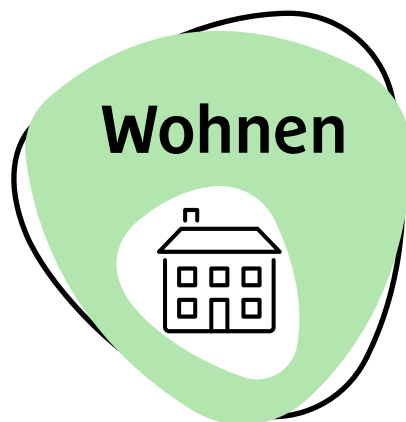


WEGWEISER LEAVING CARE

Ehemalige Heim- und Pflegekinder wirken mit und stehen ein –
füreinander, miteinander. Von Careleaver:innen für Careleaver:innen.

Klicke auf die Plattformen und erhalte wichtige Infos und Tipps.





EINLEITUNG & INFOS

Liebe:r Careleaver:in

Du bist ein:e «Careleaver:in»

- wenn du einen Teil deiner Kindheit und/oder Jugend im Heim, einer Pflegefamilie oder bei Verwandten verbracht hast,
- wenn du gerade aus dem Heim, der Pflegefamilie oder von Verwandten ausziehst oder schon länger ausgezogen bist und damit viele neue Aufgaben auf dich zukommen, die Fragen mit sich bringen.

Du wirst oder bist bereits 18 Jahre alt und verlierst damit vielleicht dein Zuhause oder auch nur deinen Wohnsitz? Du fühlst dich überwältigt von den Veränderungen und den neuen Herausforderungen, die auf dich zukommen? Dann geht es dir ähnlich wie uns und vielen anderen Careleaver:innen.

Der Schritt aus dem Heim oder der Pflegefamilie in die Eigenverantwortung ist gross. Doch keine Angst, du bist nicht alleine! Du als Careleaver:in kannst Teil unseres Netzwerkes werden und dich mit anderen Careleaver:innen in Verbindung setzen. Ob du Hilfe bei der Bewältigung von Alltagsaufgaben suchst, Fragen und Ideen platzieren möchtest oder dich einfach nur mit anderen Mitgliedern austauschen willst — die regionalen Netzwerke haben vieles zu bieten.

Von Careleaver:innen für Careleaver:innen!

Diese Wegleitung wird dir Antworten auf offene Fragen geben sowie wichtige Informationen und hilfreiche Tipps.

Wir freuen uns, wenn du mit uns in Kontakt trittst.

Careleaver Schweiz

Für weitere Informationen besuche unsere Website: www.careleaver.ch

Careleaver SCHWEIZ

Verein Careleaver Schweiz | General-Guisan-Strasse 47 | 8400 Winterthur | geschaeftsstelle@careleaver.ch | 079 530 19 96

Fortsetzung Einleitung & Info

WEGWEISER LEAVING CARE

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Schweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

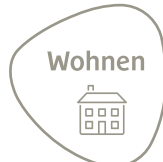
Dank

Trägerschaft

Impressum

Disclaimer

2



Ziel des Wegweisers

Mit dem Auszug aus dem Heim und dem Verlassen der Jugendhilfe müssen viele Dinge geregelt werden. Als Careleaver:in bekommst du meistens viel weniger Unterstützung von deiner (Herkunfts-)Familie als andere junge Menschen. Du musst früher auf eigenen Beinen stehen. Dieser Wegweiser soll dich unterstützen, nachdem du aus dem Heim, der Pflegefamilie oder von Verwandten ausgezogen bist. Dazu haben wir viele wichtige Informationen und Adressen zusammengestellt. Welche Beratungsstellen es gibt und welche Hilfen du in Anspruch nehmen kannst, ist regional sehr unterschiedlich. Am besten wendest du dich an dein regionales Careleaver Netzwerk, das dir die für dich relevanten Adressen nennen kann. Unter www.careleaver.ch findest du die Kontaktangaben deines regionalen Netzwerks.

Falls es in deiner Region noch keine Koordinationsstelle gibt, kannst du dich jederzeit an die Geschäftsstelle von Careleaver Schweiz wenden.

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Die ursprüngliche Idee zu dieser Wegleitung und einer Website für Careleaver:innen entstand in der Region Basel im Laufe des Projekts «Careleaver:innen erforschen Leaving Care». Von Februar 2017 bis Januar 2020 haben Careleaver:innen mit einem Forschungsteam der Hochschule für Soziale Arbeit FHNW den Übergang von einer Einrichtung in ein selbstständiges Leben erforscht. (Projektfinanzierung: Stiftung Mercator & FHNW)

Ein Ergebnis der Studie war, dass sich viele Careleaver:innen eine kompakte Sammlung mit Informationen zu Themen wünschen, die sie im Alltag regeln müssen. Dies wird auch in den folgenden Zitaten von jungen Erwachsenen, die in Heimen aufgewachsen sind, deutlich:

«*Man hat mich im Heim wie bemuttert, was ja auch nicht schlecht ist, aber bezogen auf die rechtlichen Fragen hatten sie dort von Tuten und Blasen keine Ahnung.*»
Sophia, 25

WEGWEISER LEAVING CARE

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Schweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

Dank

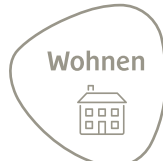
Trägerschaft

Impressum

Disclaimer

Fortsetzung Einleitung & Info 

3



« Ich weiss nicht, ich stelle mir das so vor, dass wenn man irgend in einer behütenden Familie aufwächst und ein gutes Verhältnis zu den Eltern hat, dann erklären die Eltern einem so den ganzen Papierkram. Und mir wurde das nicht erklärt, ich musste nachfragen. Und ich glaube, da gibt es viele junge Erwachsene, welche nicht nachfragen, weil es sie anscheisst oder weil sie sich vielleicht schämen. Und ich glaube, wenn du nicht nachfragst oder dich nicht getraust nachzufragen, wenn du aus dem Heim oder einer betreuten Wohnsituation rauskommst, bist du am Arsch. Dann bist du einfach aufgeschmissen, weil das zeigt einem niemand. Und ich hätte mir gewünscht, dass sie mir im Heim solche Sachen erklärt hätten, welche wirklich wichtig sind. Solche Sachen, das hätte ich mir gewünscht, ja.» »

Lea, 24

Voilà! Gemeinsam haben wir daher diesen Wegweiser entwickelt. Basierend auf der Basler Version als Broschüre (2020) wurde dieser vorliegende, nationale Wegweiser als interaktives PDF erstellt. Wir hoffen, dass dieser Wegweiser deine Fragen beantwortet und dir nützliche Tipps gibt.

Careleaver Schweiz hat sich zum Ziel gesetzt, den einfachen Zugang zu Information für Careleaver:innen sicherzustellen.

Wer ist Careleaver Schweiz?

Die Dachorganisation Careleaver Schweiz wurde von ehemaligen Heim- und Pflegekindern (Careleaver:innen) aufgebaut und wird auch von diesen betrieben. Der Hauptzweck des Vereins besteht in der Unterstützung und Förderung junger Erwachsener, insbesondere Careleaver:innen beim Übertritt in ein eigenständiges Leben. Der Verein ist national tätig, betreibt Öffentlichkeitsarbeit & Lobbying, um auf die Bedürfnisse von Careleaver:innen aufmerksam zu machen. Er unterstützt regionale Careleaver Netzwerke, welche dann Dienstleistungen an Careleaver:innen erbringen und setzt sich dafür ein, dass wichtige Informationen für Careleaver:innen zugänglich sind.

Der Verein Careleaver Schweiz arbeitet eng zusammen mit dem Kompetenzzentrum Leaving Care (KLC), einer nationalen Fachorganisation, die die Erfahrungsexpertise des Vereins Careleaver Schweiz mit ihrer Fachexpertise ergänzt und unterstützt. Mit der Fach- und der Erfahrungsexpertise beider Organisationen wird gemeinsam vor allem in den Bereichen Lobbying und Öffentlichkeitsarbeit eine fundierte und nachhaltige Wirkung angestrebt.

Fortsetzung Einleitung & Info 

WEGWEISER LEAVING CARE

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Schweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

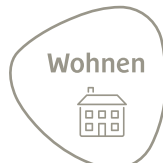
Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

Dank

Trägerschaft

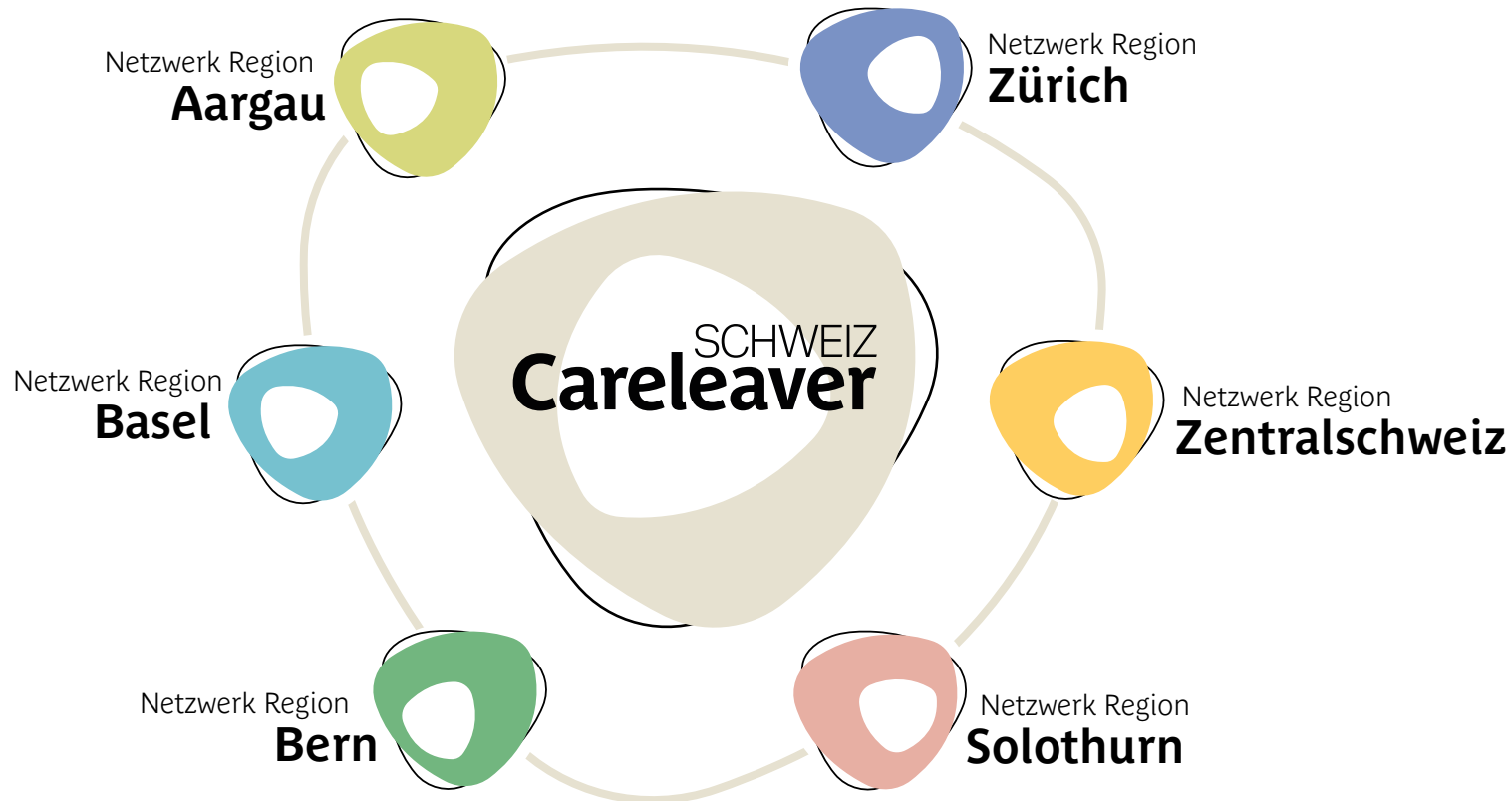
Impressum

Disclaimer














Careleaver Schweiz und die regionalen Netzwerke

(Für die Webseite des regionalen Netzwerks auf die gewünschte Plattform klicken)



Fortsetzung Einleitung & Info 

WEGWEISER LEAVING CARE

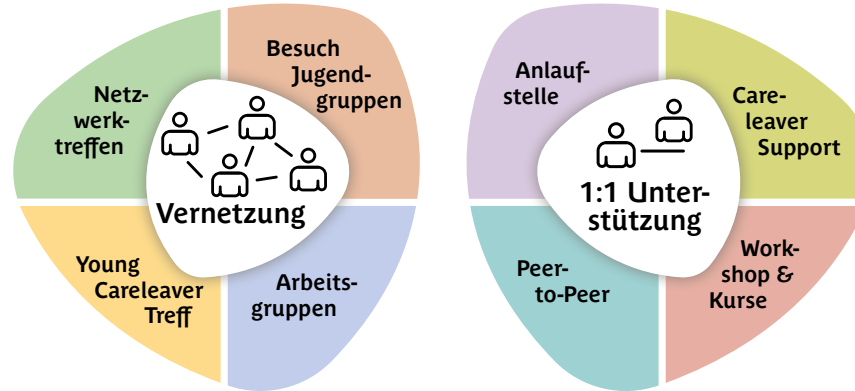
-  Liebe:r Careleaver:in
-  Ziel der Wegweisers
-  Idee zum Wegweiser und Informationszugang
-  Wer ist Careleaver Schweiz?
-  Was sind regionale Careleaver Netzwerke?
-  Was ist der Careleaver Support?
-  Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen
-  Dank
-  Trägerschaft
-  Impressum
-  Disclaimer

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Die regionalen Careleaver Netzwerke unterstützen Careleaver:innen beim Übergang in ein eigenständiges Leben wie folgt:


- **Vernetzung** von Careleaver:innen (Vernetzungstreffen, Young Careleaver Träff, Arbeitsgruppen und Besuch von Jugendgruppen)
- **1:1 Unterstützung** (Anlaufstelle, Peer-to-Peer-Unterstützung, Workshops & Kurse, Careleaver Support)

Ehemalige Heim- und Pflegekinder, die ebenfalls die Phase «Leaving Care» erlebt haben, können spezifische Herausforderungen oft besser nachvollziehen, Verständnis aufbringen und weiterhelfen. Das Netzwerk organisiert regionale Vernetzungstreffen, damit sich Careleaver:innen gegenseitig unterstützen können. Für angehende Careleaver:innen gibt es als zusätzliches Angebot den monatlichen «Young Careleaver Träff». An diesem können junge Menschen aus Pflegefamilien oder Institutionen (Carereceiver:innen) ab 16 Jahren teilnehmen.



Falls du dich gerne mit anderen Careleaver:innen austauschen möchtest, findest du unsere Kontaktdaten unter:

www.careleaver.ch oder du schreibst uns eine E-Mail.

Wende dich an die regionalen Netzwerke oder unsere Geschäftsstelle per WhatsApp  079 530 19 96.

WhatsApp QR Code für **Careleaver only** Vernetzungsgruppe



Fortsetzung Einleitung & Info 

WEGWEISER LEAVING CARE

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Schweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

Dank

Trägerschaft

Impressum

Disclaimer



Was ist der Careleaver Support?

Das Pilotprojekt zum Careleaver Bündnis von 2021 bis 2023 hat zum Ziel, bedürfnisorientierte Angebote für Careleaver:innen zugänglich zu machen. Du findest die Angebote, die zurzeit bestehen auf unserer Website: www.careleaver.ch/careleaversupport



Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

Careleaver Schweiz:



WhatsApp-Infochat für Careleaver:innen (Schweiz)

Careleaver Netzwerk Region Basel: www.careleaver-info.ch

Kompetenzzentrum Leaving Care: www.leaving-care.ch

Deutschland

Careleaver-Netzwerk Deutschland (Careleaver e.V.): www.careleaver.de
Careleaver-Kompetenznetz: www.careleaver-kompetenznetz.de
Informationsportal für Careleaver:innen in Deutschland: www.careleaver-online.de

Europa

Careleaver Netzwerk Österreich: www.instagram.com/careleaver.oesterreich
www.facebook.com/pg/careleaver.oesterreich/posts
Careleaver Netzwerk UK/England: www.careleavers.com

International

Care Leavers Australasia Network: www.clan.org.au
Forschungsnetzwerk Careleaver in Afrika (ANCR): www.careleaving.com
Internationales Forschungsnetzwerk Leaving Care (INTRAC): www.globalintrac.com

Es gibt eine internationale WhatsApp Gruppe für Careleaver:innen. Dort findet monatlich ein «Careleaver Café» über Zoom statt. Im Info Chat wird jeweils darauf aufmerksam gemacht.



