

18 und
jetzt?



Einleitung
und Infos



sonstige
Unterstüt-
zung



Sozialver-
sicherungen



WEGWEISER LEAVING CARE KANTON LUZERN

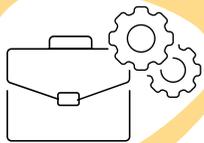
Gesundheit



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.

Bildung
& Beruf



Finanzen &
kant. Leis-
tungen



Wohnen



allgem.
Versicher-
ungen



compasshubelmatt

Raum für Kinder + Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz

Careleaver
Netzwerke

Careleaver
SUPPORT

Verein Careleaver Schweiz - Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz | zentralschweiz@careleaver.ch | 041 562 78 11 | careleaver.ch



INFOS ZUM WEGWEISER

Liebe:r Careleaver:in

«Care Leaver»

Der Begriff kommt aus dem Englischen und wird auch in der Schweiz benutzt.

Du bist ein:e «Careleaver:in»...

- wenn du einen Teil deiner Kindheit und/oder Jugend in einer Institution, einer Pflegefamilie oder bei Verwandten verbracht hast.
- wenn du gerade aus der Institution oder der Pflegefamilie ausziehst oder schon länger ausgezogen bist und damit viele neue Aufgaben auf dich zukommen, welche 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

Fortsetzung Einleitung & Info

WEGWEISER LEAVING CARE

- Liebe:r Careleaver:in
- Ziel der Wegweisers
- Idee zum Wegweiser und Informationszugang
- Wer ist Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz?
- Was sind regionale Careleaver Netzwerke?
- Was ist der Careleaver Support?
- Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen
- Impressum
- Disclaim



Ziel des Wegweisers

Mit dem Austritt aus einer Institution oder einer Pflegefamilie und dem Austritt aus der Kinder- und Jugendhilfe stehen junge Menschen vor vielen neuen Themen und Herausforderungen. Als Careleaver:in musst du meistens früher auf eigenen Beinen stehen als andere Gleichaltrige. Dieser Wegweiser soll Fachpersonen, welche Jugendliche auf ihrem Weg in die Selbstständigkeit begleiten und Careleaver:innen vor, während und nach dem Austritt unterstützen. Dazu wurden wichtige und nützliche Informationen und Links zusammengetragen. Der Schwerpunkt dieses Wegweisers liegt auf dem Kanton Luzern.

Wir hoffen, du kannst den Wegweiser gut für dich nutzen und findest die Infos, die du suchst. Falls dir Informationen fehlen, du Anregungen, Feedback oder Kritik äussern möchtest, dann melde dich gerne beim Care Leaver Netzwerk Region Zentralschweiz.

zentralschweiz@careleaver.ch

Idee zum Wegweiser und Informationszugang für Careleaver:innen:

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. Auf Grundlage dieses Endproduktes wurde der vorliegende Wegweiser im Rahmen des Praxisprojektes «Leaving Care im Fokus» von drei Studierenden der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, Vertiefungsrichtung Sozialpädagogik, erstellt. Aufgrund einer Forschungsarbeit, welche ebenfalls Teil des Projektes war, hat sich abgezeichnet, dass sowohl Careleaver:innen, wie auch Fachpersonen sich eine regionale Erweiterung des Wegweisers wünschen.

WEGWEISER LEAVING CARE

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

Fortsetzung Einleitung & Info 

3



« 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

« 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



Wer ist das Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz?

Das Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz besteht aus Careleaver:innen. Wir möchten die Lücke kleiner machen, wenn das Familiensystem nicht da ist. Deshalb ist es uns wichtig, dass wir uns vernetzen und gegenseitig unterstützen. Wir bieten unterschiedlichste Möglichkeiten an, das Netzwerk zu nutzen und aktiv mitzugestalten.

Besuche gerne unsere Webseite, wo du weitere Informationen, Links und Kontaktdaten von Careleaver:innen findest:

www.careleaver.ch/regionzentralschweiz



WEGWEISER LEAVING CARE

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

Impressum

Disclaimer

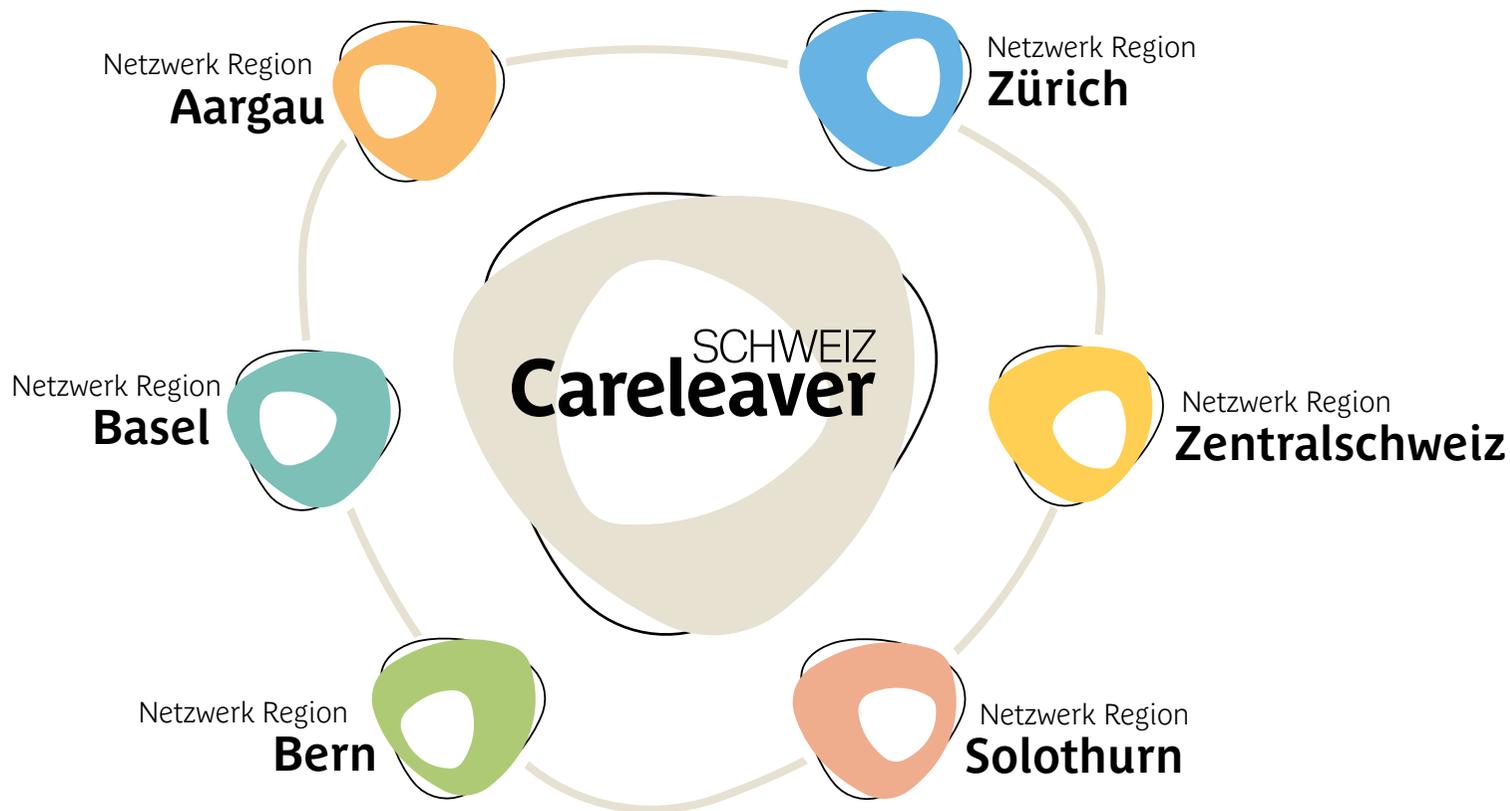
Fortsetzung Einleitung & Info 

4



Careleaver Schweiz und die regionalen Netzwerke

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



WEGWEISER LEAVING CARE

-  Liebe:r Careleaver:in
-  Ziel der Wegweisers
-  Idee zum Wegweiser und Informationszugang
-  Wer ist Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz?
-  Was sind regionale Careleaver Netzwerke?
-  Was ist der Careleaver Support?
-  Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen
-  Impressum
-  Disclaim

