

Alleinerziehend in Bremen?

Finanzielle Hilfen im Überblick

Inhalt

Vorwort	3
Überblick über allgemeine Leistungen für Alleinerziehende	4
Kindergeld	4
Elterngeld und Elterngeld Plus	5
Unterhaltsvorschuss	6
Bürgergeld	7
Kinderzuschlag	8
Bremen-Pass / Bildung & Teilhabe	9
Rechtsanspruch auf Kinderbetreuung	10
Zuschüsse zu Elternbeiträgen für Kinderbetreuung in Krippen, Elternvereinen oder in der Kindertagespflege	11
Wohngeld Plus	12
Befreiung vom Rundfunkbeitrag	13
Besondere Leistungen für Alleinerziehende in der Ausbildung	14
Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) nach dem SGB III	14
Bafög	15
Bürgergeld	16
Besondere Leistungen für berufstätige Alleinerziehende mit geringem Einkommen	17
Bürgergeld	17
Arbeitslosengeld	18
Besondere Leistungen für erwerbslose Alleinerziehende	19
Bürgergeld	19
Arbeitslosengeld	20
Beratung und finanzielle Hilfen bei Schwangerschaft	21
Weitere finanzielle Hilfen in der Stadt Bremen	23
Beratungsstellen in der Stadt Bremen	29

Vorwort

Liebe Leser*innen,

Ein-Eltern-Familien gehören zu unserer Gesellschaft und sind schon lange keine Randerscheinung mehr. In Bremen haben 27 Prozent der Familien mit minderjährigen Kindern ein alleinerziehendes Elternteil. Ein-Eltern-Familien sind oft stärker als andere darauf angewiesen, familien- und sozialpolitische Leistungen auszuschöpfen. Unser Steuer- und Sozialsystem lässt Alleinerziehende aber noch zu oft am Rand stehen. Hier sind wir als Land weiterhin gefordert, auf Bundesebene für Verbesserungen einzutreten. Denn Ein-Eltern-Familien müssen dringend gestärkt werden. Sie leisten Beträchtliches bei der Kindererziehung und meist noch zusätzlich am Arbeitsplatz. Das sind hohe Belastungen, denen sie über viele Jahre standhalten.

Über 90 Prozent der Alleinerziehenden sind Frauen. Nahezu allen gemeinsam ist, dass sie auf Hindernisse und Hürden treffen, weil zahlreiche gesellschaftliche Rahmenbedingungen nicht auf ihre Lebenssituation abgestimmt sind. Viele Alleinerziehende haben schlechtere Chancen auf dem Arbeitsmarkt: Auch, weil es ihnen an flexiblen und verlässlichen Kinderbetreuungsangeboten in den Randzeiten fehlt. Die hohe Anzahl von Alleinerziehenden ohne Berufsabschluss und ihre extrem niedrige Erwerbsbeteiligung in Bremen sind eine der Konsequenzen. Im Ländervergleich schneidet Bremen entsprechend schlecht ab. Alleinerziehende haben es zudem bei der Wohnungssuche schwer und tragen ein großes Armutsrisiko.

Seit Juli 2017 werden öffentliche Unterhaltsvorschuss- und Ausfallleistungen länger gezahlt und fallen höher aus. An dieser Stellschraube arbeiten wir weiter, damit Alleinerziehende ihre eigene und die Existenz ihrer Kinder sichern können. Mit der vorliegenden Übersicht möchten wir alleinerziehende Frauen und Männer in der Stadt Bremen ganz konkret dabei unterstützen, in ihrer individuellen Situation alle Möglichkeiten der finanziellen Hilfen kennenzulernen, zu erfahren, wo diese beantragt werden können und sie auszuschöpfen. Weil Ein-Eltern-Familien jede Hilfe brauchen können.



Foto: ©Elisa Meyer

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'B. Wilhelm'.

Bettina Wilhelm
Landesfrauenbeauftragte Bremen

Überblick über allgemeine Leistungen für Alleinerziehende

Kindergeld

Das Kindergeld beträgt aktuell 250 Euro pro Kind. Es wird für Kinder ab der Geburt bis zur Vollendung des 18. Lebensjahrs gezahlt, unter bestimmten Voraussetzungen auch bis zum 25. Lebensjahr. Zum Beispiel, wenn sich das Kind in einer Schul- oder Berufsausbildung befindet.

Voraussetzungen

- ◀ Sie versorgen Ihr Kind regelmäßig.
- ▲ Der Wohnsitz oder der gewöhnliche Aufenthalt von Ihnen und Ihrem Kind ist in Deutschland.

Informationen

www.familienportal.de/familienportal/familienleistungen/kindergeld



Antrag & Kontakt

Das Kindergeld kann nach der Geburt bei der Familienkasse (Agentur für Arbeit Bremen – Bremerhaven) oder digital beantragt werden. Die Frist für rückwirkende Zahlung von Kindergeld beträgt sechs Monate, es sollte daher kurz nach der Geburt beantragt werden.

Der Antrag kann auch vollständig elektronisch gestellt werden. Hierfür ist ein gültiges ELSTER-Zertifikat oder ein digitaler Personalausweis notwendig.

Familienkasse (Agentur für Arbeit Bremen – Bremerhaven)

www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder



Serviceportal Bremen

<https://www.service.bremen.de/kindergeld-beantragen-11369>



Bitte beachten Sie

- ◀ Für ein Kind erhält nur eine Person das Kindergeld! Das bedeutet, das Kindergeld wird nur an ein Elternteil ausgezahlt.
- ▲ Für EU-Beschäftigte, für Deutsche, die im Ausland wohnen und für in Deutschland lebende Ausländer*innen, Menschen mit Fluchthintergrund und Asylbewerber*innen gibt es besondere Regelungen.
- ▼ Kindergeld wird beim Bezug von Bürgergeld in voller Höhe angerechnet.