Fortsetzung Einleitung & Info 

WEGWEISER LEAVING CARE

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Schweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

Dank

Trägerschaft

Impressum

Disclaimer



 **Dank**

Wir möchten hervorheben, dass dieser Wegweiser in seiner ursprünglichen Fassung eines der ersten Dokumente war, das aktiv von Careleaver:innen mitgestaltet wurde. Dies war ein wichtiger Meilenstein im Jahr 2020! Es zeigt einerseits den Wunsch, die wichtigsten Informationen nachschlagen zu können, und andererseits, dass man sich Gedanken darüber gemacht hat, wie man die Hürden, die einem das Leben stellt, überwinden und wie man jüngeren Careleaver:innen Hilfe zur Selbsthilfe vermitteln kann. Dieser Wegweiser ist ein wichtiger Leitfaden und ein Teil der Identität der Careleaver-Bewegung in der Schweiz. Wir haben diese identitätsstiftenden Inhalte nicht verändert, sondern lediglich so angepasst, dass Careleaver:innen schweizweit diese Wegleitung nutzen können.

Ein grosser Dank geht an PACH Pflege- und Adoptivkinder Schweiz, die als Trägerschaft das Pilotprojekt «WEGWEISER LEAVING CARE» in Zusammenarbeit mit dem Fachverband Integras – Sozial- und Sonderpädagogik – sowie der ZHAW – Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (Departement Soziale Arbeit) – während des Zeitraums von Januar 2021 bis Dezember 2023 begleitet hat.

Weiter gebührt dem Careleaver Netzwerk der Region Basel ein herzlicher Dank für die Entwicklung der ursprünglichen Informationsbroschüre im Jahr 2020 – namentlich den Co-Autor:innen Sarina Ahmed, Marco Faseth, Thiemo Legatis, Julia Mehira, Angela Rein, Bernadette Schaffner, Dorothee Schaffner, Tania Vogler Aeberhard und Alexandra Wälti für das Konzept und für die Texte sowie Erik Blommers für die visuelle Umsetzung der Ursprungsversion und Anja Lochner fürs Korrekturlesen.

Die Realisation der Ursprungsversion wurde ermöglicht dank der finanziellen und personellen Unterstützung des Bürgerlichen Waisenhauses Basel, der Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW, der Stiftung Mercator Schweiz und der Christoph Merian Stiftung Basel.

Für das Konzept der interaktiven Form des vorliegenden Wegweisers sowie für die Gestaltung und die redaktionelle Unterstützung bedanken wir uns herzlich bei Fausto Tisato von peer-campaigns.org.

Careleaver Schweiz

Dezember 2023

**WEGWEISER
LEAVING CARE**

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Schweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

Dank

Trägerschaft

Impressum

Disclaimer

Fortsetzung Einleitung & Info 

8



Herzlichen Dank für die finanzielle und personelle Unterstützung:

 **Careleaver Bündnis Kanton Zürich, dessen Unterziel es war, diesen Wegweiser zu erstellen**














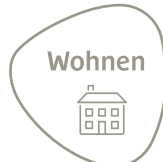
 **Trägerschaft der ursprünglichen Informationsbroschüre des Careleaver Netzwerks Region Basel**



Fortsetzung Einleitung & Info 

**WEGWEISER
LEAVING CARE**

-  Liebe:r Careleaver:in
-  Ziel der Wegweisers
-  Idee zum Wegweiser und Informationszugang
-  Wer ist Careleaver Schweiz?
-  Was sind regionale Careleaver Netzwerke?
-  Was ist der Careleaver Support?
-  Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen
-  Dank
-  Trägerschaft
-  Impressum
-  Disclaimer



Impressum

Überarbeitete Version 2023 für Careleaver:innen in der ganzen Schweiz ohne regionalen Bezug. Erstellt im Rahmen des Pilotprojekts «Careleaver Support Kanton Zürich» hat.

Herausgeberin:

Verein Careleaver Schweiz

General-Guisan-Strasse 47

8400 Winterthur

Tel. +41 (0)795301996

geschaeftsstelle@careleaver.ch

www.careleaver.ch

Bildrechte Icons:

Ausgangslage stock/adobe.com (teils abgeändert)

Gestaltung und Konzept interaktives PDF:

Fausto Tisato, peer-campaigns.org

Dezember 2023

Disclaim

Alle Informationen in dieser Broschüre wurden nach bestem Wissen und Gewissen von den Autor:innen zusammengestellt. Für die Aktualität, Korrektheit und Vollständigkeit der bereitgestellten Informationen kann aber keine Gewähr übernommen werden.

Bei den Hinweisen und Links zu Webseiten von Dritten ist zudem zu beachten, dass deren Inhalte dem Einfluss der Herausgeber:innen entzogen sind, weshalb für deren Richtigkeit, Vollständigkeit und Rechtmässigkeit keine Gewährleistung übernommen wird.

Bei Anregungen, Feedback, Kritik oder Korrekturen freuen wir uns über eine E-Mail: geschaeftsstelle@careleaver.ch

WEGWEISER LEAVING CARE

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Schweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

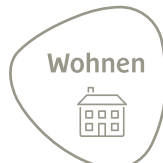
Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

Dank

Trägerschaft

Impressum

Disclaim



18 UND JETZT?

Mit deinem 18. Geburtstag ändert sich einiges für dich. Du bist nun volljährig - und damit hast du neue Freiheiten, aber auch neue Verantwortungen.

Mit dem 18. Geburtstag endet für dich die elterliche Sorge oder die gesetzliche Vormundschaft. Das heisst, du hast jetzt keine gesetzlichen Vertreter:innen mehr. Aber du musst nicht alles allein machen! Es gibt verschiedene Möglichkeiten, wo du dir Unterstützung holen kannst.

Im folgenden Kapitel findest du Informationen und weiterführende Links zu einigen Bereichen, die sich mit deinem 18. Geburtstag für dich ändern.

Ende der Jugendhilfe?

Auch wenn du volljährig geworden bist, musst du nicht sofort aus dem Heim ausziehen. In manchen Kantonen kannst du auch danach im Rahmen der «Kinder- und Jugendhilfe» Unterstützung erhalten. Stationäre oder ambulante Hilfe können dir in Verbindung mit einer beruflichen Ausbildung bei Bedarf bis zum 25. Lebensjahr gewährt werden. Dein regionales Careleaver Netzwerk oder Careleaver

Schweiz können dir weiterhelfen, wenn es darum geht, die richtige Stelle zu finden.

Du hast ein Recht darauf, gut auf das Ende der Jugendhilfe und auf den Austritt aus dem Heim vorbereitet zu werden. Deine Rechte dabei findest du in den Qualitätsstandards «Quality4Children» in einer Broschüre im Internet: www.quality4children.ch

Lebst du in einer Pflegefamilie? Mit der Volljährigkeit endet der gesetzliche Auftrag deiner Pflegeeltern. Unterstützung in allen Fragen rund um das Thema Pflegefamilie erhältst du bei der Fachstelle PACH:

PACH Pflege- und Adoptivkinder Schweiz
Pfungstweidstrasse 16 | 8005 Zürich
Tel. 044 205 50 40 | www.pa-ch.ch

Die PACH hat ein Tool für Careleaver:innen entwickelt, die aus Pflegefamilien austreten: www.pa-ch.ch > Beratung > für Kinder und Jugendliche (interaktives PDF)



Fortsetzung 18 und jetzt? 

WEGWEISER LEAVING CARE

- Ende der Jugendhilfe?
- Autofahren und Führerausweis
- Dienstplicht, Militär- und Zivildienst
- Verträge abschliessen
- Wählen und Abstimmungen
- Umgang mit Ämtern und Behörden





18 UND JETZT?

Autofahren und Führerausweis

Ab 18 Jahren darfst du Auto fahren. Dazu brauchst du einen Führerausweis. Welche Voraussetzungen du erfüllen musst, um einen Führerausweis zu erhalten, sowie allgemeine Informationen zum Thema Führerausweis findest du im Internet auf folgenden Websites: www.fuehrerausweise.ch und www.ch.ch > Ausweise und Dokumente > Führerausweis.

Oder bei der Fahrschule Nicolas, der im Careleaver Support mitwirkt: www.fahrschule-nicolas.ch/der-weg-zum-fahrausweis/

Dienstpflicht, Militär- und Zivildienst

Für Schweizer Männer gibt es eine Dienstpflicht. Den Dienst kannst du bei der Armee oder im Zivildienst leisten. Es gibt aber auch Alternativen, wie beispielsweise den Zivildienst.

Informationen dazu findest du im Internet auf folgender Website: www.ch.ch > Sicherheit und Recht > Militärdienst und Zivildienst

Für Frauen gibt es die Möglichkeit, freiwillig einen Dienst zu leisten: www.babs.admin.ch > Sicherheit ist auch weiblich

Verträge abschliessen

Es gibt viele verschiedene Verträge, die du ab 18 Jahren unterschreiben kannst. Das kann ein Smartphone-Vertrag, ein Mietvertrag, ein Ausbildungsvertrag oder auch ein Kaufvertrag sein. Mit deiner Unterschrift verpflichtest du dich, den Vertrag einzuhalten. Deshalb ist es wichtig, dass du Verträge genau liest und verstehst, bevor du sie unterschreibst.

Informationen zum Abschluss eines Mietvertrags findest du auch im Kapitel «Wohnen».

Möchtest du beispielsweise ein Smartphone-Abonnement abschliessen oder ein Bankkonto eröffnen? Dann lohnt es sich, die verschiedenen Angebote zu vergleichen. Achte darauf, ob es spezielle Angebote für deine Altersgruppe gibt.

Du kannst dich entweder auf den Websites der verschiedenen Anbieter oder direkt vor Ort im Geschäft informieren. Für einen Anbietervergleich im Internet eignet sich z. B. folgendes Portal:

www.dschungelkompass.ch

WEGWEISER LEAVING CARE

- Ende der Jugendhilfe?
- Autofahren und Führerausweis
- Dienstpflicht, Militär- und Zivildienst
- Verträge abschliessen
- Wählen und Abstimmungen
- Umgang mit Ämtern und Behörden

Fortsetzung 18 und jetzt? ▶

12





18 UND JETZT?

Wählen und abstimmen

Wenn du das Schweizer Bürgerrecht besitzt, kannst du wählen und abstimmen. Du findest die Abstimmungsunterlagen schwer verständlich? Auf der Website von «easyvote» des Dachverbands Schweizer Jugendparlamente findest du eine neutrale Erklärung der Abstimmungsvorlagen: www.easyvote.ch



Umgang mit Ämtern und Behörden

Der Umgang mit Ämtern und Behörden ist nicht immer einfach – oft sind die Abläufe für Laien undurchsichtig. Man wird mit vielen Fristen, Papieren und unterschiedlichen Sachbearbeiter:innen konfrontiert. Fragen zu haben ist ganz normal und es ist ratsam, dass du alles, was dir unklar ist, direkt mit den Sachbearbeiter:innen der Ämter klärst. Nimm dir die Zeit, die du brauchst, um deine Fragen zu klären. Das ist dein Recht!

Um deine Rechte wahrnehmen zu können, musst du oft Dokumente ausfüllen und Unterlagen einreichen. Wenn dir nicht klar ist, welche Unterlagen verlangt werden, frage nach. Es ist sinnvoll, vor der Abgabe der Unterlagen eine Kopie oder ein Foto mit dem Smartphone zu machen und diese aufzubewahren. Wenn du findest, dass du nicht zu deinem Recht kommst, melde dich bei einer Ombudsstelle.

WEGWEISER LEAVING CARE

- Ende der Jugendhilfe?
- Autofahren und Führerausweis
- Dienstpflicht, Militär- und Zivildienst
- Verträge abschliessen
- Wählen und Abstimmungen
- Umgang mit Ämtern und Behörden



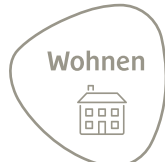
Einleitung
und Infos



18 und
jetzt?



Bildung
& Beruf



Wohnen



Finanzen
& Recht

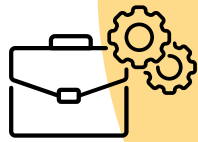


Versiche-
rungen



Gesundheit

13



BILDUNG & BERUF

Mit deinem 18. Geburtstag ändert sich einiges für dich. Du bist jetzt volljährig – und damit hast du neue Freiheiten, aber auch neue Verantwortungen.

Nach der Schule gibt es verschiedene Möglichkeiten, wie es für dich weitergehen kann. Hier findest du Informationen und weiterführende Links zu Angeboten nach der obligatorischen Schulzeit.

BILDUNG


Allgemeine Informationen

Wenn du nach der obligatorischen Volksschulzeit einen Beruf ausüben möchtest, brauchst du in der Regel eine Berufsausbildung und einen anerkannten Abschluss. Dies kann ein Abschluss einer EFZ- oder EBA-Lehre oder einer Fachmittelschule (FMS), einer Berufsmaturitätsschule (BMS) oder eines Gymnasiums sein. Wenn du noch unsicher bist, kannst du auch ein Brückenangebot besuchen, das dir hilft, eine passende Ausbildung zu finden.

Die Berufsberatung berät und informiert Jugendliche und Erwachsene im Berufsinformationszentrum (BIZ) kostenlos in allen Fragen der Berufswahl und Laufbahngestaltung (Ausbildung, Beruf oder Studium).

Berufslehre / Lehrstelle

Die Berufslehre hat in der Schweiz einen hohen Stellenwert. Durch praktische Arbeit und theoretische Ausbildung erlernst du einen Beruf von Grund auf und erhältst am Ende ein Eidgenössisches Fähigkeitszeugnis (EFZ) oder ein Eidgenössisches Berufsattest (EBA). Die beiden Abschlüsse unterscheiden sich in der Dauer (EFZ dauert drei bis vier Jahre, EBA zwei Jahre) und in den Anforderungen an die beruflichen und schulischen Kompetenzen.

 **Hast du noch keinen Lehrabschluss und möchtest wieder einsteigen? Melde dich bei uns, wir können dir gerne mögliche Wege aufzeigen. support@careleaver.ch**

Fortsetzung Bildung & Beruf 

WEGWEISER LEAVING CARE

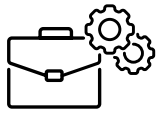
Bildung

- Allgemeine Infos
- Berufslehre, Lehrstelle
- Schnupperlehre
- Keine Lehrstelle?
- Brückenangebote
- Case Management Berufsbildung
- EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht
- Studium
- Weitere Berufsintegrationsangebote

Beruf

- Arbeitsrecht, Arbeitsvertrag, Arbeitszeit
- Bewerbungsdossier
- Ferienanspruch und Feiertage
- Stellensuche, Festanstellung und Praktikum
- Kündigungsfrist
- Lohn
- Probezeit, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz





Schnupperlehre

Du bist dir nicht sicher, welche Aufgaben dich in deinem Wunschberuf erwarten? Du möchtest mehr über den Betrieb erfahren, der die Lehrstelle anbietet? Dann bewirb dich für eine Schnupperlehre. Detaillierte Informationen zur Schnupperlehre findest du auf der Website der Berufsberatung: www.berufsberatung.ch

Keine Lehrstelle gefunden?

Wenn du noch keine Lehrstelle gefunden hast oder nicht weisst, welcher Beruf zu dir passt, gibt es verschiedene Anlaufstellen, die dir weiterhelfen können. Auch das Berufsinformationszentrum (BIZ, siehe oben) und das Case Management Berufsbildung können dir behilflich sein.

Hilfreiche Links:

www.berufsberatung.ch > Aus- und Weiterbildung > Lehre und Lehrstellen > Lehrstelle suche

yousty.ch > Lehrstellennachweis – Lena

Brückenangebote

Jugendliche und junge Erwachsene, die nach der obligatorischen Schulzeit keine Berufsausbildung haben oder noch nicht wissen, in welche Richtung sie sich orientieren sollen, können sogenannte Brückenangebote besuchen. Diese bieten ein bedarfsorientiertes Angebot für den Einstieg in die Berufsbildung. Oberstes Ziel ist der Übertritt in eine berufliche Grundbildung.

Case Management Berufsbildung

Das Case Management Berufsbildung richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene unter 25 Jahren, deren Einstieg in die Ausbildung oder in die Arbeitswelt aufgrund erschwerender Umstände schwierig ist. Das CM BB koordiniert alle Beteiligten während der Berufswahl und der beruflichen Grundbildung und stellt die Unterstützung sicher.

Hier findest du die Kontaktstellen Case Management Berufsbildung der Kantone: www.berufsbildung.ch/dyn/5920.aspx

WEGWEISER LEAVING CARE

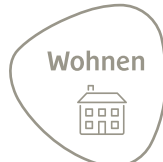
Bildung

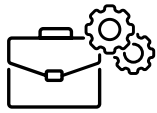
- Allgemeine Infos
- Berufslehre, Lehrstelle
- Schnupperlehre
- Keine Lehrstelle?
- Brückenangebote
- Case Management Berufsbildung
- EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht
- Studium
- Weitere Berufsintegrationsangebote

Beruf

- Arbeitsrecht, Arbeitsvertrag, Arbeitszeit
- Bewerbungsdossier
- Ferienanspruch und Feiertage
- Stellensuche, Festanstellung und Praktikum
- Kündigungsfrist
- Lohn
- Probezeit, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Fortsetzung Bildung & Beruf





EBA-Lehre

EBA-Lehrstellen eignen sich für Jugendliche, die vorwiegend praktisch begabt sind. Die Theorie wird an einem Tag pro Woche mit entsprechender schulischer Unterstützung vermittelt. Das Eidgenössische Berufsattest (EBA) ist ein anerkannter Abschluss. Danach kann der erlernte Beruf ausgeübt oder bei guten Leistungen die Ausbildung bis zum EFZ fortgesetzt werden.