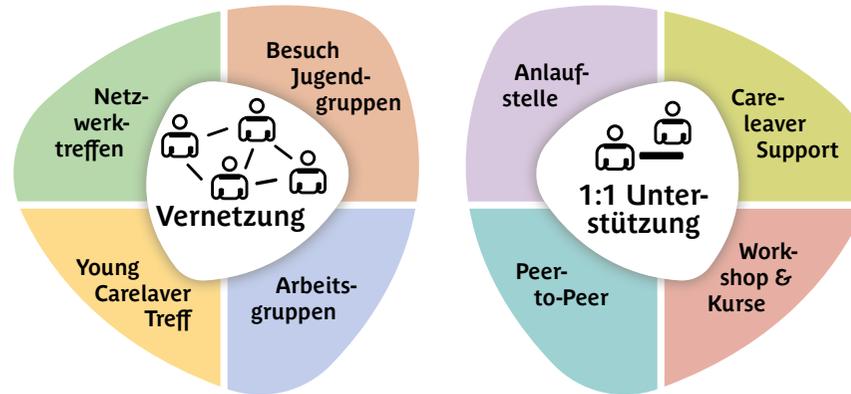


Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

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



WEGWEISER LEAVING CARE

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

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: www.careleaver.ch



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.



WEGWEISER LEAVING CARE

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

Impressum

Disclaimer



Herzlichen Dank für die finanzielle und personelle Unterstützung:

Den Autor:innen Milena Muff, Sophie Reisewitz und Cédric Feichtinger, welche dieses Dokument im Rahmen ihres Praxisprojektes an der Hochschule Luzern - Soziale Arbeit erstellt haben in Zusammenarbeit mit dem Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz und finanzielle Unterstützung von Compass Hubelmatt.

compasshubelmatt

Raum für Kinder + Jugendliche

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

PACH Pflege- und Adoptivkinder Schweiz

INTEGRAS
Fachverband Sozial- und Sonderpädagogik
Association professionnelle pour l'éducation sociale et la pédagogie spécialisée

für Angewandte Wissenschaften
zhaw Soziale Arbeit

 **Kanton Zürich**
Lotteriefonds

Trägerschaft der ursprünglichen Informationsbroschüre des Careleaver Netzwerks Region Basel

 Bürgerliches Waisenhaus Basel

Stiftung Mercator Schweiz

cms
Christoph Merian Stiftung

n|w Fachhochschule Nordwestschweiz

WEGWEISER LEAVING CARE

- Liebe:r Careleaver:in
- Ziel der Wegweisers
- Idee zum Wegweiser und Informationszugang
- Wer ist Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz?
- Was sind regionale Careleaver Netzwerke?
- Was ist der Careleaver Support?
- Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen
- Impressum
- Disclaim

- Einleitung und Info


- 18 und jetzt?


- Sozialversicherungen


- Bildung & Beruf


- Finanzen & kant. Leistungen


- Wohnen


- allgem. Versicherungen


- Gesundheit


- sonstige Unterstützung



Impressum

Autor:innen: Milena Muff, Sophie Reisewitz, Cédric Feichtinger. Die Grundlagen wurden erarbeitet von Careleaver Netzwerk Region Basel, Careleaver Schweiz Support in Zusammenarbeit mit Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz

Herausgeberin:
Careleaver Schweiz - Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz
Tel. +41 (0) 41 562 78 11

zentralschweiz@careleaver.ch

www.careleaver.ch/regionzentralschweiz

Bildrechte Icons:

Ausgangslage stock/adobe.com (teils abgeändert)

Gestaltung und Konzept Wegweiser Leaving Care:

Fausto Tisato, peer-campaigns.org

Gestaltung: Melanie Kaufmann, Pure Bliss Design

Finanzierung: Dieser Wegweiser ist im Rahmen des Praxisprojektes **«Leaving Care im Fokus»** von drei Studierenden der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit entstanden. Die Institution **Compass Hubelmatt**, bei der die Studierenden ihre Praxisausbildung absolvieren, hat das Projekt finanziell unterstützt, ebenso das **Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz**.

Disclaim

Alle Informationen in diesem Wegweiser 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. Die Informationen dieser Wegleitung wurden im Juli 2024 zusammengetragen.

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 ein E-Mail an: zentralschweiz@careleaver.ch

Download des Wegweisers unter: careleaver.ch/wegweiser_nrzs



August 2024

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz

compasshubelmatt
Raum für Kinder + Jugendliche

WEGWEISER LEAVING CARE

Liebe:r Careleaver:in

Ziel der Wegweisers

Idee zum Wegweiser und Informationszugang

Wer ist Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz?

Was sind regionale Careleaver Netzwerke?

Was ist der Careleaver Support?

Weitere Informationen über Aktivitäten von Careleaver:innen

Impressum

Disclaim

Einleitung und Infos



18 und jetzt?



Sozialversicherungen



Bildung & Beruf



Finanzen & kant. Leistungen



Wohnen



allgem. Versicherungen



Gesundheit



sonstige Unterstützung



9

compasshubelmatt
Raum für Kinder + Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz


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.

Auf der Webseite Feel-OK findest du Informationen rund um die Themen Freizeit, Beruf, Sucht, Recht, Krise, psychische oder körperliche Gesundheit und vieles mehr. Schau hier einmal rein: <http://lu.feel-ok.ch>

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.

Im Kanton Luzern kannst du auch danach im Rahmen der «Kin-

der- und Jugendhilfe» Unterstützung erhalten. Stationäre oder ambulante Hilfe können dir bei Bedarf auch über die berufliche Ausbildung hinaus bis zum 25. Lebensjahr gewährt werden. Das Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz kann dir weiterhelfen, wenn es darum geht, die richtige Stelle zu finden. Hier geht es zu der Webseite: www.careleaver.ch/regionzentralschweiz

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.net

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
Pfingstweidstrasse 16 | 8005 Zürich
Tel. 044 205 50 40 | Hier geht's zu ihrer Webseite: www.pa-ch.ch

Die PACH hat ein Tool für Careleaver:innen entwickelt, die aus Pflegefamilien austreten: Hier gehts zum PDF: <https://pa-ch.ch>



Fortsetzung 7 und jetzt? 

WEGWEISER LEAVING CARE

18 und jetzt?

-  Ende der Jugendhilfe?
-  Autofahren und Führerausweis
-  Dienstpflicht, Militär- und Zivildienst
-  Verträge abschliessen
-  Wählen und Abstimmen
-  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

www.ch.ch/de/fahrzeuge-und-verkehr/fuhrerausweis

Oder auf der Webseite des Strassenverkehrsamts Luzern:

<https://strassenverkehrsamt.lu.ch>

Dienstpflicht, Militär- und Zivildienst

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

Informationen dazu findest du im Internet auf folgender Website:

Militärdienst und Zivildienst: <https://www.ch.ch>

Für Frauen gibt es die Möglichkeit, freiwillig einen Dienst zu leisten. Mehr Informationen dazu findest du unter: Frauen in der Armee:

<http://www.vtg.admin.ch/>

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 oder www.anbieter-vergleich.ch/de

WEGWEISER LEAVING CARE

18 und jetzt?

Ende der Jugendhilfe?

Autofahren und Führerausweis

Dienstpflicht, Militär- und Zivildienst

Verträge abschliessen

Wählen und Abstimmungen

Umgang mit Ämtern und Behörden

Fortsetzung 18 und jetzt?





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](http://www.easyvote.ch) 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 Nicht-Fachleute 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.