Elterngeld und Elterngeld Plus

Das Elterngeld ist eine Leistung für Eltern von Säuglingen und Kleinkindern. Es schafft einen Ausgleich für Eltern, die nach der Geburt zeitweise weniger oder gar nicht mehr arbeiten und daher ein geringeres Einkommen haben.

Die Höhe des Elterngeldes ist abhängig von dem Einkommen vor der Geburt.

Elterngeld gibt es in drei Varianten: Basiselterngeld, Elterngeld Plus, Partnerschaftsbonus.

Voraussetzungen

- ◀ Sie betreuen und erziehen Ihr/e Kind/er selbst.
- ◀ Sie haben einen Wohnsitz in Deutschland oder halten sich gewöhnlich hier auf.
- ▶ Sie leben mit Ihrem Kind/Ihren Kindern in einem gemeinsamen Haushalt.
- ◀ Sie sind nicht mehr als 32 Stunden in der Woche erwerbstätig. Berufsausbildungen sind hiervon ausgenommen.

Antrag & Kontakt

Elterngeld können Sie nach der Geburt beantragen. Der Antrag muss für mindestens zwei Lebensmonate gestellt werden.

Serviceportal Bremen

www.service.bremen.de/sixcms/detail.php?gsid=bremen128.c.9168.de&asl



Amt für Soziale Dienste

Elterngeldstelle
Hans-Böckler-Straße 9
28217 Bremen

✉ E-Mail: elterngeldstelle.bremen@afsd.bremen.de

Servicenummer Elterngeldstelle

☎ Telefon: 0421 / 361 943 00
Telefonische Erreichbarkeit:
Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr
Donnerstag: 8.00 – 12.00 Uhr



Unterhaltsvorschuss

Der Unterhaltsvorschuss soll die finanzielle Lebensgrundlage **des Kindes** sichern. Er ist eine vorrangige Sozialleistung. Das bedeutet, falls er den Lebensunterhalt des Kindes nicht sichert, kann ergänzend Bürgergeld beantragt werden. Der Unterhalt wird darauf angerechnet. Der Unterhaltsvorschuss kann auch gezahlt werden, wenn Sie verwitwet sind. Eine Waisenrente wird angerechnet.

Voraussetzungen

- ◀ Der unterhaltspflichtige Elternteil zahlt nicht, nur teilweise oder unregelmäßig. Das eigene Einkommen ist dabei unerheblich.
- ◀ Das Kind lebt in Ihrem Haushalt und ist jünger als 18 Jahre.
- ◀ Ist das Kind zwischen zwölf und 18 Jahre alt, können Sie Unterhaltsvorschuss bekommen, wenn das Kind nicht auf Bürgergeld angewiesen ist oder, wenn Sie Bürgergeld beziehen und zusätzlich mindestens 600 Euro Einkommen haben.

Informationen

www.service.bremen.de/unterhaltsvorschuss-beantragen-123446



Antrag & Kontakt

Der Antrag kann online ausgefüllt werden: www.unterhaltsvorschuss-online.de

Formulare können zudem auf

www.service.bremen.de/unterhaltsvorschuss-beantragen-123446

heruntergeladen werden oder sind erhältlich beim:

Amt für Soziale Dienste

Fachdienst Flüchtlinge

Integration und Familien: Unterhaltsvorschussstelle

Breitenweg 29-33

28195 Bremen

☎ Telefon: 361 / 17 040

Bitte beachten Sie

- ◀ Der Unterhalt kann unter Umständen für einen Monat rückwirkend gezahlt werden.
- ◀ Die Zahlung erfolgt am Anfang eines jeden Monats.
- ◀ Ausländische Staatsangehörige, die nicht aus der EU, Island, Liechtenstein, Norwegen und der Schweiz kommen, können unter bestimmten Voraussetzungen Unterhaltsvorschuss erhalten, wenn sie eine Niederlassungserlaubnis oder Beschäftigungsduldung haben.

Bürgergeld

Das Bürgergeld ersetzt das frühere Arbeitslosengeld II, auch „Grundsicherung für Arbeitssuchende“ genannt.

Voraussetzungen

- ◀ Das Bürgergeld erhalten Sie, wenn Sie Ihren Lebensunterhalt nicht aus eigenem Einkommen oder Vermögen finanzieren können, aber grundsätzlich erwerbsfähig sind.

Informationen

www.jobcenter-bremen.de

Antrag & Kontakt

Jobcenter Bremen

Online-Anträge unter: www.jobcenter.digital/

Oder wenden Sie sich an die für Ihr Wohngebiet zuständige Geschäftsstelle.

☎ Zentrale Telefonnummer: 0421 / 56 600



Bitte beachten Sie

- ◀ Das Bürgergeld ist eine nachrangige Sozialleistung. Das bedeutet, es wird erst gezahlt, wenn keine anderen sogenannten vorrangigen Leistungsansprüche bestehen. Dazu gehören unter anderem Wohngeld, Erwerbsminderungsrente, Arbeitslosengeld und Elterngeld. Ergänzende Leistungen wie „Mehrbedarf“ und „einmalige Bedarfe“ sind möglich.
- ◀ Die Leistungsgewährung erfolgt grundsätzlich zum Ersten eines Monats. Im Antragsmonat kann rückwirkend für den vollen Monat gezahlt werden.
- ◀ Auszubildende und Studierende sind grundsätzlich von dieser Leistung ausgeschlossen.

