühren Info Service GmbH**

Postfach 1000
1051 Wien
Telefon: 0810-001080
Kundenservice@gis.at
www.gis.at

NOTFÄLLE –
HIER WIRD
RASCH
GEHOLFEN

Katastrophenhilfe Österreich

Die Katastrophenhilfe unterstützt in Form einer Einmalhilfe bei akuten unverschuldeten Notsituationen (Naturkatastrophen, Unfall, Erkrankung u.ä.).

KONTAKT**Hilfe im eigenen Land****Postfach 49**

Krugerstraße 3

1015 Wien

Telefon: 01-5125800

E-Mail: office@hilfeimeigenenland.at

www.hilfeimeigenenland.at

Soforthilfefonds

Die finanziellen Unterstützungen werden für Familien mit behinderten Kindern sowie Familien mit minderjährigen Kindern in Form von Zuzahlungen zu Behindertenbehelfen, Therapiekosten und Therapiematerialien gegeben.

Weiters werden Familien in sozialer Not mit Aushilfen für den täglichen Lebensbedarf sowie mit Zuzahlungen zu Miet-, Strom- und Heizrückständen unterstützt.

KONTAKT**Licht ins Dunkel**

Kramergasse 1

1010 Wien

Telefon: 01-5338688

E-Mail: office@lichtinsdunkel.org

lichtinsdunkel.orf.at

Finanzielle Unterstützung für Notlagen

Unterstützung für unverschuldet in Not geratene Einzelpersonen, Alleinerzieherinnen, Familien mit geringem Einkommen sowie Menschen mit Behinderung.

KONTAKT**Volkshilfe Vorarlberg**

Anton-Schneider-Straße 19

A 6900 Bregenz

Telefon: 05574-48853

E-Mail: volkshilfe-vlbg@aon.at

www.volkshilfe-vlbg.at

Sozialwerk

Mit Einmalunterstützungen aus diesem Landesfonds kann rasche Hilfe an Einzelpersonen und Familien in besonderen Notsituationen geleistet werden.

Ansuchen können beim Wohnsitzgemeindeamt oder dem zuständigen Amt der Vorarlberger Landesregierung eingebracht werden.

KONTAKT**Amt der Vorarlberger Landesregierung****Vorarlberger Sozialwerk**

Römerstraße 15

6900 Bregenz

Telefon: 05574-511-24105

gesellschaft-soziales@vorarlberg.at

www.vorarlberg.at

Unterstützung bei Existenz, Wohnen, Sicherung des Lebens

Die Beratungsstelle Existenz & Wohnen bietet neben Beratung zu oben genannten Themen auch Sachhilfen zur Überbrückung einer Notsituation.

KONTAKT**Caritas Center****Beratungsstelle Existenz & Wohnen**

Reichsstraße 173/2

6800 Feldkirch

Telefon: 05522-200-1700

E-Mail: beratung@caritas.at

www.caritas-vorarlberg.at

Caritas Außenstellen

Rathausgasse 12a

6700 Bludenz

Lustenauerstraße 3

6850 Dornbirn

Weisser Ring

Der Weisse Ring hilft Opfern von Verbrechen, ungeachtet Alter, Geschlecht, Nationalität und Art des Verbrechens. Auch finanzielle Unterstützung in Notfällen wird geleistet.

KONTAKT**Weisser Ring****Landesstelle Vorarlberg**

Bahnhofstraße 45/2

6900 Bregenz

Telefon: 059133-808010 oder

0699-13434003

E-Mail: vlbg@weisser-ring.at

www.weisser-ring.at

Opfer-Notruf: 0800-112-112 (0 bis 24 Uhr, gebührenfrei)

GÜNSTIG EINKAUFEN

Gebrauchte Kleidung, Spielsachen, Geschirr, Bettwäsche, Bücher, Schuhe, Taschen etc.

In den carla Shops liegt der Schwerpunkt auf Bekleidung.

In den Einkaufsparks in Altach und Lustenau gibt es neben Kleidung auch Möbel, Spielsachen, Elektrogeräte usw.