Die Ombudsstelle der Stadt Luzern findest du hier:

www.ombudsstelle-stadt-luzern.ch

 **Zur Erinnerung: Sämtliche Personen, welche auf Ämtern, bei Behörden oder Beratungsstellen arbeiten unterstehen dem Amtsgeheimnis. Sie sind also verpflichtet, Informationen oder Daten, welche du ihnen anvertraust, nicht an andere Personen weiterzugeben. Hier findest du mehr Informationen dazu: <https://datenschutz.lu.ch>**

WEGWEISER LEAVING CARE

18 und jetzt?

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





SOZIALVERSICHERUNGEN

WEGWEISER
LEAVING CARE

Sozialversicherungen

Leistungen der 1. Säule

Leistungen der 2. Säule

Leistungen der 3. Säule

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.

Ab dem Jahr, in dem du 18 Jahre alt wirst (ab 1. Januar des Jahres) wirst du für die 1. und 2. Säule beitragspflichtig und musst als Arbeitnehmende:r einen Teil deines Lohnes abgeben (Lohn-

abgaben). Diese Lohnabgaben werden dir direkt von deinem Arbeitgeber abgezogen und an die entsprechende Stelle überwiesen. Du erhältst den Nettolohn ausbezahlt (also den Lohn nach den Lohnabgaben).

Nachfolgend findest du Informationen und Links zu den verschiedenen Sozialversicherungen.

Mehr Informationen zum Sozialversicherungssystem findest du auf der Webseite des Kantons Luzern unter: https://gruezi.lu.ch/soziale_sicherheit/sozialversicherungssystem

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

Fortsetzung Sozialversicherungen ▶



13

compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz
Careleaver
Netzwerke
Careleaver
SUPPORT



SOZIALVERSICHERUNGEN

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 oder nicht arbeitslos gemeldet bist, 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. 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. Die AHV-Nummer wird auch für die Steuererklärung benötigt und bei fast allen anderen Sozialversicherungen verwendet. Du findest sie zum Beispiel auf deiner Versichertenkarte.

- Allgemeine Informationen zur AHV findest du unter folgendem Link: www.ahv-iv.ch
- Die aktuelle Broschüre der AHV: <https://www.ahv-iv.ch>
- Informationen zur AHV findest du auch auf der Webseite vom

WAS (Wirtschaft, Arbeit, Soziales) Luzern: www.was-luzern.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 Verdienstaustausch und berechnet daraus den Grad deiner Erwerbsunfähigkeit.

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

Leistungen der 1. Säule

Leistungen der 2. Säule

Leistungen der 3. Säule

Fortsetzung Sozialversicherungen ▶



14

compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz
Careleaver
Netzwerke
Careleaver
SUPPORT



SOZIALVERSICHERUNGEN

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

- Grundsätzliche Informationen zur IV findest du unter folgendem Link: <https://www.bsv.admin.ch/ueberblick/leichtesprache/iv-ls-rolle-funktion.html>
- Weitere Informationen zur IV findest du auf der Webseite WAS Luzern: <https://www.was-luzern.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. Sie 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. Dies kannst du für den Kanton Luzern unter folgendem Link tun: <https://www.was-luzern.ch>

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.

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

● Leistungen der 1. Säule

○ Leistungen der 2. Säule

○ Leistungen der 3. Säule

Fortsetzung Sozialversicherungen ▶





SOZIALVERSICHERUNGEN

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 einhältst. Tust du dies nicht, erhältst du sogenannte Sperrtage - also weniger Geld von der Versicherung.

Das Taggeld wird auf der Grundlage des Lohnes berechnet, den du vor der Arbeitslosigkeit erhalten hast. Sie deckt 70 % (ohne Unterhaltspflichten bei Kindern), bzw. 80 % (mit Unterhaltspflichten gegenüber Kindern) des Lohnausfalles 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 keine Taggelder erhältst. Wenn du Sperrtage erhältst, so kannst du innert 30 Tagen nach dem die Sperrtage ausgesprochen wurden, Einsprache erheben.

- Unter folgendem Link kannst du herausfinden, welches RAV für dich zuständig ist: <https://www.bsv.admin.ch>
- Weitere Informationen und die Möglichkeit, dich online anzumelden findest du hier: <https://www.was-luzern.ch>



Erwerb ersatzordnung (EO)

Die Erwerb ersatzordnung 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 durch einen Lohnabzug.

- Mehr Infos dazu findest du unter: <https://www.was-luzern.ch>

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

Leistungen der 1. Säule

Leistungen der 2. Säule

Leistungen der 3. Säule

Fortsetzung Sozialversicherungen ▶

16



compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz
Careleaver
Netzwerke
Careleaver
SUPPORT



Leistungen der 2. Säule

Berufliche Vorsorge (BV) und Pensionskasse (PK)

Die berufliche Vorsorge oder Pensionskasse ist die zweite Säule der schweizerischen Sozialvorsorge. Sie sichert dein Einkommen im Alter und bei Invalidität. Der Beitrag an die Pensionskasse richtet sich nach deinem Lohn und deinem Alter 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 22'050 (Stand 2023) in die Pensionskasse ein. Am Ende des Jahres sollst du von der Pensionskasse einen Versicherungsausweis bekommen. Wenn du nicht arbeitest, zahlst du keine Pensionskassenbeiträge.

Dein:e Arbeitgeber:in ist einer Pensionskasse angeschlossen, in die deine Beiträge eingezahlt werden. 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, welches 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.

Im Internet findest du weitere Informationen:

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 (NBU) normalerweise über die Krankenkasse. Dafür musst du dich dort entsprechend anmelden.

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

Leistungen der 1. Säule

Leistungen der 2. Säule

Leistungen der 3. Säule

Fortsetzung Sozialversicherungen 





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 oder falls du studierst, musst du unbedingt die Unfallversicherung in der Krankenkasse wieder aktivieren. Meistens genügt ein Anruf bei der Krankenkasse.

- Weitere Informationen zu den Unfallversicherungen findest du unter: <https://www.bag.admin.ch>
- Oder unter Unfallversicherung: <https://www.bag.admin.ch/>



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





SOZIALVERSICHERUNGEN



Kündige nie im Krankheitsfall!

Dann besteht die Gefahr, dass keine Versicherung der 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

Leistungen der 3. Säule



Säule 3a und 3b

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 kannst du im Verlauf deines Erwerbslebens 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. Du erhältst mehr Zinsen 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. Die Beiträge der Säule 3a dürfen dir frühestens 5 Jahre vor Erreichen des ordentlichen Rentenalters ausgezahlt werden. Ausnahmen davon sind: Bezug einer vollen IV-Rente, du machst dich selbstständig, du verlässt die Schweiz oder du kaufst eine Wohnung oder ein Haus und brauchst dafür Eigenkapital.

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

Leistungen der 1. Säule

Leistungen der 2. Säule

Leistungen der 3. Säule

Fortsetzung Sozialversicherungen ▶

19



compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz
Careleaver
Netzwerke
Careleaver
SUPPORT



SOZIALVERSICHERUNGEN

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. Du kannst dir das Geld zu jedem Zeitpunkt auszahlen lassen. Du musst keine zusätzlichen Steuern bezahlen, wenn du das angesparte Geld beziehst.

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: <https://www.ch.ch/de/pensionierung>

WEGWEISER LEAVING CARE

Sozialversicherungen

Leistungen der 1. Säule

Leistungen der 2. Säule

Leistungen der 3. Säule



20

compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz
Careleaver
Netzwerke
Careleaver
SUPPORT



BILDUNG & BERUF

Nach der obligatorischen Schulzeit gibt es verschiedene Möglichkeiten, wie es für dich weitergehen kann. Hier findest du Informationen und Links zu den Themen Bildung und Beruf.

BILDUNG

Allgemeine Informationen

Wenn du nach der obligatorischen Volksschulzeit einen Beruf ausüben möchtest, brauchst du in der Regel eine Berufsausbildung und oder EBA-Lehre oder einer Fachmittelschule (FMS), einer Berufsmaturitätsschule (BMS) oder eines Gymnasiums mit anschliessendem Bachelor- oder Master-Studienabschluss sein. Ob der Bachelor- oder erst der Masterabschluss als abgeschlossene Erstausbildung gilt, hängt von deinem Studiengang ab. Wenn du noch unsicher bist, kannst du auch ein Brückenangebot besuchen, das dir hilft, eine passende Ausbildung zu finden.

