

Spartipps für ein besseres Leben in Stuttgart

Günstige und kostenlose Angebote für Menschen mit wenig Geld



Von
Armutsbetroffenen
für Armuts-
betroffene

Liebe Stuttgarterinnen und Stuttgarter,

als Menschen, die selbst aus verschiedenen Gründen von Armut betroffen sind, kennen wir die Probleme, die daraus entstehen können. Probleme, die sich in den letzten Jahren durch die Coronakrise, den Ukrainekrieg und die Inflation stark verschärft haben. Viele Menschen tun sich heute schwer, die täglichen Bedürfnisse zu decken. Aus diesem Grund haben wir Tipps und Tricks und kreative Lösungen gesammelt, um besser durch diese Zeit zu kommen – und auch sonst ein wenig zu sparen. Die unterschiedlichsten Tipps sind in dieser Broschüre zu finden. Sie umfassen unter anderem die Bereiche Ernährung, Haushalt, Bildung, Reparaturen, Freizeit, Kultur, Mobilität und Beratung. Es handelt sich dabei um Informationen und Kontakte zu Anlaufstellen, Organisationen und Initiativen, die Ihnen das Leben leichter machen sollen, aber auch Tipps für kostenlose Museen, Konzerte, Sportprogramme, ermäßigte Eintritte und vieles mehr.

Wir würden uns freuen, wenn Sie uns Änderungen, Korrekturen, Ergänzungen oder Anregungen rückmelden würden, damit wir die Daten aktuell halten können.

Rückmeldungen bitte an: demokratiebegleiter@neuearbeit.de

Wir hoffen, Ihnen mit dieser Broschüre und unseren Spartipps weiterhelfen zu können und ein wenig Freude in Ihren Alltag zu bringen.

Hinweis: Wir übernehmen keine Gewähr für Preise, Öffnungszeiten und die weiteren Angaben. Bitte fragen Sie gegebenenfalls bei der jeweiligen Organisation nach. Vielen Dank!

Die Demokratiebegleiter:innen

Sozialunternehmen NEUE ARBEIT gGmbH



Liebe Leserin, lieber Leser,

ja, es gibt sie jetzt, die Zusammenschau der Angebote in Stuttgart, für Menschen, die wenig Geld haben.

Aktuelle Zahlen aus dem Armutsbericht des Paritätischen Wohlfahrtsverbands zeigen, dass der Anteil einkommensarmer Menschen dieses Jahr wieder um 1,1 Prozent gestiegen ist.

Menschen in Stuttgart fragen sich: „Wie komme ich über die Runden, wenn mein Geld nicht reicht, wenn der Kühlschrank leer ist und der Geldbeutel auch?“ Es gibt Hilfen und Unterstützung, aber wer kennt sich da schon aus?

Es gibt zwar schon die ein oder andere Sammlung an Tipps zu diesem Thema, jedoch ist keine so umfangreich, deckt nahezu alle Lebensbereiche ab und ist zudem im Stuttgarter Raum verankert. Nun hat sich die Neue Arbeit konkret dran gemacht. Vielen, herzlichen Dank dafür, das ist sehr wertvoll.

Helfen Sie mit, dass möglichst viele Menschen an dieses Verzeichnis kommen. Und melden Sie zurück, wenn etwas nicht stimmt oder neue Angebote dazu gekommen sind.

Wir freuen uns, dass wir von der Vesperkirche Stuttgart dabei sind und laden gern in die nächste Vesperkirche ein; da gibt es Stärkung für den Leib und die Seele.

Herzlichst

Ihre Gabriele Ehrmann

Diakoniefarramt Stuttgart



Inhaltsverzeichnis

Einleitung	2
Vorwort	2
Ernährung	4
Haushalt, Einrichtung, Kleidung	7
Hygiene (Duschen / Wäsche waschen)	9
Wohnen	9
Reparaturen	10
Mobilität	13
Information und Bildung / Bücher und Medien	15
Freizeit, Sport, Kultur und Museen	18
Existenzsicherung, Sozialberatung und Krisen	21
Medizinische Hilfe	24
Was Armutsbetroffenen sonst noch zusteht	25
Sonstiges	26
Alphabetisches Register	27

Ernährung



Café 72

Das „Café 72“ ist eine Tagesstätte für Menschen mit und ohne Wohnung in Bad Cannstatt. Hier gibt es verschiedene Angebote.