Eine weitere Möglichkeit, einen Berufsabschluss zu erlangen, ist der Erwerb von mehrjähriger Berufserfahrung. Nach Artikel 32 der Verordnung über die Berufsbildung ist es möglich, einen Berufsabschluss durch eine Abschlussprüfung zu erlangen, auch wenn man keine Berufsschule besucht hat.

Weitere Informationen zum EBA sind bei den kantonalen Berufsinformationszentren erhältlich: www.berufsberatung.ch > BIZ

EFZ-Lehre

Das Eidgenössische Fähigkeitszeugnis (EFZ) erhältst du nach erfolgreichem Abschluss einer drei- bis vierjährigen beruflichen Grundbildung (Berufslehre, Berufsattest, Bildung in Theorie und Praxis). Damit kannst du entweder direkt ins Berufsleben einsteigen und im erlernten Beruf arbeiten oder eine höhere Berufsbildung absolvieren. Wer ausreichend praktische Erfahrung in einem Beruf hat, kann gemäss Artikel 32 BBV auch einen Lehrabschluss nachholen.

Lehraufsicht

Wenn du eine Lehre absolvierst, ist die Lehraufsicht eine wichtige Anlaufstelle für dich. Die Mitarbeitenden der Lehraufsicht beraten dich in allen Fragen rund um den Lehrvertrag und die Ausbildung (z.B. Fragen zum Lehrvertrag, Schwierigkeiten in der Ausbildung, Interesse an einer Zusatzausbildung, Auflösung des Lehrvertrags usw.).

WEGWEISER LEAVING CARE

Bildung

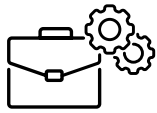
- Allgemeine Infos
- Berufslehre, Lehrstelle
- Schnupperlehre
- Keine Lehrstelle?
- Brückenangebote
- Case Management Berufsbildung
- EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht**
- Studium
- Weitere Berufsintegrationsangebote

Beruf

- Arbeitsrecht, Arbeitsvertrag, Arbeitszeit
- Bewerbungsdossier
- Ferienanspruch und Feiertage
- Stellensuche, Festanstellung und Praktikum
- Kündigungsfrist
- Lohn
- Probezeit, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Fortsetzung Bildung & Beruf





Studium

Du hast eine gymnasiale Matura, eine Berufs- oder eine Fachmaturität? Dann hast du die wichtigste Voraussetzung, um an einer Universität oder Fachhochschule studieren zu können.

Du bist dir nicht sicher, ob du wirklich studieren möchtest, welches Studienfach dich interessiert, welche Kosten auf dich zukommen und/oder wie du ein Studium finanzieren kannst? Diese und andere Fragen kannst du bei der Berufs- und Studienberatung besprechen. Die Studienberatung in deinem Kanton bietet dir Beratung an, manchmal kostenlos. Erkundige dich auch bei deinem regionalen Careleaver Netzwerk, deren Verantwortliche zu diesen Themen oft gut informiert sind. Auch wenn du noch keine Matura hast, kannst du dich dort über (alternative) Wege zur Anmeldung an einer Hochschule beraten lassen.

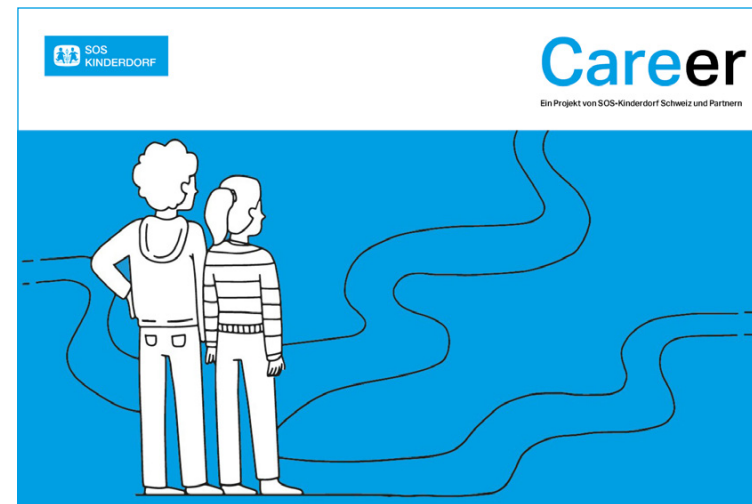
Informationen zum Studieren bei Schwangerschaft oder als Mutter:
www.bildung-schweiz.ch/ratgeber/studieren-mit-kind



Willst du dich beruflich neu orientieren und vielleicht ein Studium machen?

Melde dich bei der Projektleitung von CAREer. Das Projekt CAREer von SOS Kinderdorf unterstützt Careleaver:innen beim Ergreifen von Bildungschancen. Melde dich jetzt.

www.sos-kinderdorf.ch > So helfen wir > Schweizer Projekt CAREer



Fortsetzung Bildung & Beruf >

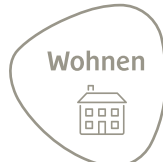
WEGWEISER LEAVING CARE

Bildung

- Allgemeine Infos
- Berufslehre, Lehrstelle
- Schnupperlehre
- Keine Lehrstelle?
- Brückenangebote
- Case Management Berufsbildung
- EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht
- Studium
- Weitere Berufsintegrationsangebote

Beruf

- Arbeitsrecht, Arbeitsvertrag, Arbeitszeit
- Bewerbungsdossier
- Ferienanspruch und Feiertage
- Stellensuche, Festanstellung und Praktikum
- Kündigungsfrist
- Lohn
- Probezeit, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz





Weitere Berufsintegrationsangebote

Wenn du nach der obligatorischen Schulzeit oder einem Brückenangebot noch keine Anschlusslösung hast, gibt es verschiedene Angebote zur beruflichen Integration, die du bis zum Alter von 25 Jahren nutzen kannst. Erkundige dich bei der kantonalen Koordinationsstelle, welches Angebot für dich in Frage kommt:

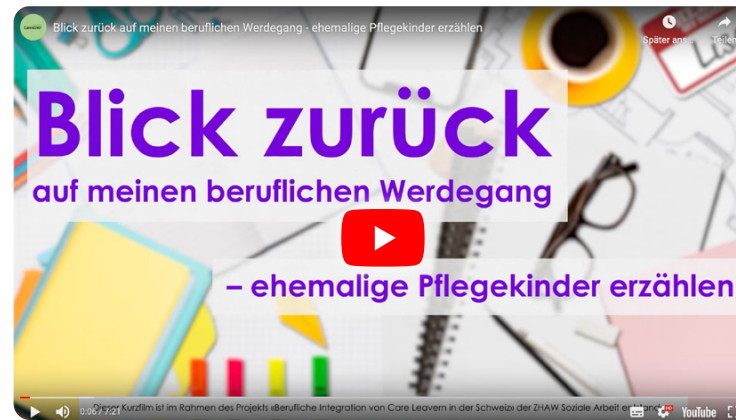
www.berufsbildung.ch/dyn/5920.aspx

Du bist gesundheitlich eingeschränkt und suchst eine Ausbildung? Auch mit einer körperlichen oder psychischen Beeinträchtigung oder einer chronischen Krankheit hast du das Recht, eine Ausbildung zu machen. Alle Informationen dazu findest du auf der Website der Berufsberatung: www.berufsberatung.ch > Aus- und Weiterbildung > Ausbildung mit Behinderung

Brauchst du wegen einer Krankheit oder einer Einschränkung Unterstützung bei der beruflichen Eingliederung? Dann wende dich an die IV-Stelle deines Kantons (IV steht für Invalidenversicherung).



Blick zurück auf meinen beruflichen Werdegang – ehemalige Pflegekinder erzählen:



Fortsetzung Bildung & Beruf

WEGWEISER LEAVING CARE

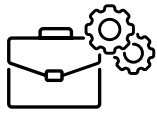
Bildung

- Allgemeine Infos
- Berufslehre, Lehrstelle
- Schnupperlehre
- Keine Lehrstelle?
- Brückenangebote
- Case Management Berufsbildung
- EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht
- Studium
- Weitere Berufsintegrationsangebote

Beruf

- Arbeitsrecht, Arbeitsvertrag, Arbeitszeit
- Bewerbungsdossier
- Ferienanspruch und Feiertage
- Stellensuche, Festanstellung und Praktikum
- Kündigungsfrist
- Lohn
- Probezeit, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz





BERUF

Arbeitsrecht

Im Arbeitsrecht werden verschiedene Punkte zu Themen wie Arbeitszeit, Lohnzahlung, Probezeit, spezielle Verträge wie Lehrvertrag usw. erläutert. Häufig gestellte Fragen werden auf der Website des Staatssekretariats für Wirtschaft (SECO) beantwortet:

www.seco.admin.ch > Arbeit/Personenfreizügigkeit > Arbeitsbeziehungen/Arbeitsrecht > FAQ

Arbeitsvertrag

Wenn du eine Stelle findest, ist es immer am sichersten, einen schriftlichen Arbeitsvertrag zu unterschreiben. Zwar können Arbeitsverträge laut Gesetz auch mündlich geschlossen werden, aber im Streitfall ist es sehr schwer, dies zu beweisen. Nur mit einem schriftlichen Vertrag bist du im Ernstfall abgesichert.

Im Arbeitsvertrag stehen alle wichtigen Punkte wie Stellenbeschreibung, Arbeitszeit, Lohn, Zulagen, Ferienanspruch, Probezeit und Kündigungsfristen.

Wenn du dir nicht sicher bist, ob dein Arbeitgeber gegen die Bestimmungen des Arbeitsvertrags verstösst, kannst du dich rechtlich beraten lassen.

Arbeitszeit

In deinem Arbeitsvertrag steht, wie viel du arbeitest und ob du eine feste monatliche Arbeitszeit hast oder im Stundenlohn beschäftigt bist. Wenn du im Stundenlohn angestellt bist, sind alle Stunden, die du über die vereinbarte Arbeitszeit hinaus arbeitest, Überstunden. Ob dir der Arbeitgeber die Überstunden 1:1 in Freizeit zurückgeben oder auszahlen muss, steht im Arbeitsvertrag oder im Personalreglement. Steht dort nichts, so müssen Überstunden 1:1 in Freizeit zurückgeben oder mit Zuschlag ausbezahlt werden.

Fortsetzung Bildung & Beruf

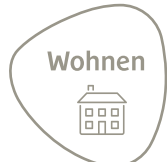
WEGWEISER LEAVING CARE

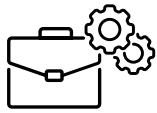
Bildung

- Allgemeine Infos
- Berufslehre, Lehrstelle
- Schnupperlehre
- Keine Lehrstelle?
- Brückenangebote
- Case Management Berufsbildung
- EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht
- Studium
- Weitere Berufsintegrationsangebote

Beruf

- Arbeitsrecht, Arbeitsvertrag, Arbeitszeit
- Bewerbungsdossier
- Ferienanspruch und Feiertage
- Stellensuche, Festanstellung und Praktikum
- Kündigungsfrist
- Lohn
- Probezeit, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz





Bewerbungsdossier

Ein übersichtliches und professionell gestaltetes Bewerbungsdossier ist ein wichtiger Faktor für eine erfolgreiche Bewerbung.

Deine Fähigkeiten, Qualifikationen (z. B. Ausbildungen, Weiterbildungen, Sprachkurse) und Erfahrungen sollten daraus ebenso klar hervorgehen wie deine Motivation für die Stelle, auf die du dich bewirbst. Ein gutes Bewerbungsdossier enthält auf jeden Fall einen lückenlosen tabellarischen Lebenslauf (d.h. eine chronologische Auflistung deiner wichtigsten bisherigen Tätigkeiten), ein Begleit-schreiben (Motivationsschreiben) sowie wichtige Schul- und Arbeitszeugnisse und Kontaktangaben von Referenzpersonen.

Beim Verfassen und Zusammenstellen der Unterlagen solltest du darauf achten, dass alle Formulierungen sorgfältig, klar und fehlerfrei sind und das Layout ansprechend ist. Gut ist es, wenn die Inhalte übersichtlich angeordnet sind und das Neueste ganz oben steht.

Wenn du deine Bewerbung digital bearbeitest und per E-Mail verschickst, solltest du darauf achten, dass deine E-Mail-Adresse neutral und seriös ist (z.B. vorname.nachname@...) und dass du die E-Mail an die zuständige Person schickst. Alle Dokumente, die du an deine E-Mail anhängst, sollten im PDF-Format sein. Achte darauf,

dass die Grösse der Dokumente insgesamt nicht mehr als 5 MB betragen, sonst besteht die Gefahr, dass die E-Mail nicht ankommt.

Weitere Informationen zur Erstellung eines Dossiers findest du auf der Website der Berufsberatung:

www.berufsberatung.ch > Aus- und Weiterbildung > Lehre und Lehrstellen > Lehrstellenbewerbung > Bewerbungsunterlagen für eine Lehrstelle

Ferienanspruch und Feiertage

Je nach Arbeitgeber hast du vier bis sechs Wochen Ferien. Diese hängen von deiner Arbeitszeit ab. Wenn du 100% arbeitest, hast du Anspruch auf 100% der vertraglich vereinbarten Ferientage. Wenn du 80% arbeitest, hast du Anspruch auf 80% der im Vertrag genannten Ferientage usw. In der Regel musst du deinen Ferienanspruch im betreffenden Jahr einziehen.

Du hast Anspruch auf die gesetzlichen Feiertage (z.B. Neujahr, Ostern, Weihnachten, 1. August). Wenn du an diesen Tagen arbeiten musst, hast du Anspruch auf Feiertagsvergütung.

Fortsetzung Bildung & Beruf

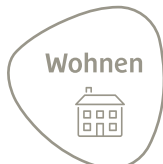
WEGWEISER LEAVING CARE

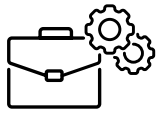
Bildung

- Allgemeine Infos
- Berufslehre, Lehrstelle
- Schnupperlehre
- Keine Lehrstelle?
- Brückenangebote
- Case Management Berufsbildung
- EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht
- Studium
- Weitere Berufsintegrationsangebote

Beruf

- Arbeitsrecht, Arbeitsvertrag, Arbeitszeit
- Bewerbungsdossier
- Ferienanspruch und Feiertage
- Stellensuche, Festanstellung und Praktikum
- Kündigungsfrist
- Lohn
- Probezeit, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz





Stellensuche, Festanstellung und Praktikum

Du suchst eine feste Stelle? Suchst du eine Stelle in deinem Beruf, die dir langfristig Sicherheit und/oder Aufstiegsmöglichkeiten bietet? Willst du erst einmal arbeiten und Geld verdienen, ohne dich auf eine Ausbildung festzulegen? Oder möchtest du die Zeit bis zum Ausbildungsbeginn mit einem Praktikum überbrücken? Diese Fragen solltest du klären, bevor du dich auf die Suche nach einer freien Stelle machst. Egal, wofür du dich entscheidest, das Internet bietet unzählige Plattformen, auf denen offene Stellen ausgeschrieben werden.

Mögliche Portale:

www.stellenanzeiger.ch

www.myjob.ch

www.jobscout24.ch

Stellen im Sozialbereich: www.sozialinfo.ch

Vorsicht ist geboten bei Jobs, die einen extrem hohen Verdienst versprechen. Hier ist es am besten, gemeinsam mit einer anderen Person zu prüfen, ob das Angebot seriös ist.

Kündigungsfrist

Die Kündigungsfrist im ersten Anstellungsjahr beträgt in der Regel einen Monat zum Monatsende. Das heisst, wenn du die Kündigung am 13. Mai erhältst, läuft die Frist ab dem Folgemonat bis zum Ende des Monats, also vom 1. Juni bis zum 30. Juni.

Bei befristeten Arbeitsverträgen muss eine Kündigungsmöglichkeit im Arbeitsvertrag vereinbart werden. Wenn du eine Kündigung erhältst oder selbst kündigen willst, schau in deinem Arbeitsvertrag nach, wie lang die Kündigungsfristen sind. Wenn du selbst kündigen willst: Die Kündigungsfrist beginnt erst, wenn die Kündigung beim Arbeitgeber eingetroffen ist, wobei der Eingang und nicht der Poststempel zählt. Kündigungen sollten daher per Einschreiben verschickt werden.