Detaillierte Informationen, wie das Bildungssystem in der Schweiz aufgebaut ist und welche verschiedenen Wege du einschlagen kannst, findest du unter: Bildungssystem <https://www.sbf.admin.ch>

Berufsberater

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

Weitere Informationen zur Berufsberatung: www.berufsberatung.ch

Die Webseite vom Beratungs- und Informationszentrum für Bildung und Beruf (BIZ) im Kanton Luzern findest du hier: http://www.beruf.lu.ch/Beratung_und_Unterstuetzung

Bildung

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

Beruf

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

Fortsetzung Bildung & Beruf





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



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 unter folgendem Link: <http://www.beruf.lu.ch/Berufslehre>



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 (mehr dazu später) können dir behilflich sein.

Hilfreiche Links findest du unter: www.beruf.lu.ch/Berufslehre/

Im Kanton Luzern gibt es ein Mentoring Programm, welches ein Begleit- und Unterstützungsangebot für Jugendliche und junge Erwachsene ist. Erfahrene Berufsleute helfen dir dabei auf deinem Weg eine Lehrstelle zu finden. Mehr Infos und die Möglichkeit dich anzumelden findest du hier: <http://www.beruf.lu.ch>

Bildung

Allgemeine Infos, Berufberater

Berufslehre, Lehrstelle

Schnupperlehre

Keine Lehrstelle gefunden?

Brückenangebote

Case Management Berufsbildung

EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht

Studium

Weitere Berufsintegrationsangebote

Gesundheitliche Einschränkungen

Beruf

Arbeitsrecht

Bewerbungsdossier

Stellensuche, Festanstellung und Praktikum

Arbeitsvertrag, Probezeit, Kündigungsschutz, Arbeitszeit

Ferienanspruch und Feiertage

Lohn

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Fortsetzung Bildung & Beruf





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.

Hier findest du mehr Informationen: <http://www.beruf.lu.ch>



Case Management Berufsbildung

Das Case Management Berufsbildung (CM BB) 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.

Informationen und ein Anmeldeformular findest du unter folgendem Link: http://www.beruf.lu.ch/Beratung_und_Unterstuetzung/



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 (BBV) ist es möglich, einen Berufsabschluss durch eine Abschlussprüfung zu erlangen, auch wenn man keine Berufsschule besucht hat.

Weitere Informationen zum EBA: <http://www.berufsberatung.ch>

Bildung

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

Beruf

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

Fortsetzung Bildung & Beruf





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.

Infos zum EFZ: www.berufsberatung.ch/dyn/show/1922



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.).

Unter folgendem Link kannst du deinen Beruf auswählen und findest die Kontaktangaben der passenden Ausbildungberater:in: https://beruf.lu.ch/Berufslehre/Berufslehre_im_Betrieb/Lehrverhaeltnis/Kontakt_Team



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 bietet dir eine kostenlose Beratung an. 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.

Bildung

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

Beruf

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

Fortsetzung Bildung & Beruf





BILDUNG & BERUF

Den Link zur Studienberatung im Kanton Luzern findest du hier:
www.beruf.lu.ch/Beratung_und_Unterstuetzung/Studienberatung



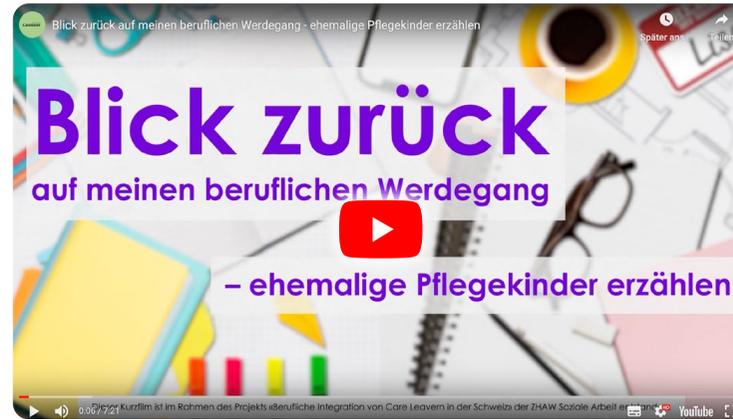
Willst du dich beruflich neu orientieren und vielleicht ein Studium machen? Melde dich bei der Projektleitung von CAREer.

Das Projekt CAREer von SOS Kinderdorf unterstützt Careleaver:innen beim Ergreifen von Bildungschancen.

Melde dich jetzt. www.sos-kinderdorf.ch



Blick zurück auf meinen beruflichen Werdegang – ehemalige Pflegekinder erzählen:



Bildung

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

Beruf

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

Fortsetzung Bildung & Beruf

25



compasshubelmatt
Raum für Kinder + Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz
Careleaver Netzwerke
Careleaver SUPPORT



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.

Hier findest du die Webseite für die Berufsintegrationsberatung (BIB): www.beruf.lu.ch/Beratung_und_Unterstuetzung/Berufsberatung/Berufsintegrationsberatung

Die unten aufgeführten Links führen zu weiteren Angeboten im Bereich der Berufsintegration:
Arbeitsvermittlung RAV: www.was-luzern.ch/arbeitsvermittlung-rav

Zentrum für soziale und berufliche Integration Caritas: www.caritas-regio.ch/angebote/arbeit/zentrum-fuer-soziale-berufliche-integration

Experte für Arbeitsmarktintegration von Jugendlichen und jungen Erwachsenen, Stiftung dreipunkt: www.stiftungdreipunkt.ch
Arbeitsintegration von IQ Arbeit: <https://www.igarbeit.ch>



Gesundheitliche Einschränkungen

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 Webseite der Berufsberatung: <https://www.berufsberatung.ch>

Lernende mit Behinderungen, psychischen Störungen, Unfall und/oder Krankheit (dazu gehört beispielsweise auch ein ADHS) können für die Dauer der Berufsfachschule und für das Qualifikationsverfahren einen Nachteilsausgleich beantragen. Das Formular für die Anmeldung findest du hier: <https://beruf.lu.ch/>

Brauchst du wegen einer Krankheit oder einer Einschränkung Unterstützung bei der beruflichen Eingliederung? Dann wende dich an die IV-Stelle. www.was-luzern.ch/iv-rente

Bildung

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

- Weitere Berufsintegrationsangebote
- Gesundheitliche Einschränkungen

Beruf

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

Fortsetzung Bildung & Beruf





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

Einen weiteren Ratgeber im Bereich des Arbeitsrechts findest du hier: www.zentralschweiz.vpod.ch/themen/a-z-arbeitsrecht

Der Kanton Luzern bietet eine kostenlose, telefonische Rechtsberatung an. Öffnungszeiten findest du hier: Rechtsauskunft - Kanton Luzern www.gerichte.lu.ch/

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 Begleitschreiben (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.

Du hast keinen Computer oder benötigst Unterstützung bei deinen Bewerbungen? Hier findest du Hilfe in deiner Nähe: Bewerbungsunterstützung Angebote Kanton Luzern - <https://beruf.lu.ch>

Fortsetzung Bildung & Beruf

Bildung

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

Beruf

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





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: <https://www.berufsberatung.ch>

Auf der Webseite vom WAS Luzern findest du weitere Informationen und Vorlagen für deinen Lebenslauf und dein Bewerbungsschreiben: www.was-luzern.ch/arbeitslosigkeit-und-stellensuche



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.

Informationen zur Stellensuche und zum Stellenmarkt:

www.berufsberatung.ch/dyn/show/8921

Mögliche Portale für die Stellensuche:

● www.stellenanzeiger.ch

● www.myjob.ch

● www.jobscout24.ch/de

● 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.