- Ernährung: täglich ein leckeres Mittagessen und Getränke zu kleinen Preisen; Brot, Brötchen und Kuchen sind kostenlos
- Information/Bildung: Telefon, Internet, kostenloses WLAN, Tageszeitungen
- Hygiene/Kleidung: Duschmöglichkeit, Kleiderspenden bei Bedarf, Waschmaschine und Trockner
- Freizeit: Bücher und Spiele
- Reparaturen: Werkzeug
- Beratung: Ansprechpartner für Menschen in Problemlagen

Wo: Café 72, Waiblinger Straße 30, 70372 Stuttgart (Bad Cannstatt)

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr., 8–13.30 Uhr

Wer: Menschen mit und ohne Wohnung

Kosten: Gering/kostenlos

Kontakt: 0711.5605 25,
cafe72@ambulantehilfestuttgart.de

Mehr Infos:

www.ambulantehilfestuttgart.de/index.php/cafe-72

eva's Tisch

Von Montag bis Freitag wird hier eine preisgünstige und reichhaltige Mahlzeit angeboten. Das Essen kann entweder dort verzehrt oder zum Mitnehmen abgeholt werden.

Wo: eva Stuttgart, Büchsenstr. 34/36, 70174 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 11.30–13 Uhr

Wer: Menschen in Notlagen und / oder mit schmalem Budget

Kosten: 1 € pro Portion

Kontakt: 0711.2054-223,
thomas.kueppers@eva-stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.eva-stuttgart.de/unsere-angebote/angebot/evas-tisch>

Offener Sonntag – Begegnung und Kultur für alle

Der „Offene Sonntag“ ist ein bunter Nachmittag der Begegnungen und findet jeden zweiten Sonntag im Haus der Diakonie in Stuttgart-Mitte statt. Er ist eine Anlaufstelle für notleidende Hilfesuchende und geschützter Aufenthaltsort für Menschen, die besonders unter ihrem Alleinsein oder ihrer prekären Lebenssituation leiden. Dabei gibt es verschiedene Angebote.

- Ernährung: Kostenfreier Kaffee- und Kuchentisch. Zum Veranstaltungschluss gibt es optional ein Vesperbrot zum Mitnehmen (für 10 Cent)
- Freizeit: Andacht, kulturelle Darbietungen und Mitmach-Angebote
- Soziale Kontakte / Beratung: Austausch mit anderen Gästen und ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern. Möglichkeit zum Gespräch mit hauptamtlichen sozialen Fachkräften

Wo: eva Stuttgart, Büchsenstr. 34/36, 70174 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Wann: Jeden zweiten Sonntagnachmittag

Wer: Menschen in Notlagen und in prekären Lebenssituationen, die unter ihrem Alleinsein leiden

Kosten: Keine / 10 Cent für das Vesperbrot

Kontakt: 0711.2054-216,
Birgit.Auer@eva-stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.eva-stuttgart.de/unsere-angebote/angebot/offener-sonntag>

Stadtteiltreff OASE

Die OASE ist ein Anlaufpunkt für alle Bürgerinnen und Bürger des Stadtteils Rot (Stadtbezirk Stuttgart-Zuffenhausen), insbesondere für Menschen in

wirtschaftlicher und sozialer Notlage. Es gibt verschiedene Angebote.

- Ernährung: Preisgünstiger Mittagstisch, nachmittags Cafeteria
- Information und Bildung: Tageszeitung, Internet und Computernutzung
- Freizeitaktivitäten
- Persönliche Beratung in allen Lebenslagen

Wo: Stadtteiltreff OASE, Auricher Straße 34A, 70437 Stuttgart (Zuffenhausen)

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr., 11.30–15 Uhr

Wer: Alle Bürgerinnen und Bürger des Stadtteils Rot

Kosten: Gering

Kontakt: 0711.8494 72 17,

Andrej.Krebel@eva-stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.eva-stuttgart.de/unsere-angebote/angebot/stadtteiltreff-oase>

Supp_optimal – Essen für alle

Bei diesem Projekt der Bürgerstiftung Stuttgart wird an mehreren Tagen der Woche an mittlerweile sieben Standorten im Raum Stuttgart warmes Essen im Glas kostenlos an bedürftige Menschen ausgegeben. Die Zutaten stammen aus geretteten Lebensmitteln. Dadurch wird auch eine Plattform für Austausch und Begegnung geschaffen. Die Ausgabestellen sind in Zuffenhausen, Wangen, Stuttgart-Mitte, Bad Cannstatt und Freiberg.