KONTAKT

carla Shop Dornbirn

Schubertstraße 6
6850 Dornbirn
Telefon: 05522-200-4500
www.carla-vorarlberg.at

carla Shop Feldkirch

Montfortgasse 6
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-200-1620

carla Shop Bludenz

Wichnerstraße 40
6700 Bludenz
Telefon: 05522-200-2600

carla Möselepark

Möselestraße 15
6845 Altach
Telefon: 05522-200-4300
E-Mail: carla.moeslepark@caritas.at

carla Einkaufspark Lustenau

Dornbirner Straße 19
6890 Lustenau
Telefon: 05522-200-4200

Integra - Second Hand

Hier gibt es neben Geschirr und Kleidung, auch Kinderkleidung und Spielzeug.

KONTAKT

Integra Second Hand

Mariahilfstraße 45
6900 Bregenz
Telefon: 05574-54254-60

Integra Siebensachen

Kornmarktstraße 18
6900 Bregenz
Telefon: 05574-54254
www.integra.or.at

Tischlein deck dich Vorarlberg

Der Verein „Tischlein deck dich“ hilft Menschen, die in eine Notsituation geraten sind, mit qualitativ einwandfreien Lebensmitteln, die im Handel nicht mehr verkauft werden können.

Berechtigungskarten sind im Sozialamt der Wohnsitzgemeinde erhältlich.

KONTAKT

Tischlein deck dich Vorarlberg

Ladritschweg 10
6773 Vandans
Telefon: 0680-3228666
E-Mail: tischlein-deckdich@a1.net
www.tischlein-deckdich.at

TIPP

Second-Hand-Geschäfte (auch für Kinderbekleidung) nutzen!



PREISWERTER WOHNEN

Wohnbeihilfe

Finanzielle Unterstützung in Notsituationen, wenn das Einkommen für die Miete oder für die Kreditrückzahlung nicht mehr ausreicht. Basis für die Berechnung der Wohnbeihilfe ist das Nettoeinkommen aller im Haushalt lebenden Personen. Anträge können im Wohnsitzgemeindeamt abgegeben werden.

Wohnhaussanierung

Gefördert werden Privatpersonen, die ein mindestens 20 Jahre altes Gebäude sanieren, unabhängig davon, ob sie EigentümerIn oder MieterIn des Gebäudes sind. Dabei darf eine bestimmte Einkommensgrenze nicht überschritten werden. Die Förderung besteht in einem Kredit oder einem einmaligen Zuschuss.

KONTAKT**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Wohnbauförderung**

Römerstraße 15
6901 Bregenz
Telefon: 05574-511-8080
E-Mail: wohnen@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at

Heizkostenzuschuss

Einmal jährlich für Personen mit Hauptwohnsitz in Vorarlberg und geringem Einkommen. Abwicklung und Ausbezahlung des Zuschusses erfolgen über die Wohnsitzgemeinde.

KONTAKT**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Gesellschaft, Soziales und
Integration**

Römerstraße 15
6901 Bregenz
Telefon: 05574-511-24105
E-Mail: gesellschaft-soziales@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at

Gebrauchte Möbel**KONTAKT**

carla Möselepark
Möslestraße 15
6845 Altach
Telefon: 05522-200-4300
E-Mail: carla.moeslepark@caritas.at

carla Einkaufspark Lustenau

Dornbirner Straße 19
6890 Lustenau
Telefon: 05522-200-4200
www.caritas-vorarlberg.at

Integra Siebensachen

Kornmarktstraße 18
6900 Bregenz
Telefon: 05574-54254

MOBIL UNTERWEGS SEIN

VORTEILSCARD Family

Jeder Erwachsene benötigt eine eigene VORTEILSCARD Family (kein Verwandtschaftsverhältnis notwendig); bis zu vier Kinder unter 15 Jahren fahren kostenlos mit. Bis zu 50 % Ermäßigung in allen Zügen der ÖBB, 25% Ermäßigung bei grenzüberschreitenden Bahnreisen.