Wenn du die Kündigung erhältst und während der Kündigungsfrist krank wirst, tritt eine Sperrfrist ein und die Kündigungsfrist wird unterbrochen. Wenn du wieder gesund bist, läuft die Kündigungsfrist weiter und du bist während dieser Zeit noch angestellt und hast Anspruch auf Lohn. Wenn du selbst kündigst und während der Kündigungsfrist krank wirst, gibt es keine Sperrfrist.

Fortsetzung Bildung & Beruf

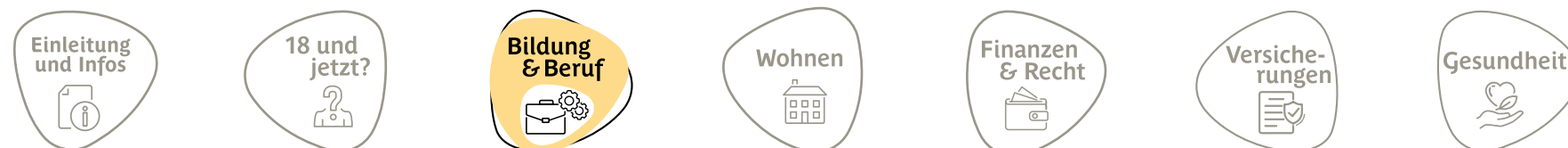
WEGWEISER LEAVING CARE

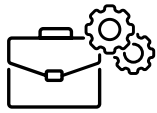
Bildung

- Allgemeine Infos
- Berufslehre, Lehrstelle
- Schnupperlehre
- Keine Lehrstelle?
- Brückenangebote
- Case Management Berufsbildung
- EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht
- Studium
- Weitere Berufsintegrationsangebote

Beruf

- Arbeitsrecht, Arbeitsvertrag, Arbeitszeit
- Bewerbungsdossier
- Ferienanspruch und Feiertage
- Stellensuche, Festanstellung und Praktikum
- Kündigungsfrist
- Lohn
- Probezeit, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz





Näheres zu Kündigungsfristen und Sperrfristen erfährst du, falls du arbeitslos wirst, bei der regionalen Arbeitsvermittlung (RAV) oder bei der zuständigen Arbeitslosenkasse. Als Mitglied bei einer Gewerkschaft oder einem Personalverband kannst du dich auch dort beraten lassen. Wenn du eine Rechtsschutzversicherung hast, erkundige dich dort. (siehe «Kündige nie Krankheitsfall!»)

Lohn

Wenn du arbeitest, bekommst du Lohn. Er ist vertraglich geregelt. Dein Arbeitgeber schuldet dir für deine Arbeit den vertraglich vereinbarten Lohn. Wenn nichts anderes vereinbart wurde, darf dein Arbeitgeber den Lohn nicht zurückhalten, auch nicht, wenn du krank bist.

Wenn du dich um eine Stelle bewirbst, kann es sein, dass du beim Vorstellungsgespräch gefragt wirst, wie hoch deine Gehaltsvorstellungen sind. Es ist ratsam, dass du dich vorher über das in der Schweiz übliche Lohnniveau in der Branche, in der du dich bewirbst, informierst. Dies kannst du mit dem Online-Lohnrechner des Staatssekretariats für Wirtschaft (SECO) tun:

www.entsendung.admin.ch/Lohnrechner/lohnberechnung

Weitere Informationen zum Thema Lohn und Lohnverhandlungen findest du auf der Website der Berufsberatung:

www.berufsberatung.ch > Arbeit und Beschäftigung > Lohn und Lohnverhandlung

Wenn du ohne Vertrag arbeitest und keine Lohnabrechnung erhältst, kann es sein, dass keine Beiträge an die obligatorischen Sozialversicherungen bezahlt werden. Dadurch können Versicherungslücken entstehen! Unter Umständen hast du dann auch Lücken in deiner Altersvorsorge, wenn du das nicht korrigieren lässt. Ausserdem gibt es sicher Probleme mit der Arbeitslosenversicherung: Sie kann dann nicht prüfen, ob du die Beitragszeit erfüllt hast. Auch deine Rente fällt später niedriger aus. Bei Schwarzarbeit werden in der Regel keine Sozialversicherungsbeiträge gezahlt und der Lohn nicht versteuert. Beides ist strafbar.

Fortsetzung Bildung & Beruf

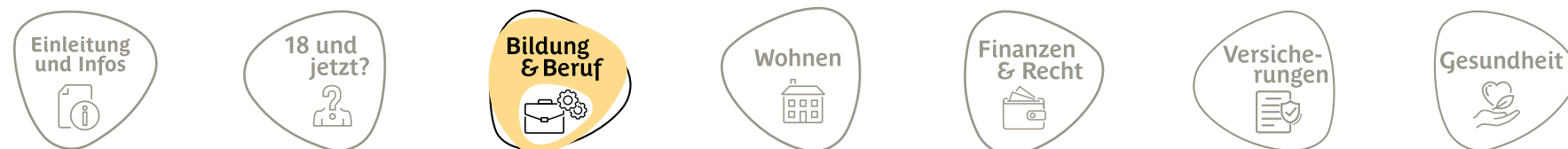
WEGWEISER LEAVING CARE

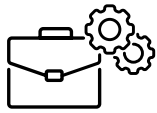
Bildung

- Allgemeine Infos
- Berufslehre, Lehrstelle
- Schnupperlehre
- Keine Lehrstelle?
- Brückenangebote
- Case Management Berufsbildung
- EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht
- Studium
- Weitere Berufsintegrationsangebote

Beruf

- Arbeitsrecht, Arbeitsvertrag, Arbeitszeit
- Bewerbungsdossier
- Ferienanspruch und Feiertage
- Stellensuche, Festanstellung und Praktikum
- Kündigungsfrist
- Lohn
- Probezeit, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz





Probezeit

Zu Beginn eines Arbeitsverhältnisses wird in der Regel eine Probezeit vereinbart. Die Probezeit gibt dir und deinem Arbeitgeber Zeit, euch kennen zu lernen, und ermöglicht es dir, gegebenenfalls schnell zu kündigen. In der Regel dauert die Probezeit einen Monat. Im Vertrag kann auch eine Probezeit von bis zu drei Monaten vereinbart werden. Wenn du während der Probezeit krank wirst, kann dein Arbeitgeber die Probezeit um die Dauer deiner Krankheit verlängern. Wenn du während der Probezeit länger krank bist, kann dein Arbeitgeber dir kündigen. Wenn du dich nicht mehr in der Probezeit befindest, ist das nicht so einfach möglich.

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Unabhängig von Geschlecht, Alter, Zivilstand, Aussehen, Ausbildung oder beruflicher Stellung können alle Menschen Opfer von sexueller Belästigung und sexueller Belästigung am Arbeitsplatz werden. Sexuelle Belästigung kann durch Worte, Gesten oder Handlungen erfolgen. Sexuelle Belästigung ist eine Verletzung der persönlichen Integrität. Das Arbeitsgesetz, das Obligationenrecht und das Gleichstellungsgesetz verpflichtet den Arbeitgeber, die notwendigen Massnahmen zum Schutz der persönlichen Integrität der Arbeitnehmenden zu treffen. Wenn du von sexueller Belästigung betroffen bist, findest du im Internet unter folgenden Links Tipps und Informationen:

www.belaestigt.ch

www.seco.admin.ch > Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

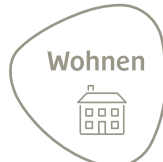
WEGWEISER LEAVING CARE

Bildung

- Allgemeine Infos
- Berufslehre, Lehrstelle
- Schnupperlehre
- Keine Lehrstelle?
- Brückenangebote
- Case Management Berufsbildung
- EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht
- Studium
- Weitere Berufsintegrationsangebote

Beruf

- Arbeitsrecht, Arbeitsvertrag, Arbeitszeit
- Bewerbungsdossier
- Ferienanspruch und Feiertage
- Stellensuche, Festanstellung und Praktikum
- Kündigungsfrist
- Lohn
- Probezeit, Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz





WOHNEN

«Eine eigene Wohnung», das klingt gut! Ein Schritt in die Unabhängigkeit und endlich ein Ort, an dem du alles machen kannst, was du willst. Du bestimmst die Regeln! Gleichzeitig macht die neue Freiheit vielleicht auch ein bisschen Angst. Das ist nicht ungewöhnlich. Der Umzug in eine eigene Wohnung ist mit vielen Aufgaben verbunden, um die du dich kümmern musst.

Hier findest du nützliche Informationen und weiterführende Links zum Thema Wohnen.

Wohnungssuche

Freie Mietwohnungen werden in Zeitungsinseraten, aber auch auf verschiedenen Portalen im Internet angeboten. Bei der Wohnungssuche lohnt sich eine gezielte Suche im Internet:

www.wgzimmer.ch / www.homegate.ch / www.immoscout.ch

Es gibt auch Plattformen, auf denen Nachmieter:innen gesucht werden ([Facebook](#), [Tutti](#), [Ronorp](#) usw.).


Speziell an junge Menschen in Ausbildung (Lehre/Studium) richtet sich das Portal WOVE: www.wove.ch

Hast du besondere Schwierigkeiten, eine (günstige) Wohnung zu finden und erhältst du Sozialhilfe? Einige Gemeinden / Stadtverwaltungen haben eine Abteilung, die bei Wohnungsnot unterstützen kann. Das kann bedeuten, dass du im Auftrag der Sozialhilfe Unterstützung bei der Wohnungssuche erhältst (z.B. Hilfe beim Bewerbungsschreiben, Unterstützung durch Empfehlungsschreiben, Hilfe bei der Prüfung des Mietvertrages). Wende dich an die zuständige Fachperson der Gemeinde / Stadtverwaltung.

Achtung vor Scamming

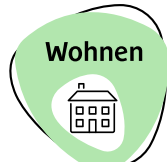
Es gibt auch Inserate, die sehen zu gut aus für ihren Preis. Beispielsweise eine 5 Zimmerwohnung, frisch renoviert für CHF 1'000.-. Frage doch jemandem mit Mieterfahrung bei einem Inserat, bei dem du den Verdacht hast, es könnte sich um einen Betrugsversuch handeln. Geldüberweisung vor einer Besichtigung/Vertragsabschluss sind nicht üblich!

WEGWEISER LEAVING CARE

-  Wohnungssuche
-  Achtung vor Scamming
-  Wohnungsbesichtigung
-  An- und Abmeldung
-  Betreibungsregisterauszug
-  Wohnung einrichten
-  Checkliste «Einrichtung»
-  Hausratversicherung
-  Mietvertrag
-  Mietzins
-  Mietzinsdepot
-  Mietstreitigkeiten
-  Kündigungsfrist, Nachmieter:in finden
-  Notfälle und Reparaturen
-  Umzug
-  Wohnungsübergabeprotokoll

Fortsetzung Wohnen 

24





Wohnungsbesichtigung

Hast du eine Wohnung gefunden, die dir gefällt? Dann vereinbarst du am besten gleich einen Besichtigungstermin mit der Vermieter:in. Bevor du dich für eine Wohnung entscheidest, solltest du sie gesehen haben. Dabei kommt es nicht nur darauf an, ob dir die Wohnung gefällt. Wichtig ist auch, ob sie dir von der Grösse und der Lage her zusagt und in dein Budget passt. Zudem kannst du wichtige Fragen (z.B. zu Haustieren, Hausordnung, Mietzinsdepot) direkt mit der vermietenden Person klären. Nimm am besten jemanden mit zur Besichtigung – vier Augen sehen mehr als zwei.

Sei dir bewusst, dass du bei diesem Termin nicht nur die Wohnung besichtigst, sondern dich zugleich als mögliche:r zukünftige:r Mieter:in präsentierst.

An- und Abmeldung

Wenn du in eine neue Wohnung ziehst, musst du dich spätestens zwei Wochen nach dem Umzug in der alten Gemeinde abmelden und in der neuen Gemeinde anmelden. Auch wenn du in derselben Gemeinde wohnen bleibst, musst du deine Adressänderung melden. Zuständig für die Ab- und Anmeldungen ist jeweils das Einwohneramt bei der Gemeinde- oder Stadtverwaltung.

Du kannst dich auch online ummelden. Dabei müssen alle Unterlagen zusammen hochgeladen werden.

Wichtige Hinweise:

Die Gebühr für die Anmeldung bei der Einwohnerkontrolle beträgt ca. CHF 25.–. Eine selbstständige Anmeldung ist erst ab 18 Jahren möglich. Bist du noch minderjährig, brauchst du die Zustimmung deiner Eltern oder deines Vormundes.

Wirst du von einem Beistand betreut, dann benötigst du eine Einverständniserklärung deines Beistandes. Heimatscheine oder Zivilstandsdocuments wie Familienbüchlein, Familienausweis, Personenstandsausweis, Familienschein können beim Zivilstandsamt des Heimatortes bestellt werden. Den Geburtsschein erhältst du beim Zivilstandsamt des Geburtsortes.

WEGWEISER LEAVING CARE

- Wohnungssuche
- Achtung vor Scamming
- Wohnungsbesichtigung
- An- und Abmeldung
- Betreibungsregisterauszug
- Wohnung einrichten
- Checkliste «Einrichtung»
- Hausratversicherung
- Mietvertrag
- Mietzins
- Mietzinsdepot
- Mietstreitigkeiten
- Kündigungsfrist, Nachmieter:in finden
- Notfälle und Reparaturen
- Umzug
- Wohnungsübergabeprotokoll

Fortsetzung Wohnen 

25





Betreibungsregisterauszug

Vermieter:innen fordern einen Betreibungsregisterauszug, bevor sie den Mietvertrag unterschreiben. Ein Betreibungsregisterauszug gibt Auskunft darüber, ob du in der Vergangenheit Schulden nicht bezahlt hast und betrieben wurdest. Vermieter:innen akzeptieren einen Betreibungsregisterauszug bis zu zwei Monate nach der Ausstellung. Es wird empfohlen, den Betreibungsregisterauszug dem Wohnungsgesuch beizulegen.

Der Betreibungsregisterauszug kann persönlich, schriftlich, online oder telefonisch beim zuständigen Betreibungsamt bestellt werden. Gegen eine Gebühr ist er auch bei der Post erhältlich. Wenn du eine Beratungsstelle aufsuchst, besteht auch die Möglichkeit, dass diese als gemeinnützige Institution den Betreibungsregisterauszug kostenlos für dich bestellt. Dazu braucht sie eine Vollmacht von dir. Am besten fragst du bei deiner Beratungsstelle nach.

Du kannst einen Betreibungsregisterauszug auch beim Betreibungsamt an deinem Wohnort bestellen. In der Regel kostet ein Auszug ca. CHF 18.–.

Wohnung einrichten

«Eigene Wohnung» bedeutet auch, dass du deine Wohnung einrichten musst. Ausser du mietest eine bereits möblierte Wohnung. Bei der Anschaffung von Haushaltsgegenständen und Möbeln solltest du dich einerseits an deinen alltäglichen Bedürfnissen orientieren, andererseits aber auch an deinem Budget, das den Rahmen vorgibt. Im Mietpreis ist in der Regel eine Einbauküche mit Herd, Kühlschrank und Backofen enthalten. Die Nutzung von Waschmaschine und Trockner – meist in Gemeinschaftsnutzung – ist manchmal kostenpflichtig.

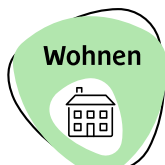
Praktische Möbel wie ein Bett mit Matratze und Bettzeug, ein Tisch, Stühle, ein Kleiderschrank und eine Garderobe bilden eine gute Grundausstattung.

WEGWEISER LEAVING CARE

- Wohnungssuche
- Achtung vor Scamming
- Wohnungsbesichtigung
- An- und Abmeldung
- Betreibungsregisterauszug
- Wohnung einrichten
- Checkliste «Einrichtung»
- Hausratversicherung
- Mietvertrag
- Mietzins
- Mietzinsdepot
- Mietstreitigkeiten
- Kündigungsfrist, Nachmieter:in finden
- Notfälle und Reparaturen
- Umzug
- Wohnungsübergabeprotokoll

Fortsetzung Wohnen

26





Checkliste «Einrichtung»

Am besten machst du dir eine Liste, in der du die Wohnbereiche deiner neuen Wohnung der Reihe nach durchgibst, z.B.:

- Welche Möbel brauche ich?
- Welche Erstausrüstung benötige ich in der Küche?
- Welche Küchengeräte sind bereits in der Wohnung vorhanden?
- Welche Putzutensilien benötige ich?
- Was muss für Bad und Schlafzimmer angeschafft werden?
- Was ist mir darüber hinaus wichtig?
- Mit welchen kleinen Extras kann ich meine erste eigene Wohnung zu einem richtigen Zuhause machen?

Manchmal lohnt es sich auch, den/die Vormieter:in zu fragen, ob vorhandene Einrichtungsgegenstände an dich verkauft werden können. Dafür leistest du dann eine sogenannte Abstandsanzahlung. Brockenhäuser sind gute Anlaufstellen für gebrauchte Möbel mit etwas Charme, Geschirr usw. zu günstigen Preisen.