Wo: In verschiedenen Stadtbezirken in Stuttgart

Wer: Jede:r

Kosten: Keine

Kontakt: suppoptimal@buengerstiftung-stuttgart.de

Mehr Infos, Termine und genaue Standorte:
<https://www.buergerstiftung-stuttgart.de/supp-optimal>

Tagesstätte Olga 46

Die Tagesstätte bietet Hilfe für wohnungslose und arme Menschen. Hier bekommen sie nahezu täglich das Notwendigste, was man zu einem würdevollen Leben braucht. Das Angebot umfasst:

- Ernährung: Frühstück kostenlos und Mittagessen für 2,50 €
- Hygiene: Kleidung, Duschmöglichkeit und Wundversorgung
- Freizeit: Bücher, Zeitschriften, Spiele und Mitmachangebote in der Kreativwerkstatt, Teilnahme Aktivitäten
- Begegnungen
- Information / Beratung: Infobörse, Beratungs- und Vermittlungsstelle

Wo: Tagesstätte der Caritas – Olga 46, Olgastr. 46, 70182 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Wer: Wohnungs- und obdachlose Menschen, Menschen in Armut und aus unsicheren Verhältnissen, aus Notunterkünften oder Wohnheimen.

Kosten: Keine / 2,50 € für das Mittagessen

Öffnungszeiten: Frühstück:

Mo. bis Fr. 7.30–8.45 Uhr,

Mittagessen:

Mo. bis Fr. 12–13 Uhr,

Sonntags-Frühstück:

alle 14 Tage 8–11 Uhr

Kontakt: 0711.23879-10,

rbs-olga46@caritas-stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.caritas-stuttgart.de/hilfeberatung/wohnungslos/tagesstaetten-essensangebote/olga46/olga46>

Vesperkirche

Die Vesperkirche ist ein Ort der Begegnung. Sie findet jährlich von Mitte Januar bis Anfang März statt. Täglich gibt es dann kostenlose Angebote für Bedürftige wie ein warmes Mittagessen, ein Vesper zum Mitnehmen, ärztliche Versorgung, Friseurbesuch, Fußpflege, Tierimpfung sowie Kulturveranstaltungen.

Wo: Leonhardskirche, Leonhardsplatz 26, 70182 Stuttgart
Wer: Arme, Bedürftige, Obdachlose und offen für alle
Kosten: 1 € für das Mittagessen
Öffnungszeiten: täglich 9–15 Uhr
Kontakt: 0711.20709642, diakoniefarramt.stuttgart@elkw.de
Mehr Infos:
<https://www.vesperkirche.de/>

Die Wärmestube

Von Dienstag bis Samstag kommen Menschen ohne Wohnung, ohne Arbeit, ohne Bekanntenkreis, ohne ausreichende Mittel, Grundsicherungsempfänger und arme Rentner in die Wärmestube. Hier finden sie einen Platz, an dem sie willkommen sind und viele Stunden in Gemeinschaft verbringen können. Dafür gibt es verschiedene Angebote.

- Ernährung: Getränke und kleine Mahlzeiten
- Hygiene: Duschmöglichkeit, Wäsche waschen
- Information / Bildung: Zeitungen, Fernseher und PC-Zugang
- Freizeit: Spiele sowie verschiedene Freizeitangebote
- Möglichkeit zur sozialen Beratung

Wo: eva Stuttgart, Büchsenstr. 34/36, 70174 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten: Dienstag bis Samstag nachmittags, die aktuellen Öffnungszeiten sind am Eingang ausgehängt

Wer: Menschen in Armut, Menschen ohne Bekanntenkreis

Kosten: Keine

Kontakt: 0711.2054-216
Birgit.Auer@eva-stuttgart.de
Mehr Infos:
<https://www.eva-stuttgart.de/unsere-angebote/angebot/waermestube>

Foodsharing

Foodsharing rettet Lebensmittel in privaten Haushalten sowie von Betrieben und verteilt sie kostenlos an ihre Mitglieder. In Stuttgart gibt es mehrere „Fair-Teiler“.

Bad Cannstatt:

Wildunger Straße 55 (Commons Bude)

Botnang:

Paul-Lincke-Straße 8 (eva)

Degerloch:

Große Falterstraße 4

Dürlewang:

Osterbronner Straße 64B

Feuerbach:

Siemensstraße 140 (HobbyHimmel)

Sillenbuch:

Gosheimer Weg 7

Stuttgart-Mitte:

Tübinger Str. 36 (Harrys Bude:

<https://harrys-bude.org/>)

Stuttgart-Ost:

Wagenburgstraße 123

(Wandel.Handel)

Stuttgart-West:

Johannesstraße 97

(Raupe Immersatt:

<https://www.raupeimmersatt.de/>)

Wer: Jede:r kann mitmachen

Kosten: Keine

Kontakt: info@foodsharing.de

Mehr Infos

<https://foodsharing.de/>



plattsalat e.V.