VORTEILSCARD Senior

Für Frauen und Männer ab 61 Jahren. Für Senioren, die z. B. eine Ausgleichs- oder Ergänzungszulage beziehen, besteht die Möglichkeit, die VORTEILSCARD Senior kostenlos zu erhalten. Bei dieser Karte gibt es auch Ermäßigungen in den Verkehrsverbänden.

KONTAKT**ÖBB Kundenservice**

Telefon: 05-1717 (0 bis 24 Uhr)
www.oebb.at

Verkehrsverbund Vorarlberg

Für Kinder bis vor ihrem 15. Lebensjahr und für alle Jahreskarten sind Ermäßigungen in verschiedenen Alters- und KundInnengruppen erhältlich.

Erkundigen Sie sich in den Verkaufsstellen des Verkehrsverbundes Vorarlberg.

KONTAKT**Verkehrsverbund Vorarlberg GmbH**

Herrngasse 12
A-6800 Feldkirch
Telefon: 05522-83951
E-Mail: info@vmobil.at
www.vmobil.at

Verkaufsstellen

MOBILPUNKT Feldkirch/Oberes Rheintal,
MOBILPUNKT Bludenz, Servicebüro Bus
& Bahn, Hohenems Bahnhof, Dornbirn
Bahnhof und Bregenz Bahnhof, Stadtbus
Bregenz, Landbus Bregenzerwald.

TIPP

In vielen Gemeinden finden Fahrradmärkte, Radverkaufsbörsen usw. statt. Informationen dazu finden Sie in den Gemeindeblättern.



EIN MEHR AN FREIZEIT UND KULTUR

Familienpass

Ermäßigte Tarife für Freizeit-, Sport- und Kulturangebote, Vergünstigungen bei der Benützung öffentlicher Verkehrsmittel. Der Familienpass gilt für Bus und Bahn in Vorarlberg. Antragsformulare finden Sie in Ihrem Gemeindeamt. Dort wird der Familienpass umgehend ausgestellt.

KONTAKT

**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Gesellschaft, Soziales und
Integration - Fachbereich Jugend und
Familie**

Römerstraße 15
6901 Bregenz
Telefon: 05574-511-24159
E-Mail: familienpass@familienpass-
vorarlberg.at
www.vorarlberg.at

Online-Suche nach Freizeit-Tipps

Tipps für Eltern und Angehörige von Kindern bis 12 Jahren mit spektakulären Naturschauplätzen, Lehrwanderwegen und institutionellen Angeboten (Ermäßigungen mit dem Familienpass sind angegeben).

KONTAKT

**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Gesellschaft, Soziales und
Integration - Fachbereich Jugend und
Familie, Kinder in die Mitte**

Römerstraße 15
6901 Bregenz
www.vorarlberg.at/freizeitippsdb

Reiseziel Museum

An drei Sonntagen im Sommer öffnen Vorarlbergs Museen für Familien um 1 Euro pro Person die Pforten.

KONTAKT

**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Kultur und Initiative Kinder
in die Mitte**

Telefon: 05574-511-24144
E-Mail: kinderindiemitte@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/kinderindiemitte

Kulturpass

Freier Eintritt bei zahlreichen kulturellen Einrichtungen in Vorarlberg. Bei Veranstaltungen für Kinder ist der Kulturpass in der Regel für einen Erwachsenen und ein Kind gültig. Voraussetzung ist ein geringes Einkommen.

KONTAKT

Ausgabestellen sind der Bürgerservice und die Abteilungen für Soziales in den Gemeinden. Der Bezug des Kulturpasses kann auch über soziale Einrichtungen wie die Caritas, die ifs Beratungsstellen und viele mehr erfolgen.

Kinderuni Vorarlberg

Die Kinderuni Vorarlberg ist eine Kooperation von FH Vorarlberg und Landeskonservatorium. Sie ist für Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren. Sechsmal pro Semester (ein Semester ist ein halbes Jahr) erzählen ProfessorInnen Interessantes zu spannenden Themen. Der Besuch ist kostenlos. Anmeldung erforderlich.