Kinderzuschlag

Wenn Ihr Einkommen für Ihre Familie nicht reicht, bekommen Sie unter bestimmten Voraussetzungen einen Kinderzuschlag (KiZ). Er wird auch Kindergeldzuschlag genannt.

Voraussetzungen

- ▶ Maßgeblich ist das durchschnittliche Monatseinkommen der letzten sechs Monate vor der Antragstellung. Die Bewilligung erfolgt für sechs Monate, unabhängig davon, ob sich das Einkommen während dieser Zeit ändert.
- ▲ Mit dem KiZ-Lotsen können Sie prüfen, ob Ihre Familie die Voraussetzungen für den KiZ erfüllt und ihn über die Website der Arbeitsagentur gleich beantragen.

Informationen

<http://familienkasse.de>

Menüpunkt: Kinderzuschlag-Antrag

www.arbeitsagentur.de

Menüpunkte: Familie und Kinder > Kinderzuschlag-Antrag

neu: KiZ-Lotse zur Ermittlung des Kinderzuschlags:

www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kinderzuschlag-verstehen/kiz-lotse



Antrag & Kontakt

Agentur für Arbeit Bremen – Bremerhaven

Familienkasse

Lindenstr. 71

28755 Bremen

☎ Kostenlose Servicenummer: 0800 / 4 5555 30

☎ Telefonnummer für die Auszahlung: 0800 / 4 5555 33

Bitte beachten Sie

- ◀ Der Kinderzuschlag wird ab dem Monat der Antragstellung gewährt. Die Zahlung erfolgt grundsätzlich mit dem Kindergeld. Unterhaltszahlungen beziehungsweise Unterhaltsvorschuss werden bei der Berechnung berücksichtigt.

Bremen-Pass / Bildung & Teilhabe

Mit dem Bremen-Pass erhalten Sie Eintrittsermächtigungen. Zum Beispiel in Museen, ein vergünstigtes Stadt-Ticket, kostenloses Mittagessen in Kita und Schule, finanzielle Hilfen für Klassenfahrten, Ausflüge, Nachhilfe oder Schülerbeförderung.

Voraussetzungen

- ▲ Sie beziehen Bürgergeld oder Sozialgeld.
- ▶ Sie erhalten:
 - Sozialhilfe
 - Grundsicherung
 - Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (§2 und §3)
 - Wohngeld oder Kinderzuschlag

Informationen

www.jobcenter-bremen.de

Menüpunkte: Finanzielle Hilfen > für Familien und Kinder > runterscrollen bis Bremen-Pass

www.bremen.de

Suche: Bremen-Pass

Hier finden Sie eine Liste der Anbieter von Leistungen des Pakets.

Antrag & Kontakt

In den Geschäftsstellen des Jobcenters und in den Sozialzentren des Amtes für Soziale Dienste werden Sie beraten, bekommen Antragsformulare und einen Bremen-Pass für Ihr Kind.

Online den Bremen-Pass beantragen:

www.service.bremen.de/bremen-pass-beantragen-10182



Bitte beachten Sie

- ◀ Der Bremen-Pass ist genauso lange gültig wie Ihr Leistungsbescheid für Bürgergeld oder Sozialgeld.

Rechtsanspruch auf Kinderbetreuung

Seit August 2021 haben Kinder einen Rechtsanspruch auf täglich mindestens sechs Stunden frühkindliche Förderung. Das bedeutet, sie haben einen Anspruch auf einen Krippenplatz, beziehungsweise auf einen Kita-Platz, wenn sie das erste Lebensjahr vollendet haben. Der Rechtsanspruch kann auch schon früher bestehen, beispielsweise wenn beide Sorgeberechtigten berufstätig sind.

Eltern können sich bei der Tagesbetreuung zwischen Tageseinrichtungen (Kitas) oder Kindertagespflegestellen entscheiden. In der Kindertagespflege wird Ihr Kind von einer Kindertagespflegeperson betreut. Eine Kindertagespflegeperson betreut bis zu fünf Kinder gleichzeitig in ihrem eigenen Haushalt, in angemieteten Räumen oder im Haushalt des Kindes.

Voraussetzungen

- ▶ Ihr Kind ist mindestens ein Jahr alt.
- ▶ Ihr Kind ist jünger als ein Jahr, aber Sie sind berufstätig.

Informationen

<https://kitaportal.bremen.de/de/faq>



Die Informationen stehen in folgenden Sprachen zur Verfügung: deutsch, englisch, arabisch, französisch, bulgarisch, polnisch, russisch, türkisch.

Antrag & Kontakt

Es muss kein Antrag gestellt werden. Über das Kita-Portal erhalten Sie Informationen und können Ihr Kind anmelden.

<https://kitaportal.bremen.de/de/>

Das Kindergartenjahr beginnt am 1. August eines Jahres. Wir empfehlen eine Anmeldung zu diesem Datum. Wenn Sie Ihr Kind zu einem anderen Datum anmelden, ist es in der Regel schwieriger einen Platz zu bekommen.



Elternservice bei der Senatorin für Kinder und Bildung

☎ Telefon: 0421 / 361 92 000

✉ E-Mail: tagesbetreuung@kinder.bremen.de

Montag und Donnerstag: 9.00 – 11.00 Uhr

Dienstag und Mittwoch: 13.30 – 15.30 Uhr

Bitte beachten Sie

- ▶ Das grundsätzliche Recht auf einen Platz ist unabhängig davon, ob die Eltern arbeiten oder nicht.
- ▶ Eltern haben die Möglichkeit, einen Kita-Platz einzuklagen, wenn sie trotz aller Bemühungen der Behörde keinen Platz erhalten haben.