In den Läden des plattsalats e.V. können Mitglieder mit einem Monatsbeitrag zu besonders günstigen Preisen Bio-Lebensmittel einkaufen. Der gemeinnützige Verein wurde mit der Idee gegründet, den regionalen Bioanbau zu fördern und Bioprodukte auch für sozial schwächer gestellte Menschen verfügbar zu machen. Es gibt zwei Läden in Stuttgart, einen in Stuttgart-West und einen in Stuttgart-Ost.

plattsalat west

Wo: plattsalat west ug,
Gutenbergstraße 77a,
70197 Stuttgart (Stuttgart-West)

Wer: Jede:r

Kosten: Mitgliedsbeitrag ab 22 € pro Person, reduziert 6 €; unverbindliche Probemitgliedschaft für einen Monat ist für 10 € pro Haushalt möglich

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 10–14 Uhr und
16–20 Uhr, Samstag 10–15 Uhr

Kontakt:

0711.6366294,
laden@west.plattsalat.de

Mehr Infos

<https://www.plattsalat.de/bioladen-west/mitmachen/mitgliedschaft/>

Wandel.Handel Plattsalat Ost

Wo: Wandel.Handel Plattsalat Ost,
Wagenburgstraße 123,
70186 Stuttgart (Stuttgart-Ost)

Öffnungszeiten:

Mo., Do. und Fr. 10–18.30 Uhr,
Di. und Mi. 16–20 Uhr,
Samstag 10–16 Uhr

Kontakt: 0771.90114102,
kontakt@wandel-handel.de

Mehr Infos:

<https://wandel-handel.de/>

Raupe Immersatt

Raupe Immersatt ist ein Foodsharing-Café im Stuttgarter Westen. Hier gibt es kostenlose gerettete Lebensmittel, Getränke zum selbst bestimmten Preis, außerdem ein Kunst- und Kulturprogramm, Handarbeitstreffen sowie Bildungsveranstaltungen rund um Nachhaltigkeit.

Wo: Raupe Immersatt,
Johannesstraße 97,
70176 Stuttgart (Stuttgart-West)

Wer: Jede:r

Kosten: Lebensmittel kostenlos, Getränke zum selbst bestimmten Preis

Öffnungszeiten:

Mo. und Mi. bis Fr. 10–23 Uhr,
Sa. und So. 10–19 Uhr,
Dienstag Ruhetag

Kontakt:

0711.23097922,
hallo@raupeiimmersatt.de

Mehr Infos:

<https://www.raupeiimmersatt.de/>

Schwäbische Tafel Stuttgart e.V./ Tafel Feuerbach

Die Tafel sammelt übrig gebliebene Lebensmittel aus Supermärkten und verkauft diese günstig an bedürftige Menschen. In der Tafel Fellbach werden zusätzlich Kleidung, Haushaltswaren, Spielzeug und Bücher verkauft.

Wer: Einkaufsberechtigt sind Menschen mit BonusCard der Stadt Stuttgart oder einer Kundenkarte der Schwäbischen Tafel Stuttgart (erhältlich in der Tafel bei Vorzeigen des Einkommensnachweises)

Orte und Öffnungszeiten

Bad Cannstatt:

Steinhaldenstraße 167,
70378 Stuttgart,
Mo. bis Fr., 10–15 Uhr

Fellbach:

Wernerstr. 27, 70736 Fellbach,
Mo. bis Fr., 10–15 Uhr

Möhringen:

Plieningen Str. 2, 70567 Stuttgart,
Mo. bis Fr., 10–15 Uhr

Stuttgart-Mitte:

Hauptstätter Str. 75, 70178 Stuttgart,
Mo. bis Fr., 10–15 Uhr

Kontakt für alle Standorte:

0711.6338990,
mail@stuttgarter-tafel.de

Mehr Infos:

<https://www.tafel-stuttgart.de/>

Tafel Feuerbach

Die Tafel Feuerbach ist eine Einrichtung der bhz Stuttgart e.V. Hier werden Menschen mit Behinderung beschäftigt.

Hohnerstraße 21, 70469 Stuttgart,

Öffnungszeiten:

Mo. 10.30–12 Uhr und 14–15.30 Uhr,
Di. und Do. 10–12 Uhr und
14–15.30 Uhr, Mi. und Fr. 10–13 Uhr

Kontakt:

0711.8179187,
tafelladen@bhz.de

Mehr Infos:

<https://www.bhz.de/produkte-und-dienstleistungen/produkte/-verkauf/tafel-feuerbach>

Too good to go

Mit Hilfe dieser App kann man unverkaufte Lebensmittel aus Geschäften und Restaurants zum Drittel des Originalpreises retten.