KONTAKT

**FH Vorarlberg
Marketing & Kommunikation**

Hochschulstraße 1
6850 Dornbirn
Telefon: 05572-792-2112
E-Mail: kinderuni@fhv.at
www.fhv.at/kinderuni

**Kinderuni der Pädagogischen
Hochschule Vorarlberg**

Die Kinderuni der PH Vorarlberg bietet Interessantes und Spannendes für Kinder zwischen 9 und 12 Jahren. Der Besuch ist kostenlos. Anmeldung erforderlich.

KONTAKT

Pädagogische Hochschule Vorarlberg

Lichtensteinerstraße 33-37
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-31199-504
E-Mail: kinderuni@ph-vorarlberg.ac.at
www.ph-vorarlberg.ac.at/kinderuni

Familienwochen

Die Familienwochen sind eine kostengünstige Alternative, wenn das Urlaubsbudget begrenzt ist – für kinderreiche Familien ebenso wie für Eltern mit Kleinkindern oder für alleinerziehende Mütter und Väter. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Vorarlberger Familienpass.

KONTAKT

**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Gesellschaft, Soziales und
Integration - Fachbereich Jugend und
Familie**

6901 Bregenz
Römerstraße 15
Telefon: 05574-511-24105
E-Mail: familie@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at

Ferienwoche für Alleinerziehende

Für die TeilnehmerInnen fallen die Aufenthalts- und Fahrtkosten an. Kinderbetreuung und Familienbegleitung sind durch die finanzielle Unterstützung des Landes Vorarlberg und der Katholischen Kirche Vorarlberg kostenlos.

KONTAKT

Ehe- und Familienzentrum

Herrengasse 4
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-74139
E-Mail: efz@kath-kirche-vorarlberg.at
www.efz.at



GESUND SEIN
UND
GESUND BLEIBEN

Online Service Frauengesundheit

Informationen zu frauen- und mädchen-spezifischen Gesundheitsangeboten in Vorarlberg.

Information und Beratung für Frauen mit Fragen zur Frauengesundheit

Klärung eines gesundheitlichen Anliegen, Weitervermittlung an Fachinstitutionen, Informationen über Gesundheitsvorsorge und weitere Gesundheitsthemen.

KONTAKT**FEMAIL – FrauenInformationszentrum Vorarlberg**

Marktgasse 6
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-31002
Mobil: 0699-12735259
Mobil: 0664-3560603 Türkisch
E-Mail: info@femail.at
www.femail.at

Psychotherapie im ifs

Der Zugang zur ifs Psychotherapie ist ohne ärztliche Überweisung möglich. Der Zugang erfolgt über die ifs Erstberatung der ifs Beratungsstellen. Dort erhalten Sie auch Informationen über die weiteren Kosten.

KONTAKT**ifs Beratungsstellen**
(Siehe Seite 9)**Unterstützungsfonds für medizinische Belastungen**

Unterstützung für einkommensschwache Personen, bei außergewöhnlichen medizinischen Kostenaufwendungen.

KONTAKT**Vorarlberger Gebietskrankenkasse**

Jahngasse 4
6850 Dornbirn
Telefon: 050-8455
E-Mail: vgkk@vgkk.at
www.vgkk.at



GUT BERATEN
UND INFORMIERT
IN DIE PENSION

Vorarlberger Seniorenbund (nur für Mitglieder)

Kostenlose Rechts- und steuerrechtliche Beratungen, Beratung zu Pensionsangelegenheiten und zur Betreuung und Pflege.

KONTAKT

Vorarlberger Seniorenbund

Schulgasse 36/2
6850 Dornbirn
Telefon: 05572-22548
E-Mail: info@mitdabei.at
www.mitdabei.at

Kostenlose Beratung und Information für barrierefreie und rollstuhlgerechte Umbauten und deren Finanzierung

Für Menschen, die aus Gründen wie Alter, Krankheit, Behinderung oder Unfall ihr Leben neu ordnen und ihre Wohnsituation den veränderten Bedürfnissen anpassen.