Zuschüsse zu Elternbeiträgen für Kinderbetreuung in Krippen, Elternvereinen oder in der Kindertagespflege

Jedes Kind hat ab dem ersten Geburtstag einen Anspruch auf Förderung in einer Kindertageseinrichtung oder Kindertagespflege. Kinder ab dem dritten Lebensjahr werden in allen Einrichtungen kostenlos betreut. Lediglich eine Beteiligung an den Verpflegungskosten in Höhe von aktuell 35 Euro je Monat ist seitens der Eltern zu leisten. Mit dem Bremen-Pass ist es möglich, sich von den 35 Euro befreien zu lassen.

Wenn Ihr Kind unter drei Jahren alt ist, fallen sozial gestaffelte Elternbeiträge an.

Voraussetzung

- ▶ Bei der Elternbeitragsstelle wird der Zuschuss zu den Elternbeiträgen nach dem Einkommen der Haushaltsgemeinschaft berechnet. Liegt dieses unterhalb einer bestimmten Grenze, fallen grundsätzlich keine Beiträge an.

Antrag & Kontakt

www.bildung.bremen.de

Menüpunkte: Kinder > Elternbeitragsstelle

Dort erhalten Sie auch Informationen über die erforderlichen Unterlagen.

Postanschrift:

Die Senatorin für Kinder und Bildung – Elternbeitragsstelle

Rembertiring 8-12
28195 Bremen

Persönliche Beratung:

An der Weide 50a
Postamt 5, 3. Etage
28195 Bremen

Geöffnet für Besucher*innen:

Donnerstag: 8.00 – 12.00 Uhr

☎ Telefonische Hotline: 0421 / 361 103 04

✉ E-Mail: elternbeitraege@kinder.bremen.de

Bitte beachten Sie

- ▼ Eine Bewilligung ist frühestens ab dem Monat der Antragsabgabe möglich.

Wohngeld Plus

Mit dem Wohngeld Plus sollen Menschen mit niedrigem Einkommen, die Miete zahlen oder bei einer eigenen Immobilie einen Kredit tilgen müssen, unterstützt werden. Menschen, deren Einkommen knapp oberhalb der Grundsicherungsgrenze liegt, sollen damit entlastet werden.

Voraussetzungen

- ▶ Sie haben ein geringes Einkommen.
- ▶ Sie dürfen keine anderen sozialen Leistungen beziehen, wie zum Beispiel Sozialgeld oder Bürgergeld.
- ▶ Die Kosten der Lebenshaltung müssen grundsätzlich gesichert sein.

Antrag & Kontakt

www.bauumwelt.bremen.de
Menüpunkte: Bau > Wohngeld Plus



Wohngeldbehörde für Erstanträge

Willy-Brandt-Platz 3
28215 Bremen

☎ Telefon: 0421 / 361 994 47

✉ E-Mail: wohngeld@bau.bremen.de

Montag: 9.00 – 12.00 Uhr
13.00 – 15.00 Uhr
Dienstag: 9.00 – 12.00 Uhr
13.00 – 15.00 Uhr
Mittwoch geschlossen
Donnerstag: 9.00 – 12.00 Uhr
13.00 – 18.00 Uhr
Freitag: 9.00 – 12.00 Uhr

Wohngeldbehörde für Folgeanträge

Contrescarpe 73
28195 Bremen

☎ Telefon: 0421 / 361 999 71

✉ E-Mail: wohngeld@bau.bremen.de

Montag geschlossen
Dienstag: 9.00 – 12.00 Uhr
Mittwoch geschlossen
Donnerstag: 9.00 – 12.00 Uhr
13.00 – 18.00 Uhr
Freitag geschlossen

Bitte beachten Sie

- ▶ Sie müssen sich darauf einstellen, dass die Bearbeitung des Antrages einige Zeit in Anspruch nehmen kann.
- ▶ Im Monat der Antragsstellung kann der Zuschuss für den laufenden Monat gewährt werden.

Befreiung vom Rundfunkbeitrag

Wenn Sie Transferleistungen beziehen, können Sie eine Befreiung von den Rundfunkgebühren beantragen. Dabei ist es möglich, sich komplett oder zumindest teilweise vom Rundfunkbeitrag befreien zu lassen.

Voraussetzungen

- ▶ Sie beziehen Sozialgeld, BAföG, Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) oder andere Transferleistungen.

Antrag & Kontakt

www.rundfunkbeitrag.de

Menüpunkte: Online-Services > Befreiung oder Ermäßigung beantragen



ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice

50656 Köln

☎ Service-Telefon: 01806 / 999 555 10

☎ Service-Telefonzeiten: Montag bis Freitag: 7.00 – 19.00 Uhr

Anträge liegen auch in den Sozialzentren des Amtes für Soziale Dienste, im Jobcenter, dem Versorgungsamt und dem Landesamt für Ausbildungsförderung aus.

Bitte beachten Sie

- ◀ Die Befreiung gilt erst ab dem Monat nach der Antragstellung.

Besondere Leistungen für Alleinerziehende in der Ausbildung

Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) nach dem SGB III

Wenn Sie während einer Ausbildung in einer eigenen Wohnung leben und die Ausbildungsvergütung nicht ausreicht, um neben der Miete für Lebensmittel oder die Fahrten nach Hause aufzukommen, kann die Agentur für Arbeit unter bestimmten Umständen einen monatlichen Zuschuss gewähren.

Voraussetzungen

- ▶ Die Berufsausbildungsbeihilfe wird für eine betriebliche oder außerbetriebliche (Erst-)Ausbildung in einem anerkannten Ausbildungsberuf oder für berufsvorbereitende Maßnahmen geleistet.
- ▶ Der Ausbildungsbetrieb muss zu weit von den Eltern entfernt liegen, um dort wohnen bleiben zu können.