Wer: Jede:r

Kosten: 1/3 des Originalpreises

Kontakt: info@toogoodtogo.de

Mehr Infos:

www.toogoodtogo.com/de

Lebensmittel- Sonderposten.de

Es werden Sonderposten von Markenprodukten aus den Bereichen Süßwaren, Wurstwaren, Molkereiprodukte, Tiefkühlkost, Getränke und Drogerieartikel bis zu 70 Prozent günstiger gegenüber den Normalpreisen des Lebensmittelhandels verkauft. Die Waren stammen aus Verpackungsumstellungen und Überproduktionen der Lebensmittel-Industrie und beinhalten auch Lebensmittel, die nahe am Mindesthaltbarkeitsdatum sind. Die 100%ige Qualität der Ware wird überprüft und garantiert.

Wer: Jede:r kann hier bestellen



Wer: Jede:r

Kosten: Der Mitgliedsbeitrag ist abhängig vom Einkommen und erfolgt nach eigenem Ermessen. Bei Aufnahme wird ein Startkapital-Beitrag von 100 € erhoben, der bei Austritt wieder zurückgezahlt wird.

Kosten: 6,99 € Versandgebühr zusätzlich zu den Lebensmittelpreisen

Mehr Infos:

www.lebensmittel-sonderposten.de/

Weiterer Tipp für Ernährung:

Katholische Betriebsseelsorge
in Bad Cannstatt, siehe S. 21

Haushalt, Einrichtung, Kleidung

FAIRKAUF

Es wird eine große Auswahl an Second-Hand-Waren wie Kleidung, Hausrat, Möbeln, Wohnaccessoires, Spielsachen, Elektrogeräten und mehr angeboten.

Wo: FAIRKAUF, Steiermärkerstraße 53, 70469 Stuttgart (Feuerbach)

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 12–18 Uhr

Wer: Jede:r, zusätzlich gibt es 20 Prozent Rabatt mit einer aktuellen Bonuscard der Stadt Stuttgart oder einer aktuellen Tafelkarte

Kontakt: 0711.65 70 60

buerofairkauf@caritas-stuttgart.de

Mehr Infos:

www.caritas-stuttgart.de/Fairkauf

Second-Hand-Sozialkaufhäuser im Verbund der Neuen Arbeit

Die Second-Hand-Sozialkaufhäuser bieten gut erhaltene Gebrauchsgüter für den kleinen Geldbeutel. Angeboten werden Haushaltswaren, Kleidung und Möbel sowie Elektrogeräte.

Wer: Jede:r, zusätzlich gibt es 30 Prozent Rabatt für einkommensschwache Menschen und Geringverdiener gegen Vorlage der Stuttgarter Bonuscard, eines Bürgergeld- oder Rentenbescheides, einer Bafög- oder Verdienstbescheinigung oder bei Vorlage eines gültigen Ausweises von Fairkauf, der Zorakarte und der Schwäbischen Tafel.

Orte, Öffnungszeiten und Kontakt Bad Cannstatt

Das Kaufhaus Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 53, 70372 Stuttgart, Mo. bis Fr. 10–18 Uhr, Sa. 10–15 Uhr

Kontakt: 0711.469800-10,

info@daskaufhaus.de

Mehr Infos:

<https://www.daskaufhaus.de/index.php/daskaufhaus>

Wangen

Das Sozial-Kaufhaus Wangen, Inselstr. 5, 70327 Stuttgart, Mo. bis Fr. 11–18 Uhr, Sa. 10–15 Uhr

Kontakt: 0711.407 03 16

info@daskaufhaus.de

Mehr Infos:

www.daskaufhaus.de/index.php/home



Kinderkaufhaus ZORELLA

Das Kinderkaufhaus ZORELLA bietet ein umfangreiches Sortiment an gebräuchtesten Waren für Kinder, wie Kleidung, Spielzeug, Bücher und sämtlichen Waren, die sich um das Thema Kind drehen.

Wo: Kinderkaufhaus ZORELLA, Hackstraße 9–11, 70190 Stuttgart (Stuttgart-Ost)

Öffnungszeiten: Mo. 12–16 Uhr, Di. bis Fr. 10–16 Uhr

Wer: Jede:r

Kontakt: 0711.7697 82-60

Mehr Infos:

<https://www.johanniter.de/juh/lv-bw/rv-stuttgart/standorte-einrichtungen/einrichtung-detail/kinderkaufhaus-zorella-4702/>

Oxfam Shop Stuttgart

Das Sortiment umfasst: Second-Hand-Damen- und Herrenkleidung, Schuhe, Accessoires, Schmuck, Haushaltsgegenstände, Heimtextilien, Spiele und Spielzeug.