KONTAKT

ifs Mengengerechtes Bauen

Franz-Michael-Felder-Straße 6
6845 Hohenems
Telefon: 05 1755 537
www.ifs.at

Psychosoziale Beratung im Alter

Gesprächsangebot für ältere Menschen.
Auch Hausbesuche werden vereinbart.

KONTAKT

ifs Beratungsstelle Bregenz

St.-Anna-Straße 2
6900 Bregenz
Telefon: 05-1755-510
E-Mail: ifs.bregenz@ifs.at
www.ifs.at

ifs Beratungsstelle Feldkirch

Schießstätte 14
6800 Feldkirch
Telefon: 05-1755-550
E-Mail: ifs.feldkirch@ifs.at
www.ifs.at

Pensionsvorschuss

Der Pensionsvorschuss stellt eine finanzielle Absicherung für Personen dar, die während bzw. anstatt eines Arbeitslosengeld- oder Notstandshilfebezuges einen Pensionsantrag gestellt haben. Gilt für Personen, die ab 1.1.2014 das 50. Lebensjahr bereits

vollendet hatten oder im Fall festgestellter dauernder Arbeitsunfähigkeit.

KONTAKT

AMS Geschäftsstellen (Siehe Seite 5)

Ausgleichszulage für Pensionistinnen

Bezieherinnen einer sehr niedrigen Pension bekommen in Österreich eine Ausgleichszulage (umgangssprachlich Mindestpension).

Unterstützungsfonds Pensionistinnen

Zur finanziellen Unterstützung von Pensionistinnen und Versicherten für besonders berücksichtigungswürdige Fälle (unverschuldete Notlage durch ein unvorhersehbares Ereignis).

KONTAKT

Pensionsversicherungsanstalt Landesstelle Vorarlberg

Zollgasse 6
6850 Dornbirn
Telefon: 050-303
E-Mail: pva-lsv@pensionsversicherung.at
www.pensionsversicherung.at

VORTEILSCARD Senior

Für Frauen und Männer ab 61 Jahren. Bis zu 50 % Ermäßigung in allen Zügen der ÖBB, und 25% bei grenzüberschreitenden Bahnreisen. Seniorinnen, die z. B. eine Ausgleichs- oder Ergänzungszulage beziehen, können die VORTEILSCARD Senior kostenlos erhalten.

KONTAKT

ÖBB Kundenservice

Telefon: 05-1717 (0 bis 24 Uhr)
www.oebb.at

Seniorenerholungswochen

Für alleinstehende Frauen sowie Ehepaare ab 60 Jahren. Für finanziell schlechter gestellte Seniorinnen besteht die Möglichkeit, eine Unterstützung zu bekommen.

KONTAKT

Seniorenerholung Caritas Vorarlberg

Gertrud Hefel
Kolumbanstraße 9
6900 Bregenz
Telefon: 0664-8240115
E-Mail: gertrud.hefel@caritas.at
www.caritas-vorarlberg.at

INFORMATIONS- BROSCHÜREN

Arbeiterkammer Vorarlberg

Mutterschutz und Wochengeld

Das Wichtigste für die erste Zeit.

Die ersten Wege nach der Geburt

Eine Schwangerschaft und die Geburt eines Kindes sind einschneidende Momente im Leben einer Familie. Dazu gehört eine Reihe von Behördengängen.

Karenz

Begriffserklärung, Meldefristen, Sonderfälle.

Elternteilzeit

Rechte und Pflichten.

Kinderbetreuungsgeld

Die aktuellen Bestimmungen zum Kinderbetreuungsgeld.

Beruf und Familie

Die häufigsten Fragen und größten Irrtümer.

Pflegende Angehörige

Zur verbesserten Vereinbarkeit von Erwerbsarbeit und Pflege von Familienangehörigen gibt es verschiedene Modelle.