Antrag & Kontakt

www.arbeitsagentur.de

Menüpunkte: Schule, Ausbildung und Studium > Ausbildung > Probleme in der Ausbildung > Hilfe und Unterstützung finden

Agentur für Arbeit Bremen – Bremerhaven

Doventorsteinweg 48-52
28363 Bremen

☎ Telefon: 0800 / 4 5555 00 oder 0421 / 178 2535

Bitte beachten Sie

- ◀ Es wird eine sogenannte Bedürftigkeitsprüfung durchgeführt und dabei auch nach dem Einkommen der Eltern, des Lebenspartners oder der Lebenspartnerin gefragt.
- ▶ Wenn der monatliche Zuschuss bewilligt ist, wird er im Nachhinein zum Ende des Monats gezahlt. Eine Überbrückung durch ein Darlehen ist möglich. Ein Zuschuss zu Unterkunft und Heizung wird im Einzelfall gewährt. Ergänzende Leistungen wie „Mehrbedarf“ und „einmalige Bedarfe“ können zusätzlich beim Jobcenter Bremen beantragt werden.

Bafög

Das BAföG ist eine Ausbildungsförderung und unterstützt junge Menschen dabei, unabhängig von der finanziellen Situation ihrer Familie eine Ausbildung zu machen oder zu studieren.

Voraussetzungen

- ▶ Sie besuchen eine weiterführende, allgemeinbildende Schule, Berufsfachschule, Fach- und Fachoberschule.
- ▶ Sie studieren an einer Universität oder Fachhochschule. Hier sind die jeweiligen Studentenwerke zuständig.

Informationen

www.bafog.de



Antrag & Kontakt

Bundesministerium für Bildung und Forschung

☎ BAföG-Hotline: 0800 / 223 63 41

Montag bis Freitag: 8.00 – 20.00 Uhr

Antragsformulare online unter: www.bafog.de

Bitte beachten Sie

- ◀ Ein Formantrag ist zwingend notwendig. Dieser wird auf der Internetseite des Bundesministeriums als Download angeboten. Die Gewährung erfolgt ab dem Monat der Antragstellung. Das BaföG wird rückwirkend zum Ende des Monats gezahlt. Ihr Einkommen und Vermögen werden bei der Beantragung voll berücksichtigt, das Einkommen der Eltern wird ebenfalls geprüft.

Bürgergeld

Das Bürgergeld ersetzt das frühere Arbeitslosengeld II, auch "Grundsicherung für Arbeitslose" genannt.

Voraussetzungen

- ▼ Auszubildende sind nur in Ausnahmefällen Bürgergeld berechtigt, sofern eine Förderung nach BAB/BAföG ausgeschlossen ist. Bitte lassen Sie sich beraten. Im Einzelfall kann für ein Kind oder für Kinder Bürgergeld oder Sozialgeld beantragt werden.

Informationen

www.jobcenter-bremen.de



Antrag & Kontakt

Jobcenter Bremen

Online unter: www.jobcenter.digital/

Oder wenden Sie sich an die für Ihr Wohngebiet zuständige Geschäftsstelle des Jobcenters.

☎ Zentrale Rufnummer: 0421 / 56 600

Bitte beachten Sie

- ▲ Die Leistungsgewährung erfolgt grundsätzlich zum Ersten des Monats. Im Antragsmonat kann rückwirkend für den vollen Monat gezahlt werden.
- ▼ Das Bürgergeld ist eine nachrangige Sozialleistung. Das bedeutet, dass es erst gezahlt wird, wenn keine anderen sogenannten vorrangigen Leistungsansprüche bestehen. Dazu gehören unter anderem Wohngeld, Erwerbsminderungsrente, Arbeitslosengeld und Elterngeld. Ergänzende Leistungen wie „Mehrbedarf“ und „einmalige Bedarfe“ sind möglich.

Besondere Leistungen für berufstätige Alleinerziehende mit geringem Einkommen

Bürgergeld

Das Bürgergeld ersetzt das frühere Arbeitslosengeld II, auch „Grundsicherung für Arbeitssuchende“ genannt.

Voraussetzungen

- ▼ Sie haben eine Arbeit, können Ihren Lebensunterhalt aber nicht aus dem Einkommen oder aus Ihrem eigenen Vermögen finanzieren.

Informationen

www.jobcenter-bremen.de

Antrag & Kontakt

Jobcenter Bremen

Online unter: www.jobcenter.digital/

Oder Sie wenden sich an die für Ihr Wohngebiet zuständige Geschäftsstelle des Jobcenters.

☎ Zentrale Rufnummer: 0421 / 56 600

Bitte beachten Sie

- ◀ Das Bürgergeld ist eine nachrangige Sozialleistung. Das bedeutet, dass es erst gezahlt wird, wenn keine anderen sogenannten vorrangigen Leistungsansprüche bestehen. Dazu gehören unter anderem Wohngeld, Erwerbsminderungsrente, Arbeitslosengeld und Elterngeld.
- ▼ Ergänzende Leistungen wie „Mehrbedarf“ und „einmalige Bedarfe“ sind möglich. Die Leistungsgewährung erfolgt grundsätzlich zum Ersten des Monats. Im Antragsmonat kann rückwirkend für den vollen Monat gezahlt werden.

Arbeitslosengeld

Arbeitslosengeld wird gezahlt, wenn Sie in den letzten zwei Jahren über einen Zeitraum von zwölf Monaten sozialversicherungspflichtig beschäftigt waren. Elternzeit wird dabei mit eingerechnet.