Bildung

Allgemeine Infos, Berufsberater

Berufslehre, Lehrstelle

Schnupperlehre

Keine Lehrstelle gefunden?

Brückenangebote

Case Management Berufsbildung

EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht

Studium

Weitere Berufsintegrationsangebote

Gesundheitliche Einschränkungen

Beruf

Arbeitsrecht

Bewerbungsdossier

Stellensuche, Festanstellung und Praktikum

Arbeitsvertrag, Probezeit, Kündigungsschutz, Arbeitszeit

Ferienanspruch und Feiertage

Lohn

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Fortsetzung Bildung & Beruf





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. 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: <https://gerichte.lu.ch>

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. Normalerweise dauert die Probezeit einen

Monat. Im Vertrag können auch bis zu drei Monate Probezeit 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.

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. Für befristete Verträge muss eine Kündigungsmöglichkeit im Arbeitsvertrag vereinbart sein. Prüfe in deinem Arbeitsvertrag nach, wenn du die Kündigung angekommen ist, die Ankunft zählt und nicht der Poststempel.

Bildung

Allgemeine Infos, Berufberater

Berufslehre, Lehrstelle

Schnupperlehre

Keine Lehrstelle gefunden?

Brückenangebote

Case Management Berufsbildung

EBA Lehre, EFZ Lehre, Lehraufsicht

Studium

Weitere Berufsintegrationsangebote

Gesundheitliche Einschränkungen

Beruf

Arbeitsrecht

Bewerbungsdossier

Stellensuche, Festanstellung und Praktikum

Arbeitsvertrag, Probezeit, Kündigungsschutz, Arbeitszeit

Ferienanspruch und Feiertage

Lohn

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Fortsetzung Bildung & Beruf





Achte also darauf, dass du diese rechtzeitig zur Post bringst. Es wird empfohlen die Kündigung eingeschrieben zu verschicken. 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.

Kündige nie im Krankheitsfall. Dann besteht die Gefahr, dass keine Versicherung den Lohnausfall deckt. Dein Arbeitgeber ist verpflichtet im Krankheitsfall deinen Lohn fort-zuzahlen, gemäss dem Arbeitsvertrag.

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.

Hier findest du Informationen zur Beendigung des Arbeitsverhältnisses: <https://www.proinfirmis.ch/behindertwastun>

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 zurückgegeben werden oder mit Zuschlag ausbezahlt werden.

Ferienanspruch und Feiertage

Je nach Arbeitgeber hast du vier bis sechs Wochen Ferien. Diese hängen von deiner Arbeitszeit ab. 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.

Bildung

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

Beruf

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

Fortsetzung Bildung & Beruf





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.

Deinen Lohn bekommst du monatlich ausbezahlt. Du bekommst ihn in der Regel am 25. oder 26. des Monats. Wenn du im Stundenlohn angestellt bist, erfolgt die Überweisung in der Regel zwischen dem 7. und 10. des Folgemonats, da deine Stunden zuerst ausgerechnet werden müssen.

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: <https://entsendung.admin.ch/Lohnrechner/lohnberechnung>

Weitere Informationen zum Thema Lohn und Lohnverhandlungen

findest du auf der Website der <https://www.berufsberatung.ch>

Wenn du ohne Vertrag arbeitest und keine Lohnabrechnung erhältst, kann es sein, dass keine Beiträge an die obligatorischen Sozialversicherungen (siehe Kapitel Sozialversicherungen) bezahlt werden. Dadurch können Versicherungslücken entstehen! Unter Umständen hast du dann Lücken in der Altersvorsorge, wenn du das nicht korrigieren lässt. Zudem gibt es sicher Problemen mit der Arbeitslosenversicherung. Die kann dann nicht prüfen, ob du die Beitragszeit erfüllt hast. Auch deine Rente fällt später kleiner aus. Bei Schwarzarbeit werden in der Regel keine Sozialversicherungsbeiträge bezahlt und kein Lohn versteuert. Beides ist strafbar.

Bildung

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

Beruf

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

Fortsetzung Bildung & Beruf





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:

- belaestigt.ch
- <https://www.seco.admin.ch>
- <https://www.fachstelle-mobbing.ch/>

Bildung

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

Beruf

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





FINANZEN & KANTONALE LEISTUNGEN

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. Nachfolgend findest du deshalb einige Informationen und weiterführende Links zum Thema Finanzen und Tipps zum Umgang mit Geld.

Die KulturLegi bietet Menschen mit schmalen Budget Rabatte auf Angebote aus Kultur, Sport und Bildung, ermöglicht so die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Über 500 Institutionen und Unternehmen bieten dir mit der KulturLegi einen Rabatt von 30 bis 70 % auf ihre Angebote. Die KulturLegi ist gratis und kannst du bei der Caritas Luzern oder online beantragen und nach einem Jahr beliebig oft verlängern. Hier findest du mehr Infos und die Möglichkeit die KulturLegi direkt zu beantragen: <https://www.kulturlegi.ch>



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 etc.) 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 des Dachverband Budgetberatung Schweiz findest du Informationen, Merkblätter und verschiedene Vorlagen zur Budgetplanung: budgetberatung.ch/

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuererklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen





Angebote für Budgetberatungen im Kanton Luzern findest du unter anderem hier:

- <https://www.frauenzentraleluzern.ch/>
- <https://www.sobz.ch/Budget-und-Schuldenberatung>

Einen Budgetplan selbst 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.

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
- Anteil für quartalsweise Stromkosten
- Versicherungen (Hausratversicherung usw.)
- Telefon/Internet/Radio/Fernsehen (Serafe)
- Reisekosten (z.B. Zugtickets)
- Haushalt/Körperpflege/Kleidung
- 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

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

- Budget und laufende Kosten
- Konto und Dauerauftrag
- E-Banking, Lastschriftverfahren (LSV) und E-Rechnung
- Sozialhilfe
- Steuern und Steuererklärung
- Finanzielle Schwierigkeiten
- Finanzielle Leistungen des Kantons
- Unterhaltspflicht der Eltern

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen





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 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 aus gibst 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, dabei kannst du deine Bankgeschäfte im Internet oder via App ausführen. 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

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuererklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern





FINANZEN & KANTONALE LEISTUNGEN

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 selbstgewähltem 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 (das heisst 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 du anspruchsberechtigt bist. Sie fragt dich nach deinen finanziellen Verhältnissen, z. B. Lohn, Stipendien, Ausbildungsbeiträge, Alimente, Ersparnisse, Unterhaltsansprüche etc. 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): <https://skos.ch/themen/sozialhilfe>

Ausführliche Informationen, Videos, welche dir die Grundlagen erklären, wie zum Beispiel deine Rechte und Pflichten, wie die Unterstützung berechnet wird und welche situativen Leistungen es gibt findest du unter nachfolgendem Link. Ausserdem kannst du über einen Sozialhilferechner herausfinden, ob du möglicherweise Anspruch auf Sozialhilfe hast. <https://www.stadt Luzern.ch>

Auf der Webseite des Kantons Luzern findest du eine Übersicht, wo du dich je nach Wohngemeinde melden kannst, um Sozialhilfe zu beantragen. https://gruezi.lu.ch/soziale_sicherheit/sozialhilfe

Weiter kannst du dich auch hier umsehen: <https://www.stadt Luzern.ch/politikverwaltung/stadtverwaltung/>

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuererklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen 

36

compashubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz

 **Careleaver SUPPORT**





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. Lebensjahr bezahlt werden. Wenn du kein Einkommen hast, weil du zum Beispiel noch zur Schule gehst, musst du trotzdem eine Steuererklärung 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 Steuerbeiträge, die du zahlen müsstest. Diesen geschätzten Beitrag bist du dann verpflichtet zu bezahlen. Es lohnt sich also, die Steuererklärung rechtzeitig auszufüllen, 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.