Wo: Oxfam Shop Stuttgart, Lange Straße 4a,

Eingang Kronprinzstraße, 70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 10–18 Uhr, Sa. 11–16 Uhr

Wer: Jede:r

Kontakt: 0711.72 23 69 60



Mehr Infos:

<https://shops.oxfam.de/shops/stuttgart>

Floh- und Trödelmärkte

Flohmarkt auf dem Karlsplatz Stuttgart

Jeden Samstag (außer an Feiertagen) findet auf dem Karlsplatz in der Innenstadt ein großer Flohmarkt statt. Zweimal im Jahr an einem Sonntag findet außerdem der große Frühjahrs- und Herbstflohmarkt statt. Bei allen Terminen kann man auch selbst Sachen verkaufen, wenn man sich vorher anmeldet.

Wo: Karlsplatz,

70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Wann: Jeden Sa. 8–16 Uhr

Wer: Jede:r

Mehr Infos:

<https://www.flohmarkt-karlsplatz.de/>

Mehr Infos und Termine zum großen Frühjahrs- und Herbstflohmarkt:

<https://www.flohmarkt-karlsplatz.de/flohmarkt/fruehjahr/herbst/>

Hallen-Flohmarkt in der Österfeldhalle in Stuttgart-Vaihingen

Findet zweimal im Jahr statt. Hier kann man auch selbst Sachen verkaufen, wenn man sich vorher anmeldet.

Wo: Österfeldhalle, Katzenbachstr. 27, 70563 Stuttgart (Vaihingen)

Wann: An einem Sa. 9–15 Uhr

Wer: Jede:r

Termine und mehr Infos:

<https://flohmarkt-timke.de>

Großer Uni-Flohmarkt Stuttgart-Vaihingen

Riesengroßer Flohmarkt auf dem Uni-Gelände in Stuttgart-Vaihingen, der alle zwei Monate während des Frühjahrs und Sommers stattfindet. Hier kann man auch selbst Sachen verkaufen, wenn man sich vorher anmeldet.

Wo: Universitätsgelände, Pfaffenwaldring, 70569 Stuttgart (Vaihingen)

Wann: an einem Samstag im Mai, Juli und September, jeweils 9–16 Uhr

Wer: Jede:r

Termine und mehr Infos:

<https://flohmarkt-timke.de/>

Hofflohmärkte:

Hausanwohner:innen verkaufen im eigenen Hof oder Garten in verschiedenen Stadtbezirken in Stuttgart. Es gibt verschiedene Termine für die jeweiligen Stadtbezirke. Bei Voranmeldung kann man auch selbst verkaufen.

Wo: In verschiedenen Stadtbezirken

Wann: Von Mai bis September jeweils an einem Samstag

Wer: Jede:r zum Kaufen. Zum Verkaufen: die Bewohner des jeweiligen Stadtbezirks

Termine und mehr Infos:

<https://www.hofflohmaerkte.de/pages/hofflohmarkte-stuttgart>

Fundsachen-Versteigerung

Nicht abgeholte Fundsachen werden nach Ablauf einer sechsmonatigen Aufbewahrungsfrist in unregelmäßigen Abständen im Fundbüro öffentlich versteigert. Für nicht abgeholte Fahrräder finden separate Versteigerungen statt.

Wo: Fundbüro, Hauptstätter Straße 66, 70178 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Wer: Jede:r kann mitsteigern

Kontakt: 0711.216-89494,

fundsachenstelle@stuttgart.de

Versteigerungstermine und mehr Infos:

<https://www.stuttgart.de/organigramm/leistungen/fundsachen-versteigerung.php>

Kleinanzeigen

(ehemals „eBayKleinanzeigen“)

Deutschlandweite Plattform für Gebrauchsgüter. Hier wird alles Mögliche günstig angeboten, zum Selbst-abholen, oft auch Versand möglich: Haushaltseinrichtung, Elektro-Klein- und -Großgeräte, Fahrräder, Gartenzubehör, aber auch Musik, Spiele, Filme usw. Es gibt auch kostenlose Sachen in der Rubrik „Verschenken & Tauschen“.

Mehr Infos:

<https://www.kleinanzeigen.de>

Quoka.de

Deutschlandweite Plattform für Gebrauchsgüter. Hier wird alles Mögliche günstig angeboten, zum Selbst-abholen oder manchmal Versand möglich: Möbel, Bücher, Elektrogeräte, Fahrräder usw.