Voraussetzungen

- ▶ Sie arbeiten nicht mehr als 15 Stunden pro Woche.
- ▶ Sie haben in den vergangenen zwei Jahren Ansprüche auf Arbeitslosengeld erworben.
- ▶ Sie müssen sich persönlich arbeitslos melden: spätestens am ersten Tag nachdem das Arbeitsverhältnis endet und frühestens drei Monate vorher.

Antrag & Kontakt

Agentur für Arbeit Bremen – Bremerhaven

Zuständigkeit je nach Postleitzahl. Antragsunterlagen werden bei der Arbeitslosmeldung ausgehändigt.

☎ Service-Hotline: 0800 / 4555500

Montag bis Freitag: 8.00 – 18.00 Uhr

Bitte beachten Sie

- ▼ Ergänzende Leistungen wie „Mehrbedarf“ und „einmalige Bedarfe“ sind möglich. Monatliche Zahlungen erfolgen rückwirkend.

Besondere Leistungen für erwerbslose Alleinerziehende

Bürgergeld

Das Bürgergeld ersetzt das frühere Arbeitslosengeld II, auch „Grundsicherung für Arbeitssuchende“ genannt.

Voraussetzungen

- ▶ Sie haben eine Arbeit, können aber Ihren Lebensunterhalt nicht aus dem Einkommen oder Ihrem Vermögen finanzieren.

Informationen

www.jobcenter-bremen.de



Antrag & Kontakt

Jobcenter Bremen

Online unter: www.jobcenter.digital/

Oder Sie wenden sich an die für Ihr Wohngebiet zuständige Geschäftsstelle des Jobcenters.

☎ Zentrale Rufnummer: 0421 / 566 00

Bitte beachten Sie

- ▶ Das Bürgergeld ist eine nachrangige Sozialleistung. Das bedeutet, dass es erst gezahlt wird, wenn keine anderen sogenannten vorrangigen Leistungsansprüche bestehen. Dazu gehören unter anderem Wohngeld, Erwerbsminderungsrente, Arbeitslosengeld und Elterngeld.
- ▶ Ergänzende Leistungen wie „Mehrbedarf“ und „einmalige Bedarfe“ sind möglich. Die Leistungsgewährung erfolgt grundsätzlich zum Ersten des Monats. Im Antragsmonat kann rückwirkend für den vollen Monat gezahlt werden.

Arbeitslosengeld

Arbeitslosengeld wird gezahlt, wenn Sie in den vergangenen zwei Jahren über einen Zeitraum von zwölf Monaten sozialversicherungspflichtig beschäftigt waren. Elternzeit wird dabei mit eingerechnet.

Voraussetzungen

- ▶ Sie arbeiten nicht mehr als 15 Stunden pro Woche.
- ▶ Sie haben in den vergangenen zwei Jahren Ansprüche auf Arbeitslosengeld erworben.
- ▶ Sie müssen sich persönlich arbeitslos melden: spätestens am ersten Tag nachdem das Arbeitsverhältnis endet und frühestens drei Monate vorher.

Antrag & Kontakt

Agentur für Arbeit Bremen – Bremerhaven

Zuständigkeit je nach Postleitzahl. Antragsunterlagen werden bei der Arbeitslosmeldung ausgehändigt.

☎ Service-Hotline: 0800 / 4555500

Montag bis Freitag: 8.00 – 18.00 Uhr

Bitte beachten Sie

- ▶ Ergänzende Leistungen wie „Mehrbedarf“ und „einmalige Bedarfe“ sind möglich. Monatliche Zahlungen erfolgen rückwirkend.

Beratung und finanzielle Hilfen bei Schwangerschaft

Bundestiftung Mutter und Kind

Die Stiftung hilft schwangeren Frauen in einer Notlage. Die Erstausrüstung für das Kind kann bezuschusst werden.

Voraussetzungen

- ▶ Sie sind schwanger und haben Ihren gewöhnlichen Aufenthalt oder Ihren Wohnsitz in Deutschland.
- ▶ Es liegt eine finanzielle Notlage vor.
- ▶ Andere staatliche Leistungen stehen Ihnen nicht oder nicht ausreichend zur Verfügung.

Antrag & Kontakt

Ein Antrag kann nur vor der Geburt gestellt werden und sollte möglichst frühzeitig erfolgen.

Die Antragstellung erfolgt bei einer Schwangerenberatungsstelle:

Familien- und Lebensberatung der Bremischen Evangelischen Kirche

☎ Telefon: 0421 / 333 563

✉ E-Mail: bek-lebensberatung@kirche-bremen.de

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.

☎ Telefon: 0421 / 200 7432

Caritasverband für das Dekanat Bremen-Nord e.V.

☎ Telefon: 0421 / 660 770

Bitte beachten Sie

- ▶ Die Entscheidung über Höhe und Dauer der Unterstützung richtet sich nach der persönlichen Situation.

pro familia Bremen

pro familia berät bei Problemen im Bereich von Sexualität, Familienplanung, Partnerschaft, Schwangerschaft, Schwangerschaftskonflikten und Geburt. Es gibt dort auch Informationen zur kostenlosen Übernahme von Verhütungsmitteln.

Voraussetzungen

- ▶ Junge Frauen mit gesetzlicher Krankenversicherung haben bis zum vollendeten 22. Lebensjahr grundsätzlich Anspruch auf Kostenübernahme der Pille oder einer Spirale durch die Krankenkassen. Voraussetzung für die Kostenübernahme ist, dass das Verhütungsmittel durch einen Arzt verschrieben wird.
- ▶ Ab dem 22. Lebensjahr endet der Rechtsanspruch. Die Stadtgemeinde Bremen übernimmt freiwillig die Kosten für ärztlich verordnete Verhütungsmittel (keine Kondome).
- ▶ Mindestalter 22 Jahre.
- ▶ Bezug von Leistungen (Bürgergeld oder Asylbewerber-Leistungsgesetz).