Auf folgender Webseite findest du Informationen zum Ausfüllen der Steuererklärung im Kanton Luzern: <https://steuern.lu.ch>

Fristen

Abgabetermin ist in den meisten Kantonen der 31. März. Im Kanton Luzern kannst du eine Fristerstreckung bis zum 31. August beantragen. Gib eine Fristverlängerung ein, wenn du die Steuererklärung nicht bis Ende März ausfüllen kannst. Ansonsten kannst du gebüsst

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuererklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen





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 innert 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.

Hier kannst du für den Kanton Luzern eine Fristerstreckung beantragen: <https://steuern.lu.ch/steuererklaerung/fristerstreckungen>

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 Gemeinden haben unterschiedlich hohe Steuersätze. Wenn du vor hast umzuziehen, kann es auch mal spannend sein, nachzuschlagen, wo welche Steuersätze gelten. Hier findest du die Steuereinheiten der Gemeinden im Kanton Luzern: https://steuern.lu.ch/publikationen/nav_einheiten_tarife

Damit du schon vor der Steuerrechnung ungefähr weisst, wie viel du bezahlen musst, kannst du den Betrag online berechnen. Das kannst du hier tun: https://steuern.lu.ch/steuererklaerung/kalkulatoren/kalkulatoren_natuerliche_personen/staats_gemeindesteuern

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuererklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen





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.

Hier gelangst du zu einem Budget- und Schuldenberatungsangebot im Kanton Luzern: <https://www.sobz.ch/Budget-und-Schuldenberatung>

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 vom Gläubiger (demjenigen, dem du das Geld schuldest) 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 (am siebten Tag nach dem Zustellungsversuch gilt das Einschreiben ebenfalls, auch ohne deine Unterschrift, als zugestellt).

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.

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuererklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern

Fortsetzung Finanzen & Recht





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 betriebe wirst, denn dann musst du die Gerichtskosten bezahlen.

Pfändung und Lohnpfändung

Nach der Betreibung 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:

<https://www.beobachter.ch/>

Oder auf der Webseite vom Kanton Luzern: [https://steuerbuch.](https://steuerbuch.lu.ch/band2a/erlass/anhang/berechnung_notbedarf)

[lu.ch/band2a/erlass/anhang/berechnung_notbedarf](https://steuerbuch.lu.ch/band2a/erlass/anhang/berechnung_notbedarf)

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 Betreibung 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 sie dem Inhaber des Verlustscheins zurückbezahlt werden.

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 Betreibung 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 Betreibung bezahlst.

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuererklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen ▶





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.

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 Verzugschäden oder Bonitätsprüfungen einfordern. Diese Beträge sind in der Regel nicht geschuldet 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

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. Nach-folgend findest du zwei Schuldenberatungsangebote im Kanton Luzern:

• <https://schuldenberatung-luzern.ch/>

• <https://caritas-regio.ch/angebote/beratung/schuldenberatung>

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuer-erklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen





Finanzielle Leistungen vom Kanton

Der Kanton hat den Auftrag in gewissen Lebenssituationen finanzielle 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 Unterstützung benötigst, wende dich ans Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz. Wir vermitteln dir gerne eine Beratungsstelle in deiner Nähe, die weiterhilft oder jemand aus unserem Umfeld, der dich dabei unterstützt.

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, das heisst 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.

Um Stipendien im Kanton Luzern zu beantragen, findest du weitere Informationen unter diesem Link: <https://beruf.lu.ch/>

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:

- <https://www.stipendium.ch>
- www.edi.admin.ch

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuererklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen





**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.

Link zu Mail support@careleaver.ch

Für ein Stipendium spezielle für Careleaver:innen, melde dich bei «EDUCA SWISS» <https://educaswiss.ch>

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, das 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.

Hier kannst du herausfinden, welche Ausgleichskasse die Ausbildungszulagen an deine Eltern auszahlt: [InfoFamZ \(admin.ch\)](https://www.admin.ch)

Hier kannst du die direkte Auszahlung an dich beantragen: Gesuch um Drittauszahlung von Leistungen der AHV/IV/EO/EL/ÜL/[FamZ \(admin.ch\)](https://www.admin.ch)

Weitere Informationen zur Regelung der Familienzulagen im Kanton Luzern findest du unter folgendem Link: <https://www.was-luzern.ch/familienzulagen>

Prämienverbilligung für die Krankenkassenprämie

Die individuelle Prämienverbilligung reduziert die monatliche Krankenkassenprämie und steht dir zu, wenn du ein tiefes Einkommen hast. Auch hier können die Finanzen deiner Eltern eine Rolle spielen, bis du deine erste Ausbildung abgeschlossen hast oder 25 Jahre alt bist.

Im Kanton Luzern musst du jährlich einen Antrag auf Prämienverbilligung stellen.

Auf folgender Webseite erhältst du weitere Informationen zur Prämienverbilligung und du kannst dich direkt online dafür anmelden: <https://www.was-luzern.ch/praemienverbilligung>

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuererklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern





Unterhaltspflicht der Eltern

In den meisten Fällen ist die Erstausbildung mit dem Erreichen der Volljährigkeit, das heisst mit dem 18. Geburtstag, abgeschlossen. Deshalb sind junge Erwachsene oft weiterhin 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.

schluss 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 Unterhaltsbeiträ-

gen spezialisiert und können dir sagen, wie du am besten vorgehen sollst. Weitere Informationen zur Inkassohilfe des Kantons Luzern findest du unter: <https://gerichte.lu.ch/inkassohilfe>

Falls du Fragen zur Finanzierung deiner Erstausbildung und zur Unterhaltspflicht deiner Eltern hast, kannst du dich an die Fachstelle Volljährigenunterhalt wenden und einen Beratungstermin vereinbaren. Die Beratung kann online, telefonisch oder persönlich stattfinden. Hier der Link dazu: www.frauenzentraleluzern.ch

- Zudem findest du unter der Webseite der Berufsberatung
- weitere Informationen zur Finanzierung deiner Aus- oder Weiterbildung. <https://www.berufsberatung.ch/dyn/show/7770>
- Im folgenden Dokument findest du nützliche Links zum Kanton Luzern: <https://beruf.lu.ch>

WEGWEISER LEAVING CARE

Finanzen

Budget und laufende Kosten

Konto und Dauerauftrag

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

Sozialhilfe

Steuern und Steuererklärung

Finanzielle Schwierigkeiten

Finanzielle Leistungen des Kantons

Unterhaltspflicht der Eltern

Fortsetzung Finanzen & kantonale Leistungen



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. Infos rund ums Thema Mietrecht findest du auf der folgenden Webseite: [Mietrecht.ch](https://www.mietrecht.ch)

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, Instagram, Tutti, Ronorp, etc.).

Hast du besondere Schwierigkeiten, eine (günstige) Wohnung zu finden und erhältst du Sozialhilfe? Einige Gemeinden / Stadtver-

waltungen 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). Mehr Informationen zum Angebot Wohnbegleitung der Stadt Luzern findest du hier: https://www.stadt Luzern.ch/docn/1384685/Flyer_Wohnbegleitung

Comparis ist eine Webseite, die regelmässig Anzeigen von freien Wohnungen im Kanton Luzern freischaltet. Hier kommst du zur Webseite: [Comparis.ch](https://www.comparis.ch)

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. Frag doch bei einem Inserat, bei dem du den Verdacht hast, es könnte sich um einen Betrugsversuch handeln, jemanden mit Mieterfahrung.

Vorsicht: Geldüberweisung vor einer Besichtigung / Vertragsabschluss sind nicht üblich!

WEGWEISER LEAVING CARE

Wohnen

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

Fortsetzung Wohnen 





WOHNEN



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 möglicher: zukünftiger: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. Unter folgendem Link kannst du deinen Wegzug aus der Stadt Luzern melden:

<https://www.stadtluzern.ch>

Wichtige Hinweise:

Die Gebühr für die Anmeldung bei der Einwohnerkontrolle beträgt ca. CHF 25.00. Eine selbständige 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 Zivilstandsdokumente wie Familienbüchlein, Familienausweis, Personenstandsausweis, Familienschein können beim Zivilstandsamt des Heimatortes bestellt werden. Den Geburtsschein erhältst du beim Zivilstandsamt des Geburtsortes.