Gleichbehandlung in der Arbeitswelt

Überblick über das Gleichbehandlungsgesetz und die wichtigsten Bestimmungen rund um die Antidiskriminierung in der Arbeitswelt.

Steuern sparen

Mit dem Leitfaden „Steuern sparen“ können Sie detailliert in die Steuermaterie eintauchen. Hier finden Sie alle Höchstgrenzen und Pauschalen genau aufgeschlüsselt.

ZU BESTELLEN BEI:

Arbeiterkammer Vorarlberg

Widnau 2-4
A-6800 Feldkirch
Telefon: 050-258-8000
E-Mail: bestellen@ak-vorarlberg.at

AMS Vorarlberg

Frauen in Handwerk und Technik

10 Frauen erzählen von Ihren Erfahrungen im FIT-Programm.

So gelingt Ihr beruflicher Wiedereinstieg

Die Broschüre ist als Arbeits- und Serviceheft konzipiert. Sie ist in Ihrer regionalen AMS-Stelle erhältlich oder kann bestellt werden.

Wie finde ich Arbeit?

Informationen für Migrantinnen.

Praxismappe für die Arbeitssuche

Die Mappe enthält einen Leitfaden und Arbeitsblätter zur Vorbereitung der Arbeitssuche, der Kontaktaufnahme mit Firmen und zum Vorstellungsgespräch.

Mädchen können mehr

Schritt für Schritt - Tipps für eine gelungene Berufswahl.

Frauen mit Behinderung

15 Wege zur Arbeit - Eine Broschüre des AMS für Arbeit suchende Frauen mit Behinderung.

ZU BESTELLEN BEI:

AMS Österreich Bundesgeschäftsstelle

Treustraße 35-43
1200 Wien
Telefon: 01-33178-626
E-Mail: ams.frauen@ams.at

ÖGB Landesorganisation Vorarlberg

Rechtsinformation „Baby Package“

Informationen zum Mutterschutz, Karenz, Elternteilzeit, Wiedereinstieg sowie Musterformulare.

ZU BESTELLEN BEI:

ÖGB Vorarlberg

Steingasse 2
6800 Feldkirch
Telefon: 05222-3553-20
E-Mail: sabine.rudigier@oegb.at

FEMAIL - FrauenInformationszentrum Vorarlberg

Wie finanziere ich einen Heimpflegeplatz

Eine Orientierungshilfe für die Finanzierung eines Heimaufenthaltes in Vorarlberg.

Pflegegeld für Nicht-ÖsterreicherInnen (Deutsch und Türkisch)

Eine Orientierungshilfe für Drittstaatsangehörige, EU-/EWR- und Schweizer StaatsbürgerInnen.

Lebensgemeinschaft

Informationen zum rechtlichen Status der Lebensgemeinschaft.

Pension

Diese Broschüre bietet einen frauenspezifischen Blick auf das österreichische Pensionsrecht.

Obsorge

Rechtliche Verantwortung für Minderjährige bei Trennung oder Scheidung.

Frauen:aktiv

Angebote für Migrantinnen in Vorarlbergs Gemeinden.

ZU BESTELLEN BEI:

FEMAIL – FrauenInformationszentrum Vorarlberg

Marktgasse 6
6800 Feldkirch
Telefon: 05522-31002
Mobil: 0699-12735259
Mobil: 0664-3560603 Türkisch
E-Mail: info@femail.at
www.femail.at

Vorarlberger Landesregierung

Informationen von A-Z für Frauen in Vorarlberg

Ein übersichtliches Nachschlagewerk für Frauen mit zahlreichen Kontaktadressen sowie umfangreichen Informations- und Serviceangeboten.

Karenz, Elternteilzeit, Wiedereinstieg

Der Leitfaden wurde neu überarbeitet und aktualisiert.

Leitfaden für Alleinerziehende

Informationen für alleinerziehende Eltern. Der Leitfaden wurde neu überarbeitet und aktualisiert.

Frauenbildungskalender

Sammlung aktueller Bildungsangebote für Frauen. Der Frauenbildungskalender erscheint zweimal jährlich.