Im Internet findest du gebrauchte Möbel, die in deiner Region angeboten werden, z.B. hier:

www.tutti.ch | www.facebook.com/marketplace | www.ricardo.ch

Unter www.mitbringen.net kannst du eine Liste führen, was du benötigst, um dich einzurichten. Teile diese Liste mit Bekannten oder auch mit der Koordination im Careleaver Netzwerk.



Hast du nur wenig Geld zur Verfügung, um deine Wohnung einzurichten?

Unter mitbringen.net kannst du eine Liste erstellen, mit den Dingen, die du noch benötigst.

Teile diese Liste mit Bekannten und/oder der Koordination im Careleaver Netzwerk.

Gerne machen wir einen Aufruf, um gebrauchte Gegenstände zu organisieren, ohne deinen Namen zu nennen.

Melde dich bei uns, wir unterstützen dich gerne:

support@careleaver.ch

Wer von der Sozialhilfe unterstützt wird und in eine eigene Wohnung zieht, hat in gewissen Regionen Anspruch auf eine Erstausrüstung. Dies nennt man beispielsweise Möbelantrag und kann von der Gemeinde bewilligt werden. Erkundige dich bei der Gemeinde- oder Stadtverwaltung.

WEGWEISER LEAVING CARE

- Wohnungssuche
- Achtung vor Scamming
- Wohnungsbesichtigung
- An- und Abmeldung
- Betreibungsregisterauszug
- Wohnung einrichten
- Checkliste «Einrichtung»
- Hausratversicherung
- Mietvertrag
- Mietzins
- Mietzinsdepot
- Mietstreitigkeiten
- Kündigungsfrist, Nachmieter:in finden
- Notfälle und Reparaturen
- Umzug
- Wohnungsübergabeprotokoll

Fortsetzung Wohnen

27





WOHNEN



Hausratsversicherung

Es kann immer passieren, dass du in deiner Wohnung aus Versehen einen Schaden verursachst. Deshalb ist der Abschluss einer Hausratsversicherung sehr empfehlenswert, wenn du in einer eigenen Wohnung lebst. Weitere Informationen zur Hausratsversicherung findest du in der Rubrik «Versicherungen».



Mietvertrag

Im Mietvertrag werden die Rechte und Pflichten zwischen Mieter:in und Vermieter:in festgelegt. Nur wer im Mietvertrag mit Namen genannt wird, ist Mieter:in und hat diese Rechte und Pflichten. Offene Fragen zum Vertrag sollten vor der Unterzeichnung geklärt werden. Folgende Punkte sollten im Mietvertrag geregelt sein:

- Mietdauer und Kündigungsfristen
- Hausordnung
- Nettomiete und Mietnebenkosten sowie Bedingungen für eventuelle Mieterhöhungen
- Mietkaution und Renovierungsvereinbarung bei Auszug

- Regelungen zu Haustieren (Manchmal werden Bewilligung für die Haltung von Haustieren erteilt)
- Übergabeprotokoll über Zustand und Mängel der Wohnung sowie Inventar (z.B. Möbel)
- Handhabung von Untermiete: Oft dürfen Wohnungen nur mit Zustimmung des/der Vermieter:in untervermietet werden.

Weitere Informationen zum Thema Mietvertrag im Internet:

www.ch.ch > Wohnen > Miete > Rechte und Pflichten

Wenn du weitere Fragen zum Thema Wohnungsmiete und Mietvertrag hast, kannst du dich auch an den Mieterverband wenden. Wir empfehlen, an die E-Mail-Adresse deiner Sektion zu schreiben, da die Hotline für Nichtmitglieder kostenpflichtig ist – siehe unter «Kontakt»:

www.mieterverband.ch > Kontakt

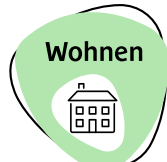
Es gibt kantonale Mieterverbände, die Sonderkonditionen für die Mitgliedschaft von Careleaver:innen haben. Erkundige dich im Verzeichnis vom [Careleaver Support](#).

WEGWEISER LEAVING CARE

- Wohnungssuche
- Achtung vor Scamming
- Wohnungsbesichtigung
- An- und Abmeldung
- Betreibungsregisterauszug
- Wohnung einrichten
- Checkliste «Einrichtung»
- Hausratsversicherung
- Mietvertrag
- Mietzins
- Mietzinsdepot
- Mietstreitigkeiten
- Kündigungsfrist, Nachmieter:in finden
- Notfälle und Reparaturen
- Umzug
- Wohnungsübergabeprotokoll

Fortsetzung Wohnen

28





WOHNEN

Mietzins

Der Mietzins – auch Miete genannt – ist das Geld, das du als Mieter:in dem/der Vermieter:in für deine Wohnung am Anfang des Monats im Voraus bezahlst. Neben dem festen monatlichen Mietzins gibt es Nebenkosten (z.B. für Betriebskosten wie Wasser, Abwasser, Hausreinigung, Hauswart, Heizkosten). Eine Mietzinserhöhung muss von der vermietenden Person immer auf einem offiziellen Formular angekündigt und begründet werden. Mietzinserhöhungen können nur auf einen Kündigungstermin hin erfolgen.

TV- und Festnetzanschlüsse sind in den meisten Wohnungen vorhanden und werden in der Regel pauschal mit CHF 30.– in den Nebenkosten verrechnet. Eine Plombierung beider Anschlüsse kann bei der vermietenden Person beantragt werden. Dies reduziert die Nebenkosten.

Die Kosten für Internet sind nicht im Mietpreis inbegriffen. Du musst dafür selbst einen Vertrag mit einem Provider abschliessen und die Kosten monatlich bezahlen.

Mietzinsdepot / Mieterkautionskonto

Das Mietzinsdepot oder die Mietkaution wird von vielen Vermietenden als Sicherheit verlangt (z.B. um grössere Schäden zu bezahlen oder um nicht bezahlte Monatsmieten auszugleichen). Meistens muss man vor Beginn des Mietverhältnisses ein bis drei Monatsmieten im Voraus bezahlen. Diese werden auf ein separates Konto überwiesen. Wenn du ausziehst, bekommst du es als Mieter:in mit Zinsen zurück, sofern du alle Mieten bezahlt hast und keine Reparaturen nötig sind.

Wie hoch die Mietkaution ist und bis wann du sie bezahlt haben musst, steht im Mietvertrag.

Wenn du kein Geld für ein Mietzinsdepot hast, kannst du entweder eine Stiftung mit einem Solidaritätsfonds um Unterstützung bitten oder eine Versicherung abschliessen. Dann musst du aber monatlich einen Betrag einzahlen, was am Ende teurer sein kann, als wenn du die Kautions direkt bezahlst.

Informationen auf der Website der Stiftung Edith Maryon:

www.maryon.ch

Informationen auf der Website der Firma Swisscaution:

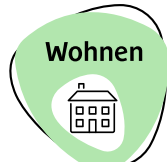
www.swisscaution.ch

Bei beiden Modellen fallen Kosten an, die von der Sozialhilfe übernommen werden, sofern man unterstützt wird.

WEGWEISER LEAVING CARE

- Wohnungssuche
- Achtung vor Scamming
- Wohnungsbesichtigung
- An- und Abmeldung
- Betreibungsregisterauszug
- Wohnung einrichten
- Checkliste «Einrichtung»
- Hausratversicherung
- Mietvertrag
- Mietzins
- Mietzinsdepot
- Mietstreitigkeiten
- Kündigungsfrist, Nachmieter:in finden
- Notfälle und Reparaturen
- Umzug
- Wohnungsübergabeprotokoll

Fortsetzung Wohnen





WOHNEN

Mietstreitigkeiten

Wenn du mit der vermietenden Partei Streitigkeiten über formelle Angelegenheiten hast (z.B. die Nebenkostenabrechnung), kannst du dich an die staatliche und neutrale Schlichtungsstelle für Mietstreitigkeiten – auch Schlichtungsbehörde für Mietangelegenheiten genannt – in deinem Kanton wenden. Dort wirst du beraten und es wird versucht, eine Einigung herbeizuführen.

Kündigungsfrist / Nachmieter:in finden

Die Kündigungsfrist eines Mietvertrages für private Wohnräume muss laut Gesetz mindestens drei Monate betragen, für möblierte Zimmer oder Stellplätze zwei Wochen. Im Mietvertrag können auch längere Kündigungsfristen vereinbart werden, z.B. eine Mindestmietdauer von einem Jahr.

Als Mieter:in kannst du – nach Einhaltung der Fristen – immer und ohne Begründung zum Monatsende kündigen. Es gibt Mietverträge, die beinhalten konkrete Kündigungstermine. Kündigungen zum 31. Dezember werden oft nicht akzeptiert, da der 1. Januar ein Feiertag ist. Wenn du kündigen möchtest, dann empfiehlt es sich, das unterschriebene Kündigungsschreiben per Einschreiben an die ver-

mietende Person oder die zuständige Liegenschaftsverwaltung zu senden. Falls du zu einem bestimmten Zeitpunkt ausziehen möchtest, wie zum Beispiel per 31. Dezember und es wird nicht akzeptiert, dann ist es auch möglich eine:n Nachmieter:in zu suchen, die dann die Wohnung übernimmt. Dein:e Vermieter:in kann dich aus dem Vertrag entlassen, wenn sich ein:e zumutbare:r Nachmieter:in um die Wohnung bewirbt. Zumutbar bedeutet, dass die Person sich die Wohnung leisten kann und ein Betreibungsregisterauszug ohne relevante Einträge vorlegen kann.

Notfälle und Reparaturen

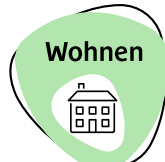
In vielen Häusern gibt es einen Aushang im Flur («Schwarzes Brett»). Dort findest du wichtige Telefonnummern für Notfälle im Haus. Für alltägliche Reparaturen (z.B. defekte Heizung im Winter, Wasserrohrbruch) kannst du dich an die dort benannte Stelle (ev. Hausmeister:in) wenden. Erkundige dich am besten schon bei der Unterzeichnung deines Mietvertrages, an wen du dich bei kleineren Reparaturen in deiner Wohnung oder im Hausflur wenden kannst.

WEGWEISER LEAVING CARE

- Wohnungssuche
- Achtung vor Scamming
- Wohnungsbesichtigung
- An- und Abmeldung
- Betreibungsregisterauszug
- Wohnung einrichten
- Checkliste «Einrichtung»
- Hausratversicherung
- Mietvertrag
- Mietzins
- Mietzinsdepot
- Mietstreitigkeiten
- Kündigungsfrist, Nachmieter:in finden
- Notfälle und Reparaturen
- Umzug
- Wohnungsübergabeprotokoll

Fortsetzung Wohnen ▶

30





Umzug

Rund um einen Umzug gibt es viel zu organisieren. Eine Checkliste kann helfen, alle wichtigen Dinge rechtzeitig im Blick zu haben.

Wichtige Punkte für eine Checkliste «Umzug» sind:

- Termin festlegen
- Urlaub beantragen und Umzugshelfer:innen organisieren
- Transportmittel für die Möbel organisieren (z.B. von zu Hause oder aus dem Bekanntenkreis, Mietwagen)
- Kisten packen und beschriften, in welches Zimmer die Kiste gehört (z.B. Keller, Wohnzimmer, Schlafzimmer)
- Plan für die neue Wohnung erstellen und schauen, was noch unbedingt besorgt werden muss (z.B. Lampen?)
- Namensschilder können von der vermietenden Person angefertigt werden. Sie werden dann in Rechnung gestellt.
- Namensschilder an der Tür und am Briefkasten der neuen Wohnung anbringen – falls nicht schon geschehen.

- Internetanschluss und Telefon an-/ummelden, falls du ein Festnetzanschluss nutzt.
- Zählerstände (Wasser, Strom usw.) in der neuen Wohnung notieren und mit Datum festhalten (z.B. Foto).
- Nachsendeauftrag bei der Post stellen (online oder bei der Poststelle)
- Ausserdem: Anmeldung bei der Gemeinde oder Ummeldung, Adressänderung bei Krankenkasse, Bank und Behörden.
- Radio- und Fernsehempfangsgebühren. Die Rechnung für die Radio- und Fernsehempfangsgebühren kommt automatisch, sobald du dich in deiner neuen Wohnung angemeldet hast. Du kannst den Rechnungsrhythmus beim Kundendienst von Serafe anpassen: 1 Mal pro Monat, 4 Mal pro Jahr oder 2 Mal pro Jahr: www.serafe.ch

WEGWEISER LEAVING CARE

- Wohnungssuche
- Achtung vor Scamming
- Wohnungsbesichtigung
- An- und Abmeldung
- Betreibungsregisterauszug
- Wohnung einrichten
- Checkliste «Einrichtung»
- Hausratversicherung
- Mietvertrag
- Mietzins
- Mietzinsdepot
- Mietstreitigkeiten
- Kündigungsfrist, Nachmieter:in finden
- Notfälle und Reparaturen
- Umzug
- Wohnungsübergabeprotokoll

Fortsetzung Wohnen

31





WOHNEN



Wohnungsübergabeprotokoll

Im Wohnungsübergabeprotokoll wird der Zustand der Wohnung zum vereinbarten Zeitpunkt festgehalten. Wenn du Mängel in deiner neuen Wohnung im Protokoll festhältst, musst du später nicht für diese aufkommen. Deshalb solltest du darauf achten, dass alle Mängel, die du in der Wohnung siehst, auch im Protokoll vermerkt werden. Das Protokoll kannst du entweder in Anwesenheit der vermietenden Person oder ohne deren Anwesenheit anfertigen. Unabhängig davon, ob die vermietende Person beim Erstellen des Protokolls anwesend ist oder nicht, solltest du eine Person an deiner Seite haben, die dir dabei hilft. Manche Hausverwaltungen organisieren die Schlüsselübergabe so, dass du sie an einem anderen Ort abholen kannst. Nach dem offiziellen Einzug hast du einen Monat Zeit, um die «Mängelliste» auszufüllen und an die Verwaltung zurückzusenden. Das Mängelprotokoll wird in zweifacher Ausfertigung erstellt. Das unterschriebene Protokoll solltest du bei deinen Dokumenten aufbewahren.

Bei der Wohnungsübergabe sollte die Wohnung sauber sein. Falls du deine Wohnung in einem nicht sauberen Zustand übernehmen solltest, kannst du verlangen, dass nochmals eine Reinigung gemacht wird oder eine Reduktion des Mietzinses im ersten Monat getätigt wird.

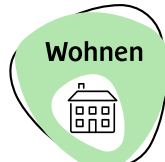
Die Wohnung muss auch sauber sein, wenn du sie am Abgabetermin an die Vermieter:in übergibst.

Download PDF Wohnungsabnahmeprotokoll – Mängelliste:

www.mietrecht.ch

WEGWEISER LEAVING CARE

- Wohnungssuche
- Achtung vor Scamming
- Wohnungsbesichtigung
- An- und Abmeldung
- Betreibungsregisterauszug
- Wohnung einrichten
- Checkliste «Einrichtung»
- Hausratversicherung
- Mietvertrag
- Mietzins
- Mietzinsdepot
- Mietstreitigkeiten
- Kündigungsfrist, Nachmieter:in finden
- Notfälle und Reparaturen
- Umzug
- Wohnungsübergabeprotokoll





FINANZEN & RECHT

FINANZEN

Das Thema Geld ist zentral. Ohne Geld läuft nichts. Der Umgang mit Geld und die entsprechende Verwaltung sind wichtige Aspekte des Erwachsenwerdens. Dabei ist es nicht selbstverständlich, dass man von heute auf morgen problemlos damit umgehen kann. Auch während der Ausbildung ist es oft nicht so einfach, genügend Geld zur Verfügung zu haben. Im Folgenden findest du deshalb einige Informationen und weiterführende Links zum Thema Finanzen und Tipps zum Umgang mit Geld.

Budget und laufende Kosten

Du brauchst einen Überblick über deine Finanzen. Dazu kannst du einen Budgetplan erstellen. Du musst wissen, wie viel Geld dir zur Verfügung steht und wofür du es ausgeben kannst. Für einen Budgetplan musst du auf der einen Seite herausfinden, wie viel Geld du hast. Auf der anderen Seite stellst du dem gegenüber, wie viel du im Monat aus gibst bzw. welche Kosten (Handy, Miete, Essen usw.) anfallen. Das kannst du zum Beispiel mit einer Tabelle machen, in


der du alle Kosten aufschreibst (siehe unten). Wenn du das noch nie gemacht hast, kannst du dir im Internet eine Vorlage herunterladen.

Auf der Website der Budgetberatungsstellen, die es in der ganzen Schweiz gibt, findest du Informationen, Merkblätter und verschiedene Vorlagen zur Budgetplanung: www.budgetberatung.ch

Einen Budgetplan selber erstellen

In einer einfachen Tabelle können alle monatlichen Einnahmen den Ausgaben gegenübergestellt werden.

Die Spalte mit den Ausgaben, Budgetposten, sollte auch Kosten enthalten, die nicht monatlich anfallen, aber trotzdem bezahlt werden müssen.