WEGWEISER LEAVING CARE

Wohnen

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

Fortsetzung Wohnen

46



compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz





WOHNEN

Betriebsregisterauszug

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

Der Betriebsregisterauszug kann persönlich, schriftlich, online oder telefonisch beim zuständigen Betriebsamt 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 Betriebsregisterauszug kostenlos für dich bestellt. Dazu braucht sie eine Vollmacht von dir. Am besten fragst du bei deiner Beratungsstelle nach.

Du kannst einen Betriebsregisterauszug auch beim Betriebsamt an deinem Wohnort bestellen. In der Regel kostet ein Auszug ca. CHF 18.00.

Hier findest du alle Betriebsämter des Kantons Luzern:

<https://betreibungsaeamter-zentralschweiz.ch>

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

Wohnen

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

Fortsetzung Wohnen

47



compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz

Careleaver Netzwerke
Careleaver SUPPORT



WOHNEN



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. Du hast deinen Wohnsitz im Kanton Luzern, bist am Ende deiner Ausbildung oder bist noch im Studium? Das Careleaver Netzwerk Region Zentralschweiz hat einen Fonds, mit dem wir verschiedene Erstananschaffungen finanzieren können.

Melde dich bei uns, wir unterstützen dich gerne:

zentralschweiz@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

Wohnen

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

Fortsetzung Wohnen

48

compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz

Careleaver Netzwerke **Careleaver SUPPORT**





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

Die Webseite Hausinfo.ch bietet auch nützliche Tipps und Infos: <https://hausinfo.ch/de/recht/wohnen-recht>

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 <https://www.careleaver.ch/careleaversupport>

Du kannst auch hier per Telefon kostenlose Rechtsberatung in Anspruch nehmen: https://gerichte.lu.ch/rechtsgebiete/unentgeltliche_rechtsauskunft

Fortsetzung Wohnen

WEGWEISER LEAVING CARE

Wohnen

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





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 Mietzins-erhöhung muss von der vermietenden Person immer auf einem offiziellen Formular angekündigt und begründet werden. Mietzins-erhöhungen können nur auf einen Kündigungstermin hin erfolgen.

Die Stromkosten gehören nicht zu den Nebenkosten. Die Stromrechnung wird meist quartalweise (all 4 Monate) abgerechnet. Beachte, dass du dir dafür Geld zur Seite legst.

TV- und Festnetzanschlüsse sind in den meisten Wohnungen vorhanden und werden in der Regel pauschal mit CHF 30.00 in den Nebenkosten verrechnet. Eine Plombierung (Verschliessung) 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:

Maryon.ch

Informationen auf der Website der Firma Swiscaution:

● Swiscaution.ch

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

Fortsetzung Wohnen

WEGWEISER LEAVING CARE

Wohnen

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





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.

Informationen zur Schlichtungsbehörde für Mietangelegenheiten des Kantons Luzern findest du hier: <https://gerichte.lu.ch>

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 31.12. werden oft nicht akzeptiert, da der 01.01. ein Feiertag ist. Wenn du kündigen möchtest, dann empfiehlt es sich, das

unterschiedene Kündigungsschreiben per Einschreiben an die vermietende Person oder die zuständige Liegenschaftsverwaltung zu schicken. Falls du zu einem bestimmten Zeitpunkt ausziehen möchtest, wie zum Beispiel per 31.12 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 Betriebsregisterauszug 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 (evt. 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

Wohnen

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

Fortsetzung Wohnen

51



compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz





WOHNEN

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 angefordert 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

Wohnen

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

Fortsetzung Wohnen

52



compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz
Careleaver Netzwerke
Careleaver SUPPORT



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.

Falls du Hilfe brauchst bei der Abgabe deiner Wohnung, kannst du dir beim Mieterverband Hilfe holen. Für Mitglieder ist dieser Dienst vergünstigt. Hier findest du mehr Infos: <https://www.mieterverband.ch/mv/mietrecht-beratung/ratgeber-mietrecht/top-themen/wohnungsabgabe-prot>



Notschlafstellen und Übergangslösung

Befindest du dich in einer Krise, verlierst du gerade deine Wohnung und hast noch keine Anschlusslösung oder bist du vorübergehend obdachlos? An diese Adresse kannst du dich jederzeit wenden:

- <https://www.jobdach.ch/notschlafstelle/angebot>
- Frauen und Männer, welche von Gewalt betroffen sind, finden Hilfe im Frauenhaus Luzern oder Männerhaus ZwüscheHalt Luzern:
 - [Frauenhaus-luzern.ch](https://www.frauenhaus-luzern.ch)
 - [Zwueschehalt.ch](https://www.zwueschehalt.ch)

WEGWEISER LEAVING CARE

Wohnen

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





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:
<https://www.ch.ch/de/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.

vor hohen 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.

Mehr Informationen zur Privathaftpflichtversicherung findest du hier: <https://www.ch.ch/de/versicherungen/>

Comparis kann dir helfen die für dich passende Privathaftpflichtversicherung zu finden. [Comparis.ch](https://www.comparis.ch)

WEGWEISER LEAVING CARE

Allgemeine Versicherungen

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

Privathaftpflicht

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

Fortsetzung Versicherungen 

54



compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz




ALLGEMEINE VERSICHERUNGEN



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.

Auch hier kann dir Comparis helfen Versicherungsanbieter zu vergleichen: [Comparis.ch](https://www.comparis.ch)



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): [Bag.admin.ch](https://www.bag.admin.ch)

Oder auf der Webseite vom WAS Luzern: [WAS-luzern.ch](https://www.was-luzern.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: [Comparis.ch](https://www.comparis.ch)

WEGWEISER LEAVING CARE

Allgemeine Versicherungen

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

Fortsetzung Versicherungen 





ALLGEMEINE VERSICHERUNGEN



Krankenkassen-Prämienverbilligung

Die individuelle Prämienverbilligung reduziert die monatliche Krankenkassenprämie und steht dir zu, wenn du ein bescheidenes Einkommen hast. Für den Kanton Luzern musst du diese jährlich neu beantragen, auch wenn du schon Prämienverbilligung beziehst. Diesen Antrag kannst du hier stellen: <https://www.was-luzern.ch/praemienverbilligung>



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 300.00 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.

Hier geht's zu weiteren Infos zum Thema Franchise: <https://www.bag.admin.ch>

WEGWEISER LEAVING CARE

Allgemeine Versicherungen

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



GESUNDHEIT

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.

Viele Antworten auf Fragen rund um die Gesundheit findest du auf Feel-OK, einer Webseite für Jugendliche und junge Erwachsene: <https://lu.feel-ok.ch>

Unterstützung bei Krisen

Darüber reden hilft. Wachsen dir deine Sorgen über den Kopf? Belasten dich deine Gefühle oder Erlebtes? Hasst du das Gefühl, dass du alleine nicht mehr weiterkommst? Suche dir Hilfe und Entlastung über eine Therapie. Mit dem folgenden Link kannst du nach einer:m verfügbaren:m Psychotherapeutin oder -therapeuten suchen. Du kannst dabei nach Verfügbarkeit und zu bearbeitende Themen filtern: <https://www.therapievermittlung.ch>

Oder wende dich an deine Ärztin oder an deinen Arzt, er kann dir

eine psychologische Beratung vermitteln.

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

Dargebotene Hand erreichst du:

- per Telefon unter 143
- per Chat oder Mail über die Website: www.143.ch
- Pro Juventute erreichst du:
 - per Telefon bei 147
 - per Chat mit Berater:innen oder mit Gleichaltrigen oder
 - per Mail über die Website: <https://www.147.ch/>

Auf der Webseite von Pro Mente Sana kannst du dich kostenlos zu psychosozialen und juristischen Fragen beraten lassen. Dieses Angebot ist für Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung, deren Angehörige und Nahestehende sowie weitere Bezugspersonen. Die Beratungen können telefonisch oder als Textnachricht über das e-Beratungstool stattfinden.