Frösche küssen war einmal Wertschätze

12 schlaue Tipps für Frauen zur Lebensgestaltung.

Wert-Schätze Pflege-Schätze

10 Wertschätze zur Selbstsorge für Angehörige, die pflegen, betreuen und Verantwortung übernehmen.

Gleiches Recht für beide

Rechtliche Informationen rund um Ehe und Lebensgemeinschaften.

Sicherheitstipps für Frauen und Mädchen

Zum Schutz vor Männergewalt.

Gewalt in Familien und Partnerschaft

Gewalt erkennen, benennen und Betroffene informieren.

if:faktum - gleichstellung kompakt

Das Magazin für Vorarlbergerinnen mit Schwerpunktthemen.

ZU BESTELLEN BEI:

Amt der Vorarlberger Landesregierung Abteilung Gesellschaft, Soziales und Integration - Referat für Frauen und Gleichstellung

Römerstraße 15
6901 Bregenz
Telefon: 05574-511-24112
E-Mail: frauen@vorarlberg.at

**Die cleveren Seiten für Familien -
Familienleistungen im Land Vorarlberg**

In dieser Broschüre erhalten Sie einen umfassenden Überblick über die wichtigsten Unterstützungen und Angebote für Familien in Vorarlberg, speziell rund um Schwangerschaft, Geburt und Entwicklung Ihres Kindes.

ZU BESTELLEN BEI:

**Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Gesellschaft, Soziales und
Integration - Fachbereich Jugend und
Familie, Kinder in die Mitte**

Römerstraße 15

6901 Bregenz

Telefon: 05574-511-24127

E-Mail: familie@vorarlberg.at

www.vorarlberg.at/familie



INDEX

A

Absetzbarkeit von Kinderbetreuungskosten	19
Absetzbarkeit von Sonderausgaben	20
Alleinerzieherinnenabsetzbetrag	19
Alleinverdienerinnenabsetzbetrag	19
AMS-Beihilfen für Kinderbetreuung	5
AMS-Beratung und Betreuung	5
AMS-Förderungen	5
AMS-Website	5
Anwaltliche Auskunft - erste kostenlos	15
Arbeits- und Sozialrecht	16
Arbeits- und sozialrechtliche Beratung	16
Ausgleichszulage für Pensionistinnen	53

B

Barrierefreie und rollstuhlgerechte Umbauten	53
Bedarfsorientierte Mindestsicherung	35
Beihilfe zum pauschalen Kinderbetreuungsgeld	23
Beiträge zu Schulveranstaltungen für PflichtschülerInnen	27
Beratung und Unterstützung bei der beruflichen Orientierung	6
Berufsschutz ÖGB	6
Betreuungsbeitrag bei ganztägigen Schulformen - Ermäßigung	27
Betriebshilfe für Selbstständige und Bäuerinnen	24
Bettwäsche gebraucht	41
Bildungs- und Berufsberatung	6
Bildungszuschuss	6
Beruf und Familie Beratung	9
BerufsInfoZentren Vorarlberg (BIZ)	5
Bücher gebraucht	41
Budgetberatung	13

C

Card 360-Card	28
---------------	----

E

E-Card Serviceentgelt Befreiung	37
Ehe- und Scheidung Rechtsberatung	15
Ehe-, Scheidungs-, Sorge- und Besuchsrechts	15
Erkrankung des Kindes - Unterstützung	25
Existenz, Wohnen, Sicherung des Lebens	43

F

Familienbeihilfe	23
Familienberatung in den Bezirksgerichten	16
Familienentlastung bei pflegebedürftigen Kindern	32

Familienhärteausgleich	25
Familienhospizkarenz-Härteausgleich	25
Familienpass	47
Familienwochen	48
Familienzuschuss des Landes Vorarlberg	24
Ferienwoche für Alleinerziehende	48
Finanzplanung	13
Förderung der 24-Stunden-Betreuung	31
Frauen in Handwerk und Technik (FIT)	5
Frauengesundheit online	51
Frauengesundheit: Information und Beratung	51
Freizeit-Tipps online	47