Wie ein Budgetplan aussehen könnte, siehst du auf der nächsten Seite. 

Fortsetzung Finanzen & Recht 

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe

33





Ein Budgetplan könnte zum Beispiel so aussehen:

Einkünfte:

- Lohn (Lehrlingslohn, Studentenjob usw.)
- Ausbildungszulagen/Stipendien
- (Halb-)Waisenrente/Kinderrente zur IV/AHV

Ausgaben:

- Miete
- Verpflegung
- Krankenversicherung (Franchise, Selbstbehalt)
- Anteil für jährliche Steuern
- Hausratversicherung usw.
- Telefon/Internet/Radio/Fernsehen (Serafe)
- Reisekosten (z.B. Bahntickets)
- Haushalt/Körperpflege/Kleidung
- Versicherungen
- Freizeit/Hobbys
- Sonstiges

Um mit deinem Budget zurechtzukommen, empfiehlt es sich, für etwa drei Monate nach deinem Auszug alle deine Ausgaben aufzuschreiben. Dieser Kassensturz soll dir zeigen, ob dein Budgetplan zu deiner Situation passt oder wo du Anpassungen vornehmen musst. Du kannst auch das Geld, das dir monatlich zur Verfügung steht, durch fünf teilen und in fünf Umschläge verteilen. In einen Umschlag legst du das Geld, das du jeden Monat sparen willst, in die anderen das, was du jede Woche ausgeben kannst. So behältst du leicht den Überblick, wie viel Geld dir jeweils zur Verfügung steht. Du kannst dein Budget auch mit der App «MyMoney» verwalten.



Konto und Dauerauftrag

Die Bezahlung von Miete, Strom, Telefon usw. erfolgt über ein Bankkonto. Bei einigen Banken kannst du bereits vor deinem 18. Geburtstag ein Bankkonto eröffnen, ohne die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten (Eltern oder Vormund).

Bei der Wahl der Bank, bei der du dein Konto eröffnest, lohnt es sich, verschiedene Banken (auch Direktbanken, die nur über das Internet arbeiten) hinsichtlich ihrer Leistungen zu vergleichen. Du kannst

Fortsetzung Finanzen & Recht ▶

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe





zum Beispiel darauf achten, ob du automatisch eine EC- oder Debitkarte zum Geldabheben am Automaten erhältst und wie hoch die Kontoführungsgebühren sind. Oft bieten Banken auch ein spezielles Jugendkonto mit günstigen Konditionen an.

Wichtig ist, dass genügend Geld auf dem Konto ist, sonst kann die Zahlung nicht ausgeführt werden. Für regelmässige Zahlungen (z.B. Miete, Internet) empfiehlt es sich, einen Dauerauftrag einzurichten. Auch um für die Steuern Geld zur Seite zu legen ist ein Dauerauftrag empfehlenswert. Der festgelegte Betrag wird dann jeden Monat automatisch von deinem Konto abgebucht.

Es besteht die Möglichkeit, dass du dein Konto überziehst, also mehr Geld ausgibst als du tatsächlich besitzt. Das Konto zu überziehen ist absolut nicht ratsam. Wir empfehlen dir, diese Möglichkeit gleich bei der Kontoeröffnung zu sperren.

E-Banking

Die meisten Banken bieten heute E-Banking an. Achte auf günstige Konditionen (z.B. keine Kontoführungsgebühren, kostenloses Geldabheben am Automaten). Vergleiche am besten die Konditionen verschiedener Banken.

Lastschriftverfahren (LSV) / E-Rechnung

Mit dem LSV ermächtigt du den Rechnungssteller, den Rechnungsbetrag direkt deinem Konto zu belasten. Generell gilt: Wer das LSV nutzt, muss seine Rechnungen und Abbuchungen vom Konto genau prüfen, da Fehler passieren können. Zudem entscheidet der Rechnungssteller, wann das Geld abgebucht wird. Ist nicht genügend Geld auf dem Konto, kommt es zu Mahnungen oder Kontoüberzügen, die wegen der hohen Gebühren unbedingt vermieden werden sollten. Besser als ein LSV ist deshalb ein Dauerauftrag mit selbst gewähltem Datum (z.B. jeden 28. des Monats). Die E-Rechnung kannst du in deinem E-Banking einrichten. Rechnungssteller können Rechnungen direkt an dein E-Banking Postfach senden und du kannst die Rechnung mit einem Klick freigeben oder ablehnen.

Sozialhilfe

In der Schweiz haben alle Einwohner:innen bei erwiesener Bedürftigkeit (d.h. alle, die ihren Lebensunterhalt nicht vollumfänglich alleine bestreiten können) Anspruch auf Sozialhilfe. Für Asylsuchende und vorläufig Aufgenommene gelten besondere Regelungen. Bevor du Sozialhilfe bekommst, prüft die Sozialhilfestelle, ob

Fortsetzung Finanzen & Recht

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe





du anspruchsberechtigt bist. Sie fragt dich nach deinen finanziellen Verhältnissen, z.B. Lohn, Stipendien, Ausbildungsbeiträge, Alimente, Ersparnisse, Unterhaltsansprüche usw. Dann wird berechnet, ob und wie viel Sozialhilfe du bekommst. Alle wichtigen Informationen zur Sozialhilfe findest du auf der Website der Schweizerischen Konferenz für Sozialhilfe (SKOS): www.skos.ch > Themen > Sozialhilfe

rung ausfüllen. Wenn du das nicht tust, kann dich das Finanzamt «einschätzen». Es vergleicht deine finanzielle Situation mit der von Personen, die sich in einer ähnlichen Situation wie du befinden (z.B. Alter, Wohnort, Ausbildung) und berechnet auf dieser Grundlage, wie viel du bezahlen musst. Diese Schätzungen sind oft höher als die tatsächlichen Kosten. Diesen geschätzten Beitrag bist du dann verpflichtet zu bezahlen. Es lohnt sich also, die Steuererklärung rechtzeitig einzureichen und zu bezahlen.

Wenn du ein sehr tiefes Einkommen hast, wirst du wahrscheinlich nur die Kopfsteuer bezahlen müssen. Die müssen alle bezahlen, unabhängig vom Einkommen. Die Steuererklärung wird jedes Jahr automatisch an die Adresse geschickt, an der du gemeldet bist. Fülle die Steuererklärung aus und sende sie an die Steuerverwaltung, per Upload oder per Post, je nach dem, was gefordert wird. Viele Kantone bieten inzwischen kostenlose Programme an, mit denen du die Steuererklärung elektronisch am Computer ausfüllen kannst. Diese Programme sind sehr benutzerfreundlich und leicht verständlich und erleichtern dir das Ausfüllen der Steuererklärung. Du findest diese Programme auf den Seiten der kantonalen Steuerverwaltung.

Steuern

Steuern und Steuererklärung

Steuern sind ein jährlicher finanzieller Beitrag, den alle in der Schweiz lebenden und arbeitenden Personen an die Gemeinden, die Kantone und den Bund zahlen. Mit den Steuern werden öffentliche Schulen finanziert, Strassen gebaut, Kinderkrippen unterstützt und vieles mehr.

Die Steuern, die du bezahlen musst, werden auf der Grundlage deines Jahreseinkommens erhoben und müssen ab dem 18. Lebensjahrs bezahlt werden. Wenn du kein Einkommen hast, weil du zum Beispiel noch zur Schule gehst, musst du trotzdem eine Steuererklä-

Fortsetzung Finanzen & Recht

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe





Fristen

Abgabetermin ist in den meisten Kantonen der 31. März, mit Fristverlängerung der 30. September. Gib eine Fristverlängerung ein, wenn du sie nicht bis Ende März erledigen kannst. Ansonsten kannst du gebüsst werden. Die Steuern werden dir bereits für das laufende Jahr in Rechnung gestellt. Du musst sie innerhalb einer bestimmten Frist bezahlen. Beachte, dass du die Steuern des laufenden Jahres innerhalb dieser Frist bezahlen musst, auch wenn noch nicht definitiv ist, wie hoch dein Steuerbeitrag sein wird. Wenn du nach dieser Frist erst oder nur einen Bruchteil bezahlt hast, musst du Verzugszinsen bezahlen.

Steuern bezahlen

Spätestens ab dem dritten Lehrjahr solltest du anfangen, Geld für deine Steuern zu sparen. Da du das dritte Lehrjahr in der Mitte des Jahres abschliesst, kannst du davon ausgehen, dass du ab der zweiten Hälfte des Jahres voll verdienst. Dieser Verdienst kann zusammen mit deinem Lehrlingslohn über der Einkommensgrenze für die Steuer liegen. Das bedeutet, dass du für dieses Jahr bereits Steuern zahlen musst.

Es ist auch möglich, die Steuern als «Vorauszahlung» zu leisten. Das bedeutet, dass du jeden Monat im Voraus einen Betrag auf dein Steuerkonto einzahlst. Dieser Betrag wird mit deiner effektiven Steuerrechnung verrechnet. Du bezahlst dann nur noch einen allfälligen Restbetrag.

Weitere Informationen speziell für junge Steuerzahler:innen findest du auf folgender Website: www.steuern-easy.ch

Steuersätze und Steuerrechner

Die Kantone haben unterschiedliche Steuersätze, manche erheben die Steuer für das laufende Jahr, andere für das Vorjahr. Wenn du vor hast umzuziehen, kann es auch mal spannend sein, nachzuschlagen, wo welche Steuersätze gelten.

Damit du schon vor der Steuerrechnung deines Kantons ungefähr weisst, wie viel du bezahlen musst, kannst du den Betrag online berechnen.

Wenn du dich weiter informieren möchtest, findest du viele wichtige Informationen zum Thema Steuern im digitalen Leitfaden der Eidgenössischen Steuerverwaltung: www.estv.admin.ch

Fortsetzung Finanzen & Recht

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe





Finanzielle Schwierigkeiten

Schulden

Schulden entstehen, wenn man Rechnungen nicht mehr bezahlen kann. Oft sind es Krankenkassenprämien und Steuern, die bei knappem Budget nicht mehr bezahlt werden können und zu einer Anhäufung von Schulden führen. Aber auch Handyrechnungen, Fitnessabos und andere Zahlungsverpflichtungen können schnell zu hohen Schulden führen.

Schulden sind Geldbeträge, die dem Gläubiger (demjenigen, dem das Geld zusteht) nicht bezahlt werden, obwohl ein Vertrag oder eine gesetzliche Verpflichtung besteht.

Auch wenn du noch keine Schulden hast, ist es sinnvoll, eine Budget- und Schuldenberatung aufzusuchen und dich beraten zu lassen. Dort wirst du kompetent beraten und man unterstützt dich, eine Schuldensanierung in Angriff zu nehmen.

Betreibung

Wenn du eine offene Rechnung nach der dritten Mahnung oder Zahlungsaufforderung nicht bezahlt hast oder nicht bezahlen

kannst, kann es sein, dass du betrieben wirst. Eine Betreibung ist eine Mitteilung an das Betreibungsamt, den geforderten Betrag bei dir einzutreiben. Wenn eine Forderung beim Betreibungsamt eingeht, beginnt das Verwaltungsverfahren. Es erfolgt ein Eintrag im Betreibungsregister (diesen Auszug verlangen zum Beispiel Vermieter:innen). Das bedeutet, dass du und der Gläubiger klare Rechte und Pflichten haben, an die ihr euch halten müsst.

Eine Betreibung muss dir persönlich per Einschreiben zugestellt werden. Das heisst, der Empfang muss unterschrieben werden, erst dann ist die Betreibung rechtsgültig.

Wenn du zu Unrecht betrieben wirst, kannst du innerhalb von zehn Tagen Rechtsvorschlag erheben. Zu Unrecht betrieben heisst zum Beispiel, dass dich jemand betreibt, bei dem du keine Schulden hast, oder dass der Schuldbetrag nicht stimmt.

Der Rechtsvorschlag stoppt das normale Verfahren und der Gläubiger muss vor Gericht beweisen, dass du den Betrag schuldest. Ein Rechtsvorschlag nützt also nichts, wenn du zu Recht betrieben wirst, denn dann musst du die Gerichtskosten bezahlen.

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe

Fortsetzung Finanzen & Recht





Pfändung und Lohnpfändung

Nach der Betreuung folgt die Pfändung. Pfändung heisst, dass ein:e Pfändungsbeamt:in schaut, ob du Vermögen hast (Ersparnisse, Schmuck, teure Geräte oder ähnliches), das zur Begleichung der Schulden verkauft werden kann. Wenn du genug Lohn hast, werden die Schulden direkt von deinem Lohn abgezogen. Wenn du gut verdienst und viele Betreibungen hast, kann es sein, dass dein Lohn gepfändet wird. Dann hast du Anspruch auf das betreibungsrechtliche Existenzminimum (BEX). Dieses wird individuell berechnet. Alles, was über diesem Existenzminimum liegt, wird dir abgezogen.

Wenn du Fragen zum BEX hast, kannst du dich auf der Website des Konsumenten- und Ratgebermagazins «Beobachter» informieren: www.beobachter.ch > Lohnpfändung

Die Lohnpfändung dauert ein Jahr. Das Geld, das dir direkt vom Lohn abgezogen wird, wird an die Gläubiger verteilt.

Verlustschein

Wenn du kein Vermögen und keinen pfändbaren Lohn hast, führt die Betreuung zu einem Verlustschein. Diesen erhält der Gläubiger. Der Verlustschein ist 20 Jahre gültig, bevor er verjährt. Es handelt sich um eine ruhende Schuld, die keine weiteren Mahnungen

oder zusätzliche Kosten verursacht. Um diese Schuld zu begleichen, muss man sie dem Inhaber des Verlustscheins zurückzahlen.

Verlustscheine können von anderen Personen, z.B. Inkassobüros, gekauft und weiterverwertet werden. In diesem Fall schuldest du den Betrag diesem Inkassobüro. Aber auch hier gelten die oben genannten Grundsätze.

Betreibungen oder Verlustscheine löschen

Damit eine Betreuung oder ein Verlustschein im Betreibungsregister gelöscht werden kann, muss die Schuld bezahlt werden. Die Löschung bezahlter Betreibungen kann nur der Gläubiger verlangen. Du kannst ihn darum bitten, wenn du die Betreuung bezahlst. Der Gläubiger kann dies aber auch ablehnen. Tut er dies, bleibt die Betreuung für weitere fünf Jahre im Betreibungsregister und wird als «bezahlt» gekennzeichnet.

Bei Verlustscheinen ist es ähnlich. Wenn du einen Verlustschein bezahlst, kannst du den Gläubiger bitten, den Verlustschein direkt löschen zu lassen. Der Gläubiger kann dir den Verlustschein aber auch mit dem Vermerk zusenden, dass du ihn bezahlt hast. Mit dem bezahlten Verlustschein kannst du dann selbst die Löschung beantragen.

Fortsetzung Finanzen & Recht

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

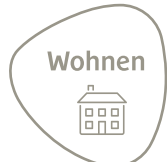
Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe





Umgang mit Inkassobüros

Wenn du Post von einem Inkassobüro erhältst, ist es wichtig, nicht in Panik zu geraten. Unterschreibe nichts. Inkassobüros machen Geld, indem sie unangemessene Zusatzkosten wie Verzugsschäden oder Bonitätsprüfungen einfordern. Diese Beträge sind in der Regel nicht geschuldet und können und können mit Rechts- und Teilrechtsvor-schlag angefochten werden.

Wenn du jedoch Ratenzahlungsverträge oder Schuldaner-kennungen unterschreibst, bestätigst du, dass du diese Beträge schuldest. Du bist dann zur Zahlung verpflichtet.

Schuldenberatung und Schuldensanierung

Bei der Schuldnerberatung wird gemeinsam mit dir deine finanzielle Situation unter die Lupe genommen. Gemeinsam werden deine Budget- und Finanzkompetenzen untersucht, woher die Schulden kommen, wer die Gläubiger sind usw. Das Ziel ist es auch, eine weitere Verschuldung zu vermeiden.

Eine Schuldensanierung ist möglich, wenn genügend Vermögen oder Einkommen vorhanden ist, um die offenen Schulden zu begleichen. Dafür gibt es verschiedene Möglichkeiten, die du auf folgender Website findest: www.plusminus.ch > Sanierung

Bei Fragen wende dich am besten an die örtlichen Schuldnerbera-tungsstellen. Es gibt auch Beratungsstellen, die nicht auf Schulden spezialisiert sind, dir aber trotzdem weiterhelfen können. Unter fol-gendem Link findest du eine Liste von Schuldenberatungsstellen: www.schulden.ch



Finanzielle Leistungen des Kantons

Der Kanton hat den Auftrag in gewissen Lebenssituationen finan-zielle Unterstützung zu leisten, wie bei Aus- und Weiterbildung, bei Menschen mit geringen Einkünften und Familien. Es gibt für jede Kategorie bestimmte Anspruchsvoraussetzungen. Diese Leistungen sind kantonal organisiert und es hängt von deinem Wohnkanton und deiner Lebenssituation ab, auf welche Leistungen du Anspruch hast.