Es gibt auch kostenlose Sachen in der Rubrik „Zu verschenken“.

Mehr Infos:

<https://www.quoka.de>

Secondhand- Onlineshops für Kleidung

Es gibt eine große Auswahl an Onlineshops, die günstig gut erhaltene gebrauchte Kleidung verkaufen und deutschlandweit versenden.

Hier eine Auswahl:
momox fashion:
<https://www.momoxfashion.com/de/>
ReSales:
<https://www.resales.de/de/>
Second Life Fashion:
<https://secondlifefashion.de/>
Vinted:
<https://www.vinted.de/>

Verschenkmarkt Stuttgart

Hier verschenken Privatpersonen Gegenstände zum Selbstabholen. Die Seite der Stadt Stuttgart ist in Kategorien wie Bekleidung, Elektronik, Möbel und vieles mehr eingeteilt. Man kann auch eine Suchanzeige einstellen:
<https://www.verschenkmarkt-stuttgart.de>

Hygiene (Duschen / Wäsche waschen)

Siehe:

Café 72 in Bad Cannstatt auf S. 4

Tagesstätte Olga 46 in Stuttgart-Mitte auf S. 5

Die Wärmestube in Stuttgart-Mitte auf S. 5



Wohnen

Sozialmietwohnungen der Stadt Stuttgart / Wohnberechtigungsschein

Die Suche nach einer passenden und bezahlbaren Wohnung gestaltet sich nicht immer leicht. Die Stadt Stuttgart hilft dabei, wenn man die Voraussetzungen für einen Wohnberechtigungsschein erfüllt.

Wo: Sachgebiet Wohnraumversorgung, Kienestraße 31,
70174 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten:

Mo. bis Do. 8.30–12.30 Uhr und
13.30–15.30 Uhr,
Fr. 8.30–12.30 Uhr

Wer: Personen, deren Einkommen eine gewisse Grenze nicht überschreitet und die einen Wohnberechtigungsschein erhalten haben

Kontakt: 0711.21 69 13 99,
wohnungen@stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.stuttgart.de/leben/wohnen/foerderung-und-wohnungshilfe/sozialmietwohnungen.php>

Mietervereine

Als Mitglied eines Mietervereins hat man das Recht, Rat und Hilfe von Mietrechtsexperten kostenlos in Anspruch zu nehmen. Dabei kann es um Mieterhöhungen, Nebenkostenabrechnung, Prüfung des Mietvertrages, Kündigungen, Wasserschäden und vieles mehr gehen.

DMB-Mieterverein Stuttgart und Umgebung e. V.

Das erste Jahr kostet die Mitgliedschaft 108 €, nach dem zweiten Jahr 96 €. Für Studierende und Bezieher:innen von Transferleistungen gibt es abweichende Konditionen. Die Mindestmitgliedschaft beträgt zwei Jahre. Die Beratung kann sofort nach der Mitgliedschaft in Anspruch genommen werden, es besteht keine Wartezeit.

Wo: DMB-Mieterverein
Stuttgart und Umgebung e. V.,
Moserstr. 5,
70182 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Es gibt auch eine Außenstelle in Bad Cannstatt:

Verwaltungsgebäude, Marktplatz 10,
70372 Stuttgart

Die Beratung findet dort beim Besprechungsraum im 2. OG statt.



Wer: Jede:r Mieter:in
Öffnungszeiten: In Stuttgart-Mitte:
Mo. bis Do. 8–12 Uhr und
14–18 Uhr, Fr. 8–13 Uhr.
In Bad Cannstatt: Mo. 14–18 Uhr
Kosten: 108 € im Jahr, nach dem zweiten Jahr 96 €, abweichende Konditionen für Studierende und Bezieher:innen von Transferleistungen
Kontakt: 0711.210160,
info@mieterverein-stuttgart.de
Mehr Info:
<https://mieterverein-stuttgart.de>

Mieterhilfe e. V.
Der überregionale Mieterhilfe e. V. bietet seinen Mitgliedern für Stuttgart kostenlose Rechtsberatung für alle Mietprobleme durch ausgesuchte Partnerjuristen an.
Es gibt eine einmalige Aufnahmegebühr von 33,60 €. Der Jahresmitgliedsbeitrag beträgt 98,40 € (ohne Rechtsschutz) und 163,22 € (mit Rechtsschutz).