G

Geschirr gebraucht	41
--------------------	----

H

Heim- und Fahrtkostenbeihilfe	27
Heizkostenzuschuss	43

I

Informationsbroschüren	55
------------------------	----

K

KarenzAktiv-Management für Karenz und Wiedereinstieg	6
Katastrophenhilfe Österreich	39
Kinderabsetzbetrag	19
Kinderbetreuungsbeihilfe AMS	5
Kinderbetreuungsgeld	23
Kinderbetreuungsgeld Beratung	9
Kinderfreibetrag	19
Kinderuni Vorarlberg	47
Kinderuni der Pädagogischen Hochschule Vorarlberg	47
Kirchenbeitrag Befreiung	37
Kleidung gebraucht	41
Konsumentenberatung	10
Kostenlose Rechtsberatung (einmalig)	16
Kostenlose Rechtsberatung in allen Bezirksgerichten	16
Krankenversicherung für pflegende Angehörige	32
Kulturpass	47
Kurse, Stipendien des ÖGB	6
Kurskosten Unterstützung	5
Kurzzeitpflege - Übergangspflege	32
Kurzzeitpflege - Urlaub von der Pflege	32

M

Mehrkindzuschlag	19
Mobbing Beratung	6
Möbel gebraucht	43

O

- Ökostrompauschale Befreiung 37
- Opferhilfe Weisser Ring 39
- Opferschutz 17

P

- Pendlerinnenpauschale 19
- Pensionsvorschuss 53
- Pflegende Angehörige - Krankenversicherung 32
- Pflegegeld 31
- Pflegeinformationen 32
- Pflegekarenzgeld 31
- Pflegetelefon 32
- Prozessbegleitung 16
- Psychosoziale Beratung im Alter 53
- Psychotherapie im ifs 51

R

- Rechtsberatung in allen Bezirksgerichten 16
- Reiseziel Museum 47
- Rundfunkgebührenbefreiung und Zuschuss zum Fernsprechtgelt 37

S

- Schuhe gebraucht 41
- Schulbeihilfe 27
- Schuldenregelung 13
- SchülerInnenfreifahrt 27
- Schulfahrtbeihilfe 27
- Schulstartaktion 27
- Schulveranstaltungen – Unterstützung 27
- Second-Hand-Kleidung 41
- Selbstversicherung bei geringfügiger Tätigkeit 7
- Seniorenbund 53
- Seniorenerholungswochen 53
- Soforthilfefonds 39
- Solidaritätsversicherung ÖGB 6
- Sozialberatung - allgemein 10
- Sozialleistungen - allgemeine Beratungen 9
- Sozialwerk (Vorarlberger) 39
- Spielsachen gebraucht 41
- Steuerfragen Beratung 19

T

- Tipps für den Umgang mit Geld 3
- Tischlein deck dich 41

U

- Übergangspflege 32
- Unterhaltsabsetzbetrag 19
- Unterhaltsvorschuss 24
- Unterstützung für Schulveranstaltungen 27

Unterstützungsfonds Pensionistinnen	53
Unterstützungsfonds für medizinische Belastungen	51
Urlaube für pflegende Angehörige	32
Urlaub von der Pflege - Unterbringung im Pflegeheim	32

V

Verfahrenshilfe	15
Verkehrsverbund Vorarlberg – Ermäßigungen	45
Vorarlberger Sozialwerk	39
Vormerkung AMS	7
VORTEILSCARD Jugend	28
VORTEILSCARD Family	45
VORTEILSCARD Senior	45

W

Weisser Ring	39
Wiedereinstieg in den Beruf	5
Wochengeld	23
Wohnbeihilfe	43
Wohnhaussanierung	43

Z

Zuschuss Familienhospizkarenz	25
Zuschuss zum Pflegegeld bei ambulanter Pflege	31
Zuschuss zur Kinderbetreuung durch den Arbeitgeber/die Arbeitgeberin	24
Zuwendung zur Unterstützung pflegender Angehöriger	31