Informationen

www.profamilia.de



Antrag & Kontakt

pro familia Bremen-Mitte

Hollerallee 24
28209 Bremen

Montag bis Freitag: 9.00 – 12.30 Uhr
Montag, Mittwoch: 14.00 – 16.00 Uhr

☎ Telefon: 0421 / 340 6030

✉ E-Mail: bremen@profamilia.de

pro familia Bremen-Nord

Weserstraße 35
28757 Bremen

Montag, Mittwoch, Freitag: 9.00 – 12.00 Uhr
Dienstag, Donnerstag: 15.30 – 17.30 Uhr

☎ Telefon: 0421 / 654333

✉ E-Mail: Bremen-nord@profamilia.de

Beratungstermine sind jeweils auch außerhalb der Telefonsprechzeiten möglich.

Weitere finanzielle Hilfen in der Stadt Bremen

Daniel Schnakenberg-Stiftung

Die Stiftung fördert Kinder-, Jugend- und Familienerholung.

Voraussetzungen

- ▶ Bei geringem Einkommen kann ein Antrag auf Zuschussung einer Erholungsreise gestellt werden (alle zwei Jahre).
- ▶ Es können auch Ferienfreizeiten bezuschusst werden (einmal jährlich).

Antrag & Kontakt

Daniel-Schnakenberg-Stiftung

Gaby Benckert
c/o ServiceBureau Jugendinformation
Am Deich 62
28199 Bremen

☎ Telefon: 0421 / 330 089 11

✉ E-Mail: benckert@jugendinfo.de

Bitte beachten Sie

- ▲ Der Zuschuss muss vor Beginn der Ferienfreizeit beantragt werden. Es ist ein Eigenanteil notwendig.

Kids in die Clubs / Kids in die Bäder

Zuschüsse für Mitgliedschaften in Sportvereinen für Kinder von drei bis 18 Jahren. Buchung und Finanzierung von Schwimmkursen für Kinder von fünf bis 18 Jahren.

Voraussetzungen

- ▶ Leistungen sind einkommensabhängig.
- ▶ Es können auch Kinder aus Familien mit Fluchterfahrung gefördert werden.

Informationen

www.bremer-sportjugend.de



Antrag & Kontakt

Anträge können persönlich oder online gestellt werden.

www.bremer-sportjugend.de

Menüpunkte: Themen > Förderanträge Kids in die Bäder

Bremer Sportjugend

Hutfilterstraße 16-18

28195 Bremen

☎ Telefon: 0421 / 792 8720

✉ E-Mail: info@bremer-sportjugend.de



Mütterkuren / Mutter-/Vater-Kind-Kuren

Die Krankenkassen ermöglichen Kuren für erkrankte und erschöpfte Elternteile sowie deren Familien. Eine Kur ist eine gute Gelegenheit für Alleinerziehende und ihre Kinder, um Krankheiten vorzubeugen.

Es kann sein, dass Ihr Antrag auf eine Kur abgelehnt wird. Legen Sie dann auf jeden Fall Widerspruch ein. Es bestehen gute Chancen, dass die Kur im zweiten Anlauf bewilligt wird. Lassen Sie sich beraten.

Voraussetzungen

- ▶ Mindestens ein minderjähriges Kind lebt in Ihrem Haushalt.
- ▶ Sie sind durch Ihren Alltag mit Kind(ern) stark belastet, fühlen sich oft überfordert und unter Zeitdruck.
- ▶ Ihr Hausarzt/Ihre Hausärztin befürwortet eine Kur und attestiert Ihnen, dass Ihre gesundheitlichen Beschwerden durch die Überlastung als Mutter/Vater ausgelöst wurden.
- ▶ Sie müssen in der gesetzlichen Krankenkasse versichert sein, denn diese trägt in der Regel die Kosten für eine Mutter/Vater-Kind-Kur.

Antrag & Kontakt

Hier werden Sie beraten:

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.

Rosenak-Haus
Kolpingstraße 7
28195 Bremen

☎ Tel. 0421-200743 2

✉ E-Mail: kuren@skf-bremen.de

Deutscher Arbeitskreis für Familienhilfe e.V.

Herdentorsteinweg 43
28195 Bremen

Tel. 0421-170324

☎ E-Mail: bremen@ak-familienhilfe.de

✉ Den Antrag auf Kur müssen Sie mit dem Attest des Hausarztes einreichen.



START-Stiftung

START ist ein bundesweites Förderprogramm für engagierte Jugendliche mit Migrationsgeschichte. Es gibt individuelle Betreuung, ein starkes Netzwerk und finanzielle Unterstützung. Neu seit 2023 ist die Start-Academy: ein einjähriges Online-Bildungsprogramm.

Voraussetzungen

- ▶ Bewerben können sich Jugendliche, die selbst oder deren Eltern nach Deutschland zugewandert sind.
- ▶ Jugendliche, die zum Beginn des Schuljahres mindestens die 9. Klasse besuchen und noch mindestens drei Jahre in Deutschland zur Schule gehen (auch berufsbildende Schulen).

Eine Bewerbung ist einmal jährlich (jeweils im Frühjahr) möglich. Aus Bremen werden jährlich rund zehn Bewerber*innen gefördert.