Du musst diese Leistungen beantragen. Wenn du dabei Unterstüt-zung benötigst, wende dich ans Careleaver Netzwerk. Wir vermitteln dir gerne eine Beratungsstelle in deiner Nähe, die weiterhilft oder jemand aus unserem Umfeld, der dich dabei unterstützt.

Fortsetzung Finanzen & Recht

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Last-schriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

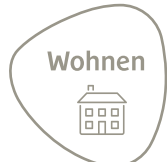
Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe





Stipendien / Ausbildungsbeiträge

Unter bestimmten Voraussetzungen, z.B. bei geringem Einkommen oder Vermögen der Eltern, haben Personen in einer staatlich anerkannten Erstausbildung (EBA, EFZ, BA, BSc) Anspruch auf Ausbildungsbeiträge. Bei den Stipendien bzw. Ausbildungsbeiträgen handelt es sich um einen monatlichen Betrag, dessen Höhe stark variieren kann, d.h. zwischen CHF 100.– und CHF 750.– pro Monat. Die Höhe richtet sich nach deinem Lohn und dem Lohn deiner Eltern. Die Stipendien können vor oder während der Ausbildung beantragt werden. In den meisten Fällen muss der Antrag jedoch spätestens einen Monat nach Beginn der Ausbildung oder des neuen Ausbildungsjahres eingereicht werden.

Je nach Wohnort gibt es auch städtische Stipendien. Erkundige dich bei der entsprechenden Stadtverwaltung. Neben der staatlichen Förderung gibt es auch die Möglichkeit, Stipendien bei privaten Stiftungen zu beantragen. Erkundige dich beim Stipendienamt oder suche selbst im schweizweiten Verzeichnis:

www.stipendium.ch | www.edi.admin.ch > Stiftungsverzeichnis



Willst du ein Studium machen?

Du fragst dich auch, wie du das finanzieren kannst?

Durch den Careleaver Support findest du auch Zugang zu Stipendien, die speziell für Careleaver:innen sind und du nicht zurückbezahlen musst. Melde dich bei uns, wir können dir gerne mögliche Wege aufzeigen:

support@careleaver.ch

Für ein Stipendium spezielle für Careleaver:innen, melde dich bei EDUCA SWISS: www.educaswiss.ch



Fortsetzung Finanzen & Recht

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe





Familienzulagen (FAK) – Kinder und Ausbildungszulagen

Für Kinder bis 16 Jahre erhält der erwerbstätige Elternteil eine monatliche Familienzulage von mindestens CHF 200.– pro Kind. Für Kinder zwischen 16 und 25 Jahren, die sich in einer Ausbildung befinden, besteht Anspruch auf eine Ausbildungszulage von mindestens CHF 250.– pro Kind und Monat. Den Anspruch müssen die Eltern geltend machen, was heisst, sie müssen den Antrag stellen. Wenn sie erwerbstätig sind, erhalten sie die Zulage vom Arbeitgeber, sonst von der kantonalen Ausgleichskasse. Der Anspruch können auch Selbstständigerwerbende stellen. Wenn du keinen Kontakt zu deinen Eltern hast, kannst du bei der örtlichen Ausgleichskasse oder beim Arbeitgeber einen Antrag auf Direktauszahlung stellen.

Prämienverbilligung für die Krankenkassenprämie

Die individuelle Prämienverbilligung reduziert die monatliche Krankenkassenprämie und steht dir zu, wenn du ein bescheidenes Einkommen hast. Je nach Kanton erhältst du sie automatisch aufgrund deiner Steuerdaten oder du musst einen Antrag stellen.

Den Antrag kannst du bei der Sozialversicherungsanstalt (SVA) einreichen. Auch hier können die Finanzen deiner Eltern eine Rolle spielen, bis du deine erste Ausbildung abgeschlossen hast oder 25 Jahre alt bist.

Details findest du auch auf der Website der AHV-IV-Stelle: www.ahv-iv.ch

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe

Fortsetzung Finanzen & Recht ▶





RECHT

Unterhaltspflicht der Eltern

In den meisten Fällen ist die Erstausbildung mit dem Erreichen der Volljährigkeit, d.h. mit dem 18. Geburtstag, abgeschlossen. Deshalb sind junge Erwachsene oft auf die Unterstützung ihrer Eltern angewiesen. Die Unterstützung durch die Eltern kann in Form von Geldbeträgen, der Bezahlung der Krankenkassenprämie, kostenlosem Wohnen bei den Eltern usw. erfolgen.

Die Unterstützungspflicht hängt davon ab, wie viel deine Eltern verdienen und wie viel Vermögen sie haben.

Das Zivilgesetzbuch sieht vor, dass Eltern für den Unterhalt und die Ausbildung ihrer Kinder aufkommen müssen. Dies gilt bis zum Abschluss der Ausbildung - also auch über die Volljährigkeit hinaus. Das Gymnasium oder die Maturitätsschule gelten nicht als Erstausbildung. Das Gesetz ist sehr offen formuliert und wirft deshalb immer wieder Fragen auf.

Bei ungenügendem Einkommen und Vermögen der Eltern besteht Anspruch auf kantonale Unterstützung. Wenn deine Eltern über genügend finanzielle Mittel verfügen, aber keine Zahlungen an dich leisten, kann eine Unterhaltsklage mit Überbrückungsleistungen der Sozialhilfe ein möglicher Weg sein. Bei Fragen zu Unterhaltsbeiträgen kannst du dich an die kantonalen Inkassohilfen wenden. Diese Stellen sind auf das Inkasso von Unterhaltsbeiträgen spezialisiert und können dir sagen, wie du am besten vorgehen sollst. Hier findest du einen kurzen Artikel vom «Beobachter»-Beratungszentrum zur Unterhaltspflicht der Eltern: www.srf.ch (PDF «Wie volljährige Kinder unterstützt werden müssen»)

Fortsetzung Finanzen & Recht

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe





Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Wenn du Probleme mit der Verwaltung, mit Steuerbehörden, Schulbehörden, Vormundschaftsbehörden, Fürsorgebehörden, Zivilrechtsbehörden, Spitälern, der Polizei, dem Arbeitsamt usw. hast und dir dein Recht nicht gewährt wird, kannst du dich kostenlos und vertraulich an die Beschwerdestelle wenden. Dort wird dir geholfen, zu deinem Recht zu kommen.

Liste der Ombudsstellen:

www.ombudsstellen.ch > Ombudsadressen

Ombudsstelle Kinderrechte Schweiz:

www.ombudsstelle-kinderrechte-schweiz.ch

Die Ombudsstelle Kinderrechte berät auch Careleaver:innen

Bankenombudsman:

Der Schweizerische Bankenombudsman behandelt konkrete Beschwerden von Privatpersonen gegen eine Bank mit Sitz in der Schweiz. Weitere Informationen finden sich im Internet unter:

www.bankingombudsman.ch

Opferhilfe

Wenn du körperliche, psychische oder sexuelle Gewalt erlebt hast, kannst du dich an eine der Opferhilfestellen wenden. Sie beraten dich und können dir finanzielle Unterstützung (z.B. für eine Therapie) gewähren. Es ist auch möglich einen Antrag auf Genugtuung zu stellen. Dies muss innerhalb der Frist von 5 Jahren nach der Tat (Bsp. Häusliche Gewalt) geschehen.

Website der Opferhilfe Schweiz mit Auflistung der kantonalen Opferhilfestellen unter «Wo finde ich Hilfe?».

www.opferhilfe-schweiz.ch

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung

Sozialhilfe

Steuern

Finanzielle Schwierigkeiten

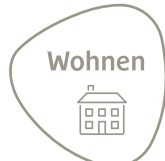
Finanzielle Leistungen des Kantons

Recht

Unterhaltspflicht der Eltern

Ombudsstelle – Deine Rechte einfordern

Opferhilfe





VERSICHERUNGEN

SOZIALVERSICHERUNGEN

In der Schweiz besteht ein dreisäuliges Vorsorgesystem zur finanziellen Absicherung im Alter und bei Erwerbsunfähigkeit:

- Die **1. Säule** ist die staatliche Vorsorge und dient der Existenzsicherung im Alter, bei Erwerbsunfähigkeit und im Todesfall.
- Die **2. Säule** ist die berufliche Vorsorge und dient der Erhaltung des gewohnten Lebensstandards. Jede Person spart und zahlt direkt in die eigene Vorsorge ein.
- Die **3. Säule** ist die private Vorsorge und dient der Zusatzvorsorge. Im Gegensatz zu den ersten beiden Säulen ist sie freiwillig.

Hier findest du in alphabetischer Reihenfolge Informationen und Links zu den finanziellen Absicherungen.

Leistungen der 1. Säule



Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV)

Die Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV) sichert die Rente im Alter. Sie ist für alle Personen in der Schweiz obligatorisch und jede Person hat einen Rechtsanspruch auf bestimmte Leistungen.

Die AHV wird vom Lohn abgezogen. Du und dein Arbeitgeber zahlen 4,35 % deines Lohnes in die AHV ein. Wenn du nicht arbeitest, kannst du dich bei der Ausgleichskasse als Nichterwerbstätige:r anmelden und erhältst jährlich eine Rechnung über den Mindestbeitrag. So vermeidest du Beitragslücken. Diese können nämlich dazu führen, dass du im Alter weniger Rente bekommst. Die AHV ist eine Pauschalrente. Sie wird nach der Anzahl der Beitragsjahre berechnet und nicht nach der Höhe der Beiträge.

Derzeit liegt das Rentenalter für Männer und Frauen bei 65 Jahren. Für die maximale Rente werden 44 Beitragsjahre vorausgesetzt. Wenn du schon lange in der Schweiz lebst, bekommst du eine persönliche 13-stellige AHV-Nummer, die du dein Leben lang behältst.

Fortsetzung Versicherungen

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

Leistungen der 1. Säule

Leistungen der 2. Säule

Leistungen der 3. Säule

Allgemeine Versicherungen

Privathaftpflicht

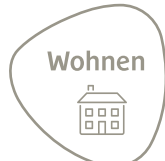
Hausratversicherung

Krankenversicherung

Krankenkassenprämien

Krankenkassen-Prämienverbilligung

Selbstbehalt / Franchise





VERSICHERUNGEN

Die AHV-Nummer wird auch für die Steuererklärung benötigt und fast alle anderen Sozialversicherungen verwendet. Du findest sie zum Beispiel auf deiner Versichertenkarte.

Allgemeine Informationen zur AHV findest du im Internet:

www.ahv-iv.ch

Aktuelle Broschüre «Alles über die AHV»: www.ahv-iv.ch

Invalidenversicherung (IV)

Die Invalidenversicherung (IV) ist eine Sozialversicherung für alle in der Schweiz wohnhaften Personen. Sie wird wie die AHV durch deinen Lohn finanziert. Du und dein Arbeitgeber zahlen 0,7 % deines Lohnes ein. Die IV versichert dich, wenn du wegen Krankheit oder Unfall erwerbsunfähig wirst. Wenn du wegen einer chronischen Krankheit in deinem Beruf nicht mehr oder gar nicht mehr arbeiten kannst, kannst du eine IV-Rente beantragen. Ergibt die medizinische Abklärung, dass du Anspruch auf eine Rente hast, wird dein Anspruch berechnet. Die IV-Rentenberechnung vergleicht dein Einkommen mit deinem Verdienstausfall und berechnet daraus den Grad deiner Erwerbsunfähigkeit.

Das Verfahren ist langwierig und nicht einfach. Lass dich am besten von Pro Infirmis beraten: www.proinfirmis.ch

Ergänzungsleistungen (EL)

Ergänzungsleistungen (EL) zur Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV) und zur Invalidenversicherung (IV) kannst du beantragen, wenn du trotz IV-Rente (z.B. Kinderrente) nicht genug Geld hast, um deine Lebenskosten zu decken. Sie sind ein Rechtsanspruch und keine Sozialhilfe und ergänzen die Rente bis zum sozialen Existenzminimum, so dass die Lebenskosten (Miete, Krankenkasse, Grundbedarf) gedeckt sind.

Die Ergänzungsleistungen werden von den Kantonen ausgerichtet. Sie umfassen zwei Kategorien:

- Laufende, monatlich ausbezahlte Leistungen zur Deckung des Existenzbedarfs (Wohnkosten, Grundbedarf für Haushalt und Ernährung).
- Vergütung von Krankheits- und Behinderungskosten (z.B. Arztrechnungen und Medikamente).

Wenn du Ergänzungsleistungen beziehen möchtest, musst du dich dafür anmelden. Eine Übersicht über die kantonalen Anmeldestellen für Ergänzungsleistungen zur AHV/IV findest du hier: www.ahv-iv.ch Du kannst dich auch direkt bei deiner Gemeinde erkundigen, wo du dich für Ergänzungsleistungen anmelden kannst.

Fortsetzung Versicherungen ▶

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

Leistungen der 1. Säule

Leistungen der 2. Säule

Leistungen der 3. Säule

Allgemeine Versicherungen

Privathaftpflicht

Hausratversicherung

Krankenversicherung

Krankenkassenprämien

Krankenkassen-Prämienverbilligung

Selbstbehalt / Franchise





VERSICHERUNGEN



Arbeitslosenversicherung (ALV)

Die Arbeitslosenversicherung ist eine Sozialversicherung, die deinen Lohn sichert, wenn du deinen Arbeitsplatz verlierst.

Für die Arbeitslosenversicherung werden dir jeden Monat 1,1 % von deinem Lohn abgezogen. Dieser Beitrag wird dir immer abgezogen, egal wie hoch oder niedrig dein Lohn ist. Wenn du innerhalb von zwei aufeinander folgenden Jahren zwölf Monate lang Beiträge bezahlt hast, hast du nach Abzug der obligatorischen Wartetage Anspruch auf Arbeitslosenentschädigung. Ausserdem bist du über die Arbeitslosenversicherung gegen Nichtberufsunfälle versichert.

Wenn du deine Stelle verlierst, musst du dich spätestens am ersten Tag deiner Arbeitslosigkeit beim Regionalen Arbeitsvermittlungszentrum (RAV) melden. Dort kannst du dich für die Arbeitsvermittlung und den Bezug von Arbeitslosentaggeld bei einer Arbeitslosenkasse anmelden. Das RAV unterstützt dich bei der Stellensuche. Ob du Taggelder der Arbeitslosenversicherung erhältst, hängt davon ab, ob du die Auflagen des RAV erfüllst. Wenn du das nicht tust, bekommst du sogenannte Sperrtage – also weniger Geld von der Versicherung.

Das Taggeld wird auf der Basis des Lohnes berechnet, den du vor der Arbeitslosigkeit erhalten hast. Es deckt 70 % (ohne Unterhaltspflicht für Kinder) bzw. 80 % (mit Unterhaltspflicht für Kinder) des Lohnausfalls ab.

Wenn dir gekündigt wird, musst du während der Kündigungsfrist eine neue Stelle suchen und dies dem RAV nachweisen. Wenn du selbst kündigst oder deine Arbeitslosigkeit selbst verschuldest (Vertragsauflösung, Entlassung wegen Fehlverhalten usw.), erhältst du bis zu 60 Sperrtage. Das bedeutet, dass Du bis zu drei Monate lang kein Taggeld erhältst. Wenn du Sperrtage erhältst, kannst du innerhalb von 30 Tagen, nachdem die Sperrtage ausgesprochen wurden, Einspruch erheben.



Erwerbsersatzordnung (EO)

Die Erwerbsersatzordnung ist eine Sozialversicherung für alle, die in der Schweiz leben und arbeiten. Sie sichert dein Einkommen, wenn du Militärdienst leistest oder schwanger wirst. Bezahlt wird sie von dir und deinen Arbeitgebenden.

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

- Leistungen der 1. Säule
- Leistungen der 2. Säule
- Leistungen der 3. Säule

Allgemeine Versicherungen

- Privathaftpflicht
- Hausratversicherung
- Krankenversicherung
- Krankenkassenprämien
- Krankenkassen-Prämienverbilligung
- Selbstbehalt / Franchise

Fortsetzung Versicherungen





Leistungen der 2. Säule



Berufliche Vorsorge (BV) und Pensionskasse (PK)

Die berufliche Vorsorge oder Pensionskasse ist die zweite Säule der schweizerischen Sozialversicherung. Sie sichert dein Einkommen im Alter und bei Invalidität. Der Beitrag an die Pensionskasse hängt von deinem Lohn und deinem Alter ab und beträgt zwischen 5 und 17 Prozent deines Lohnes. Er wird je zur Hälfte von dir und deinem Arbeitgeber bezahlt. Du zahlst erst ab einem Jahreslohn von mindestens CHF 21'050.– (Stand 2023) in die Pensionskasse ein. Am Ende des Jahres erhältst du von der Pensionskasse einen Versicherungsausweis. Wenn du nicht arbeitest, zahlst du keine Pensionskassenbeiträge.