Hier geht's zu ihrer Webseite: <https://promentesana.ch>

WEGWEISER LEAVING CARE

Gesundheit

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

Fortsetzung Gesundheit 



57

compashubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz


Wenn du Erlebtes verarbeiten und dich mit anderen Betroffenen austauschen möchtest, können dir Selbsthilfegruppen weiterhelfen. Hier findest du Selbsthilfegruppen in der Zentralschweiz zu verschiedenen Themen: <https://www.selbsthilfeluzern.ch>

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. Im Kanton Luzern gibt es folgende Anlaufstellen:

- Das Angebot im Bereich der Suchtberatung von den Sozialberatungszentren im Kanton Luzern: <https://www.sobz.ch>
- Akzent Prävention und Suchttherapie: www.akzent-luzern.ch/
- Klick Fachstelle Sucht Region Luzern: www.klick-luzern.ch/
- GasseChuchi – K + A: <https://www.gassenarbeit.ch>

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.

Hier findest du weitere Informationen:

- Luzerner Kantonsspital: www.luks.ch/notfall
- Hirslanden Klinik St. Anna: www.hirslanden.ch

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)

WEGWEISER LEAVING CARE

Gesundheit

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

Fortsetzung Gesundheit ▶

58



- Wurde deswegen schon einmal angerufen?
- Vorgeschichte, Grunderkrankungen, Medikation?
- Was wurde bisher unternommen?

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. Hier gelangst du zu deren Webseite: <https://www.was-luzern.ch/ergaenzungsleistungen-el>

Zahnarztkosten

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.

Sexualität

Alle Menschen haben ein Recht auf sexuelle Gesundheit. Sie sollen selbstbestimmt, frei von Diskriminierung und geschützt und informiert über ihre Sexualität bestimmen dürfen. Auf der Plattform Sexuelle Gesundheit Schweiz findest du hilfreiche Informationen rund um das Thema. Hier geht's zu ihrer Webseite:

<https://www.sexuelle-gesundheit.ch/>

Auf der Webseite lilli kannst du dich weiter über die Themen Sexualität, Verhütung, Beziehung, Gewalt, Körperfragen und persönlichen Probleme informieren und beraten lassen. Du findest sie hier: www.lilli.ch

Mehr Informationen findest du ausserdem bei der Anlaufstelle S&X Sexuelle Gesundheit Zentralschweiz: <https://www.sundx.ch/> Auf der Webseite „Du bist du“ kannst du dich umsehen, wenn du Fragen zu deiner sexuellen Orientierung und/oder Geschlechtsidentität hast. Zudem kannst du dich von anderen jungen Menschen via E-Mail oder in persönlichen Treffen beraten lassen. Die freiwilligen Berater:innen sind lesbisch, schwul, bisexuell, aromantisch, pansexuell, queer und/oder trans. Schau rein:

Du-bist-du.ch

WEGWEISER LEAVING CARE

Gesundheit

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

Fortsetzung Gesundheit 

59





Ernährung

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung muss nicht teuer sein.

Hier einige Linktipps:

- [Swissmilk.ch](https://www.swissmilk.ch)
- [Gorilla.ch](https://www.gorilla.ch)
- [Bettybossi.ch](https://www.bettybossi.ch)

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung bietet fundierte Informationen zu verschiedenen Themen wie Gewicht, Diabetes usw.: www.sge-ssn.ch

Ausserdem findest du Informationen hier: www.feel-ok.ch

Auf der Website des Bundesamtes für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen finden sich aktuelle und gesicherte Informationen zum Thema: www.blv.admin.ch

WEGWEISER LEAVING CARE

Gesundheit

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





SONSTIGE UNTERSTÜTZUNG

Jugendberatung

Die Jugendberatung ist ein Ort, an dem Jugendliche Hilfe bekommen, wenn sie sie brauchen. Dort kannst du über alles reden, was dich beschäftigt, sei es Schule, Familie, Freunde oder andere Probleme. Auf der Website: <https://contactluzern.ch> findest du alle Infos, wie du diese Hilfe bekommen kannst. Egal, was dein Anliegen ist, dort gibt es Leute, die dir zuhören und unterstützen möchten.

Ein weiteres Angebot, welches sich an junge Erwachsene richtet ist PlanC. Das ist ein niederschwelliges Begleitungs- und Beratungsangebot, welches dich bei Herausforderungen und in deiner persönlichen Entwicklung beraten kann. Hier findest du weitere Informationen zu ihrem Angebot: Plan-c.lu

Sozialberatung

Sozialberatungen können dich auch über das Jugendalter hinaus

begleiten. Dabei bieten dir Fachpersonen Unterstützung und Beratung in verschiedenen Lebensbereichen (z. B. Administratives, Wohnen, Finanzen, Unterstützung im Umgang mit Behörden, psychosoziale und persönliche Fragen usw.) an. Viele dieser Angebote sind unentgeltlich.

Hier einige Links:

- <https://www.traversa.ch/ambulante-angebote/sozialberatung>
- <https://www.stadtluzern.ch/dienstleistungeninformation/145>
- Sozialberatung Katholische Kirche Stadt Luzern, neu gibt es hier auch ein Angebot für Kurzberatungen ohne Anmeldung www.kathluzern.ch
- <https://www.reflu.ch/luzern/angebote/sozialberatung-1211>
- <https://caritas-regio.ch/angebote/beratung>

WEGWEISER LEAVING CARE

Sonstige Unterstützung

Jugendberatung

Sozialberatung

Ombudsstelle

Opferhilfe

Fortsetzung sonstige Unterstützung 



61

compasshubelmatt
Raum für Kinder • Jugendliche

SCHWEIZ
Careleaver
Netzwerk Region Zentralschweiz
Careleaver
Netzwerke **SUPPORT**



SONSTIGE UNTERSTÜTZUNG



Ombudsstelle

Wenn du Probleme mit der Verwaltung, mit Steuerbehörden, Schulbehörden, Vormundschaftsbehörden, Fürsorgebehörden, Zivilrechtsbehörden, Spitälern, der Polizei, dem Arbeitsamt usw. hast, kann dir die Ombudsstelle helfen zu deinem Recht zu kommen und eine Lösung für dein Problem zu finden.

- Fühlst du dich missverstanden oder unkorrekt behandelt?
- Verstehst du eine Entscheidung oder eine Verfügung nicht?
- Hast du das Gefühl, nicht zu deinem Recht zu kommen?
- Findest du dich in all den Vorschriften und Verwaltungsabläufen nicht zurecht?

Auf der Website: www.ombudsstelle-stadt-luzern.ch findest du weitere Informationen dazu und kannst du einen Termin vereinbaren.

Die Ombudsstelle Kinderrechte berät auch Careleaver:innen:

Ombudsstelle Stadt Luzern (ombudsstelle-stadt-luzern.ch)

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



Opferhilfe

Wenn du Probleme mit der Verwaltung, mit Steuerbehörden, 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.

Auf der Website: disg.lu.ch findest du die Telefonnummer und Emailadresse für die Opferberatung. Du kannst dich auch via Chat oder online beraten lassen. Die Opferberatung ist dafür da, dir zuzuhören, dich zu unterstützen und dir zu helfen, Wege zu finden, deine Rechte zu schützen und mit dem Erlebten umzugehen. Die Beratung ist kostenlos und anonym, ausserdem unterstehen die Fachpersonen einer Schweigepflicht. Auf der Webseite findest du zudem Informationen zu Themen wie häusliche Gewalt, sexuelle Gewalt, körperliche Gewalt und anderen Straftaten.

- Hier findest du die Webseite des Frauenhauses in Luzern: www.frauenhaus-luzern.ch
- Und hier die Webseite des Männerhauses in Luzern: www.zwueschehalt.ch

WEGWEISER LEAVING CARE

Sonstige Unterstützung

- Jugendberatung
- Sozialberatung
- Ombudsstelle
- Opferhilfe