Informationen

www.start-stiftung.de

Menüpunkte: Community > Registrierung und Bewerbung



Antrag & Kontakt

Die Bewerbung erfolgt über die bundesweite Stiftung.

Auskunft erteilt in Bremen:

Katja Uyar

Landeskoordinatorin START

Rembertistraße 8-12

28195 Bremen

☎ Telefon: 0421 /361 10236

✉ E-Mail: katja.uyar@startbremen.de

Weihnachtshilfe

Die Spendenaktion „Weihnachtshilfe“ vom Weser-Kurier und dem Referat Bürgerengagement unterstützt jährlich Familien (mit Kindern bis zwölf Jahren) mit geringem Einkommen in der Stadt Bremen.

Voraussetzungen

- ▶ Sie leben mit einem Kind oder mehreren Kindern unter zwölf Jahren zusammen in einem Haushalt, haben ein geringes Einkommen oder beziehen Bürgergeld.

Über die Spendenzusagen entscheidet ein Vergabeausschuss.

Antrag & Kontakt

Die Anträge erhalten Sie ausschließlich über Institutionen, die Kinder betreuen oder Familien beraten (Kirchengemeinden, Häuser der Familie oder Mütterzentren). Diese Stellen helfen auch beim Ausfüllen des Antrages.

Bitte beachten Sie

- ▶ Die Anträge können jährlich im Herbst/Winter gestellt werden. Es gibt feste Fristen.
- ▶ Die Spende wird den Eltern überwiesen. Sie müssen die Verwendung nachweisen.

Mehrbedarf §21 SGB II

Über diesen Paragraphen können zusätzliche Leistungen beantragt werden, die nicht über den Regelbedarf abgedeckt sind.

Voraussetzungen

- ▶ Alleinerziehende, die sich alleine um die Pflege und Erziehung ihrer minderjährigen Kinder kümmern, haben vom Tag der Entbindung an einen Anspruch auf den Mehrbedarf für Alleinerziehende nach § 21 Abs. 3 SGB II. Diese Leistungen werden zusätzlich zur Regelleistung erbracht. Auch für Schwangere ab der 12. Schwangerschaftswoche gilt die Mehrbedarfsregelung.

Antrag & Kontakt

Nähere Informationen gibt es beim Jobcenter Bremen in der zuständigen Geschäftsstelle.

☎ Zentrale Rufnummer: 0421 / 566 00

Bitte beachten Sie

- ▶ Die Höhe der Mehrbedarfe beträgt mindestens zwölf und höchstens 60 Prozent der maßgeblichen Regelleistung und ist in erster Linie von Alter und Anzahl der Kinder abhängig. Bei getrennt lebenden oder geschiedenen Elternteilen muss der Mehrbedarf aufgeteilt werden. Werden die Kinder jeweils in zeitlichen Abschnitten von einer Woche von beiden Elternteilen versorgt, so erhält jeder Elternteil den Mehrbedarf zur Hälfte

Beratungsstellen in der Stadt Bremen

Mütter- und Familienzentren / Häuser der Familie

Die Mütter- und Familienzentren sowie die Häuser der Familie in den jeweiligen Stadtteilen beraten auch Ein-Eltern-Familien. Dort finden Sie Treffpunkte für alleinerziehende Elternteile mit ihren Kindern sowie Spielkreise, feste Kindergruppen und viele weitere Angebote.

familiennetz bremen

Das familiennetz bremen ist ein Wegweiser für die Stadt Bremen und bietet Informationen und Erst-Beratung für alle Herausforderungen zum Thema Familie – kostenfrei und unabhängig

Informationen & Kontakt

www.familiennetz-bremen.de



Für alle allein und getrennt Erziehenden bietet das familiennetz bremen eine spezielle Übersicht zu Veranstaltungen, Einrichtungen, Angeboten sowie weiterführenden Links:

www.familiennetz-bremen.de

Menüpunkte: Dein Thema > Allein erziehend | getrennt lebend > Suchen

Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV)

Der Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV) ist eine Selbsthilfeorganisation und in verschiedenen Bereichen aktiv. Zu allen Themen rund ums Alleinerziehen bietet der VAMV regelmäßige Beratungen an.

Informationen & Kontakt

www.vamv-hb.de

☎ Telefon: 0421 / 383834

✉ E-Mail: vamv-hb@arcor.de



Renteninformationen

Wenn Sie Fragen zu Rentenansprüchen, wie Halbweisen- beziehungsweise Waisenrente, Witwenrente, Erwerbsminderungsrente oder Erziehungsrente haben, informiert Sie die Deutsche Rentenversicherung, Geschäftsstelle Bremen, Schwachhauser Heerstraße 32-34, Telefon: 0421 / 340 70.

Impressum

Der Inhalt der Broschüre wurde mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Angaben kann jedoch keine Gewähr übernommen werden.

Die hier aufgezählten Hilfen und Leistungen geben einen ersten Überblick. Welche Unterstützung in einer individuellen Lebenssituation gewährt werden kann, klären Sie bitte mit der Stelle, die für Ihre Leistungen zuständig ist. Wenn Sie Schwierigkeiten mit der deutschen Sprache haben, fragen Sie dort bitte nach einem Dolmetscherdienst.

Herausgeberin:
Bremische Zentralstelle für
die Verwirklichung der
Gleichberechtigung der Frau (ZGF)
Faulenstr. 14–18
28195 Bremen

Telefon:
0421 / 361 142 33

E-Mail:
geschaeftsstelle-zgf@frauen.bremen.de

Redaktion:
Andrea Quick

Lektorat:
Ulrike Brendel

Layout:
formathoch2 | Andrea Künzel

August 2023

Website:
www.frauen.bremen.de

 @zgf_bremen



<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>