Dein:e Arbeitgeber:in ist einer Pensionskasse angeschlossen, in die du deine Beiträge einzahlst. Wenn du den Arbeitgeber wechselst, wechselt oft auch die Pensionskasse. Die Beiträge, die du bereits eingezahlt hast, werden an die Pensionskasse des neuen Arbeitgebers überwiesen. Das machst du mit einem Formular, das du bei deinem alten und deinem neuen Arbeitgeber bekommst. Wenn du

mehr über das Verfahren wissen möchtest, kannst du dich an die Personalabteilung deines Arbeitgebers oder an die zuständige Pensionskasse wenden.

Weitere Informationen findest du unter:

www.ch.ch > Pensionierung



Betriebsunfallversicherung (BU)

Wenn du arbeitest, bist du bei einem Unfall während der Arbeitszeit versichert. Wenn du nicht arbeitest oder studierst, läuft deine Unfallversicherung normalerweise über die Krankenkasse, wenn du dich dort entsprechend anmeldest.

Weitere Informationen findest du unter: www.bag.admin.ch > Versicherungen > Unfallversicherung > Wer ist obligatorisch versichert?

Fortsetzung Versicherungen

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

Leistungen der 1. Säule

Leistungen der 2. Säule

Leistungen der 3. Säule

Allgemeine Versicherungen

Privathaftpflicht

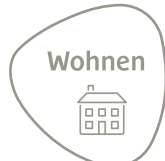
Hausratversicherung

Krankenversicherung

Krankenkassenprämien

Krankenkassen-Prämienverbilligung

Selbstbehalt / Franchise





Nichtbetriebsunfallversicherung (NBU)

Wenn du mehr als acht Stunden in der Woche arbeitest, bist du über deinen Arbeitgeber auch bei Unfällen in der Freizeit (Nicht-Berufs-Unfall) versichert. Wenn du NBU-versichert bist, musst du einen Unfall deinem Arbeitgeber melden. Sonst musst du für die Behandlungskosten selbst aufkommen. Am besten fragst du deinen Arbeitgeber (Personalabteilung), wie das genau abläuft. Wenn du arbeitslos gemeldet bist, bist du automatisch gegen Nichtbetriebsunfälle versichert.

Viele Leute vergessen, ihre Unfallversicherung bei der Krankenkasse abzumelden, wenn sie arbeiten, und zahlen dann zu viel! Wenn du mehr als 8 Stunden pro Woche arbeitest, lohnt es sich, dies zu überprüfen. Falls du eine Zeit lang nicht arbeitest, z. B. bei einer längeren Reise unbedingt die Unfallversicherung in der Krankenkasse wieder aktivieren. Meistens genügt ein Anruf bei der Krankenkasse.



Krankentaggeldversicherung (KTG)

Freiwillige Versicherung (Arbeitgeber)

Das Krankentaggeld (KTG) sichert deinen Lohn, wenn du länger krank bist. Wenn du wegen Krankheit länger nicht arbeiten kannst, ist dein Arbeitgeber verpflichtet, dir den Lohn zu zahlen, je nachdem, wie lange du schon angestellt bist.

Viele Arbeitgeber:innen haben für ihre Angestellten eine Krankentaggeldversicherung abgeschlossen. Diese zahlt mindestens 80% des normalen Lohnes. Die KTG ist nicht obligatorisch und kommt nur zum Tragen, wenn du und dein Arbeitgeber im Arbeitsvertrag den Abschluss einer solchen Versicherung vereinbart haben. In diesem Fall bezahlt ihr beide 50 % der Prämie, die von deinem Lohn abgezogen wird.

Informationen zu den Fristen für die Lohnfortzahlung im Krankheitsfall finden sich auf der Website des Staatssekretariats für Wirtschaft (SECO): www.seco.admin.ch > Arbeit > Personenfreizügigkeit und Arbeitsbeziehungen > Arbeitsrecht > FAQ zum privaten Arbeitsrecht



Kündige nie im Krankheitsfall!

Dann besteht die Gefahr, dass keine Versicherung den Lohnausfall deckt. Dein Arbeitgeber ist verpflichtet im Krankheitsfall deinen Lohn fortzuzahlen, gemäss dem Arbeitsvertrag. Wenn du in einer solchen Situation bist, in der du überlegst zu kündigen und es geht dir gesundheitlich nicht gut, melde dich beim Careleaver Netzwerk. Wir unterstützen dich gerne, indem wir dir zuhören und dich mit einer Person vernetzen, die dir bezüglich Sozialversicherungen/Lohnausfall Möglichkeiten aufzeigt.

support@careleaver.ch

Fortsetzung Versicherungen

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

- Leistungen der 1. Säule
- Leistungen der 2. Säule
- Leistungen der 3. Säule

Allgemeine Versicherungen

- Privathaftpflicht
- Hausratversicherung
- Krankenversicherung
- Krankenkassenprämien
- Krankenkassen-Prämienverbilligung
- Selbstbehalt / Franchise





Leistungen der 3. Säule

Wenn es deine finanziellen Einkünfte erlauben, kannst du im Hinblick auf deine Pensionierung mit einer privaten Vorsorge (3.Säule) dein Einkommen im Alter zusätzlich zur 1. und 2. Säule verbessern. Du hast zwei Möglichkeiten über die 3. Säule zu sparen: die gebundene Selbstvorsorge (Säule 3a) und die ungebundene Selbstvorsorge (Säule 3b).



Gebundene Selbstvorsorge (Säule 3a)

Mit der Säule 3a können Sie im Verlauf deines Erwerbslebens kannst du mit der Säule 3a bis zur Pensionierung bei einer Bank oder einer Versicherung ein Sparguthaben anhäufen. Die wichtigsten Merkmale der Säule 3a sind:

- Du kannst jährlich einen Maximalbetrag auf ihr Konto einzahlen.
- Die Zinsen werfen mehr ab, als bei einem Sparkonto.
- Die Beiträge kannst du von den Steuern abziehen.
- Bei der Auszahlung des Guthabens wird eine einmalige Steuer fällig, die sich nach dem Einkommen zum Zeitpunkt des Bezugs richtet.



Ungebundene Selbstvorsorge (Säule 3b)

Bei der Säule 3b handelt es sich um Spareinlagen in Form von Bargeld, Sparbüchlein, Lebensversicherungen oder Investitionen. Die wichtigsten Merkmale der Säule 3b sind:

- Du kannst jährlich Beträge in beliebiger Höhe einzahlen.
- Du musst das angesparte Guthaben jedes Jahr in der Steuererklärung angeben.
- Das Guthaben wird in der Regel jährlich versteuert werden.
- Du kannst dir das Geld zu jedem Zeitpunkt auszahlen lassen.
- Du musst keine zusätzlichen Steuern bezahlen, wenn du das angesparte Geld beziehen.

Wer kann eine dritte 3. Säule abschliessen? Wie viel ist der Maximalbetrag, den man einzahlen kann? Welche steuerlichen Vorteile entstehen? Antworten auf diese und weitere Fragen erhältst du über die Webseite www.ch.ch > Pensionierung > Altersvorsorge > 3. Säule

Fortsetzung Versicherungen

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

- Leistungen der 1. Säule
- Leistungen der 2. Säule
- Leistungen der 3. Säule

Allgemeine Versicherungen

- Privathaftpflicht
- Hausratversicherung
- Krankenversicherung
- Krankenkassenprämien
- Krankenkassen-Prämienverbilligung
- Selbstbehalt / Franchise





Allgemeine Versicherungen

Es gibt zahlreiche Versicherungen, die abgeschlossen werden können – einige sind freiwillig, andere gesetzlich vorgeschrieben. Bei der Suche nach einer geeigneten Versicherung ist es sinnvoll, sich an den Informationen auf den Websites der Schweizer Behörden zu orientieren. Dort findest du einen guten und neutralen Überblick über die verschiedenen Versicherungen und kannst deine Lebenssituation bei der Suche berücksichtigen: www.ch.ch > Versicherungen

Die Preise und Leistungen der einzelnen Versicherungen unterscheiden sich je nach Anbieter. Bevor du dich für einen Anbieter einer bestimmten Versicherung entscheidest, solltest du unbedingt die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Versicherungsanbieters lesen und offene Fragen klären.



Privathaftpflicht

Die Privathaftpflicht ist eine freiwillige Versicherung, die Schäden abdeckt, die man unbeabsichtigt anderen zufügt. Sie kann vor ho-

hen finanziellen Haftungen schützen. Der Abschluss einer Privathaftpflichtversicherung mit einer Deckungssumme von CHF 5 Millionen ist sehr empfehlenswert. Kläre vorher ab, bei welchem Anbieter du die Versicherung abschliessen willst.

Ohne Haftpflichtversicherung darf kein Motorfahrzeug am öffentlichen Strassenverkehr teilnehmen. Wenn du ein Fahrzeug besitzt, musst du eine entsprechende Auto-, Nutzfahrzeug- oder Motorradhaftpflichtversicherung abschliessen.



Hausratversicherung

Wenn du allein wohnst, ist es ratsam, eine Hausratversicherung abzuschliessen. Eine Hausratversicherung schützt die beweglichen Gegenstände (z.B. Möbel, Fernseher, Kleidung oder Sportgeräte), die du besitzt und in deiner Wohnung aufbewahrst, gegen verschiedene Gefahren. In der Basisversicherung ist der Hausrat gegen Schäden durch Diebstahl, Feuer, Elementarereignisse und Wasser versichert. Im Schadensfall muss man nachweisen können, welche Gegenstände betroffen sind. Das geht mit einer Inventarliste, die du beim Abschluss der Versicherung erstellen solltest. Wenn dir ein Schaden entstanden ist, wende dich an deine Versicherung.

Fortsetzung Versicherungen 

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

Leistungen der 1. Säule

Leistungen der 2. Säule

Leistungen der 3. Säule

Allgemeine Versicherungen

Privathaftpflicht

Hausratversicherung

Krankenversicherung

Krankenkassenprämien

Krankenkassen-Prämienverbilligung

Selbstbehalt / Franchise





VERSICHERUNGEN

Krankenversicherung

Wer in der Schweiz lebt, muss krankenversichert sein. Das ist gesetzlich vorgeschrieben. Die Krankenversicherung schützt dich bei Krankheit, Mutterschaft und gegebenenfalls bei Unfall (falls du nicht über deinen Arbeitgeber versichert bist).

Informationen zur Krankenversicherung findest du auch auf der Website des Bundesamtes für Gesundheit (BAG): www.bag.admin.ch

Krankenkassenprämien

Die Prämien der Krankenversicherung (KVG) unterscheiden sich von Krankenkasse zu Krankenkasse, ebenso die jeweiligen Leistungen - ein Vergleich lohnt sich. Einen guten Überblick bietet das unabhängige Vergleichsportal «Comparis» im Internet: www.comparis.ch

Krankenkassen-Prämienverbilligung

Die individuelle Prämienverbilligung reduziert die monatliche Krankenkassenprämie und steht dir zu, wenn du ein bescheidenes Einkommen hast. Weitere Informationen dazu findest du im Kapitel «[Finanzielle Leistungen des Kantons](#)».

Selbstbehalt / Franchise

Unter Selbstbehalt – oder Franchise in der Krankenversicherung – versteht man den Teil des entstandenen Schadens, den der Versicherte selbst zu tragen hat. Dies kann ein bestimmter Prozentsatz oder ein fester Betrag sein. Die Versicherungsanbieter wollen dadurch vermeiden, dass die Versicherungsnehmer:innen zu viele kleine Schäden melden. Manchmal wird dies auch als «Selbstbeteiligung» bezeichnet.

Die Franchise bei der Krankenkasse legt fest, wie viel du pro Jahr von deinen Behandlungskosten selber bezahlen musst. Die Jahresfranchise beträgt mindestens CHF 300.– pro Kalenderjahr. Deine Kostenbeteiligung für den Besuch bei Ärzt:innen, einen Aufenthalt im Spital oder für Medikamente setzt sich aus der Franchise sowie einem zusätzlichen Selbstbehalt von 10 % zusammen. Wenn du bei deiner Krankenkasse eine hohe Franchise wählst, ist die monatliche Prämie in der Regel niedriger.

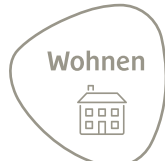
WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

- Leistungen der 1. Säule
- Leistungen der 2. Säule
- Leistungen der 3. Säule

Allgemeine Versicherungen

- Privathaftpflicht
- Hausratversicherung
- Krankenversicherung
- Krankenkassenprämien
- Krankenkassen-Prämienverbilligung
- Selbstbehalt / Franchise





GESUNDHEIT

WEGWEISER LEAVING CARE

- Gesundheit stärken
- Unterstützung bei Krisen
- Fragen zu Sucht
- Medizinischer Notfall
- Ernährung
- Krankheitskosten
- Zahnarztkosten

Gesundheit stärken

Es ist möglich, vieles für die eigene Gesundheit zu tun. Tägliche Bewegung, ausgewogene Ernährung und auch soziale Beziehungen helfen uns gesund zu bleiben. Wenn du dir Sorgen um deine Gesundheit machst, solltest du eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen und dich untersuchen lassen. Medizinische Diagnosen können nur von Fachpersonen gestellt werden.

Unterstützung bei Krisen

Manchmal möchte man mit jemandem reden. Das Sorgentelefon der «Dargebotenen Hand» ist anonym und immer für dich da. Die Beratenden sind zur Verschwiegenheit verpflichtet. Egal, ob es um Alltagsprobleme oder grosse Sorgen geht, meldet euch:

- per Telefon unter 143
- per Chat oder Mail über die Website: www.143.ch

Diese Stellen sind für junge Menschen jeden Tag rund um die Uhr erreichbar:

- per Telefon bei 147
- per Chat oder Mailkontakt über die Website: www.147.ch

Oder wende dich an deine Ärztin oder an deinen Arzt. Sie/er kann dir eine psychologische Beratung vermitteln.

Bei Fragen zu Sucht

(Drogen, Alkohol, Gamen u. a.)

Wenn du denkst, dass dein Substanzkonsum zu hoch ist oder du dich nicht mehr unter Kontrolle hast, kannst du dich immer (und auch anonym) an verschiedene Suchtberatungsstellen in deinem Kanton wenden. Dort erhältst du Antworten auf allgemeine Fragen zum Thema Konsum, Verhalten, Substanzen und Unterstützung.

Informationen zum Thema Sucht findest du auch auf folgenden nationalen Plattformen: www.feel-ok.ch | www.safezone.ch | www.de.know-drugs.ch | www.suchtschweiz.ch | www.bag.admin.ch

Medizinischer Notfall

Wende dich bei lebensbedrohlichen medizinischen Notfällen immer direkt an die **Sanitätsnotrufzentrale 144** (schweizweit).

Für medizinische Notfälle, die nicht lebensbedrohlich sind, wende dich am besten an deine Hausärztin oder deinen Hausarzt oder an die medizinische Notrufzentrale.

Informationen für die medizinische Beratung siehe Folgeseite 

Fortsetzung Gesundheit 



Die folgenden Informationen erleichtern die medizinische Beratung:

- Wer ruft an? Genaue Adresse und wichtige Hinweise mitteilen – z.B. Hauseingang, Stockwerk.
- Um wen handelt es sich? (Angaben zur betroffenen Person)
- Was ist das Problem? (Beschreibung der Symptome, Unfall, Krankheit)
- Wurde deswegen schon einmal angerufen?
- Vorgeschichte, Grunderkrankungen, Medikation?
- Was wurde bisher unternommen?

Ernährung

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung muss nicht teuer sein.

Hier einige Linktipps:

www.swissmilk.ch | www.gorilla.ch

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung bietet fundierte Informationen zu verschiedenen Themen wie Gewicht, Diabetes usw.:

www.sge-ssn.ch

Auf der Website des Bundesamtes für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen finden sich aktuelle und gesicherte Informationen zum Thema:

www.blv.admin.ch > Lebensmittel und Ernährung

Krankheitskosten

Wer Anspruch auf Ergänzungsleistungen hat, kann von der Krankenkasse auch Krankheitskosten wie Zahnbehandlungen und Selbstbehalte, von der Krankenkasse zurückfordern. Wie das genau machen musst, erfährst du bei der zuständigen Stelle für Ergänzungsleistungen.

Zahnarztkosten

Wenn du eine zahnärztliche Behandlung benötigst, kannst du diese kostengünstig und qualitativ hochwertig in einer Universitätsklinik (Zentrum für Zahnmedizin) in Anspruch nehmen. Da die Zuteilung zum jeweiligen Kurs gezielt erfolgt, können Patient:innen zunächst die offene Sprechstunde aufsuchen. Die Finanzierung von Zahnbehandlungskosten können ebenfalls über die Ergänzungsleistungen getragen werden, wenn du eine Kinderrente zur AHV/IV beziehst. Erkundige dich bei deiner Gemeinde/Stadtverwaltung.

WEGWEISER LEAVING CARE

- Gesundheit stärken
- Unterstützung bei Krisen
- Fragen zu Sucht
- Medizinischer Notfall
- Ernährung
- Krankheitskosten
- Zahnarztkosten