Wo: Mieterhilfe e. V., Marthastr. 16, 90482 Nürnberg
Wer: Jede:r Mieter:in
Kosten: 98,40 € bzw. 163,22 € im Jahr, einmalige Aufnahmegebühr von 33,60 €
Kontakt: 0911.270284,
verein@mieterhilfeverein.de
Mehr Info: <https://www.mieterhilfeverein.de/stuttgart>

Wohnungsgenossenschaften

Wohnungsgenossenschaften bieten oft auch günstige Wohnungen zur Miete, es lohnt sich nachzufragen.

Baugenossenschaft Feuerbach-Weilimdorf eG
St.-Pöltener-Str. 38,
70469 Stuttgart (Feuerbach)
Kontakt: 0711.896531-10
Mehr Info:
<https://www.baugenossenschaft-feuerbach-weilimdorf.de/>

Bauvereinigung Vaihingen a. F. und Umgebung eG
Rottweiler Straße 3,
70563 Stuttgart (Vaihingen)
Kontakt: 0711.737343-0
Mehr Info:
www.bauvereinigung-vaihingen.de

GWF Wohnungsgenossenschaft eG
Albstraße 60,
70597 Stuttgart (Degerloch)
Kontakt: 0711.767275,
info@gwf-stuttgart.de
Öffnungszeiten:
Mo. bis Do. 8.30–12.00 Uhr und
13.30–16.00 Uhr, Fr. 8.30–12.00 Uhr
Mehr Info:
<https://www.gwf-stuttgart.de/>

LBG – Die Baugenossenschaft in Baden-Württemberg
Mönchstraße 32,
70191 Stuttgart (Stuttgart-Nord)
Kontakt: 0711.25004-0
Mehr Info: <https://www.lbg.de/>

Neues Heim – Die Baugenossenschaft eG
Haldenrainstr. 185,
70437 Stuttgart (Zuffenhausen)
Kontakt: 0711.848980-0
Öffnungszeiten: Di. 9–12 Uhr,
Mi. 13–16 Uhr, Do. 9–12 Uhr
Mehr Info:
<https://www.bgneuesheim.de>

Siedlungswerk GmbH – Wohnungs- und Städtebau
Heusteigstraße 27/29,
70180 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)
Kontakt: 0711.2381-224,
bgss@siedlungswerk.de
Mehr Info:
<https://www.siedlungswerk.de/unternehmen/geschaeftsstellen/geschaeftsstelle-stuttgart>

Stuttgarter Wohnungs- und Städtebaugesellschaft mbH
Augsburger Straße 696,
70329 Stuttgart (Obertürkheim)
Geschäftsstelle Bad Cannstatt:
Rostocker Str. 2–6,
70376 Stuttgart (Bad Cannstatt)
Kontakt für beide Geschäftsstellen:
0711.9320-222,
service@swsg.de
Mehr Info: <https://www.swsg.de/>

SVG Wohnen eG
Regerstraße 17,
70195 Stuttgart (Botnang)
Kontakt: 0711.69783-0,
info@svg-eg.de
Mehr Info:
<https://www.svg-eg.de/referenzen>

Reparaturen



Fahrrad-Service-Stationen

Die Fahrrad-Service-Stationen des diakonischen Sozialunternehmens NEUE ARBEIT gGmbH bieten ein umfangreiches Service-Angebot wie bewachtes und überdachtes Parken, Verleih gegen eine geringe Gebühr, Wartung, Pflege, Reparatur, Recycling und Verkauf gebrauchter Fahrräder, Verleih von Tandems (in Bad Cannstatt).

Wer: Jede:r
Orte, Öffnungszeiten und Kontakt Bad Cannstatt
Fahrrad-Service-Station,
Bahnhofstraße 14–18,
70372 Bad Cannstatt,
Mo. bis Fr. 7–19 Uhr
Kontakt: 0711.50593729,
fsc@neuearbeit.de

Vaihingen
Fahrrad-Service-Station,
Am Bahnhof 1, 70563 Stuttgart,
Mo. bis Fr. 7–19 Uhr
Kontakt: 0711.99761-81,
fsv@neuearbeit.de

Mehr Infos für alle Standorte:
<https://neuearbeit.de/angebote/fahrrad-service-stationen-und-radstationen>

Repair-Café Botnang

Dieser Treff für gemeinschaftliches Reparieren findet an jedem dritten Samstag eines Monats in den Räumen der AWO statt. Reparaturfachkundige aus den Bereichen Elektrik / Elektronik, Textil, Metall, Holz und Fahrräder stehen mit ihrem Werkzeugfundus vor Ort bereit.

Wo: AWO, Griegstr. 8, 70195 Stuttgart (Botnang)
Wer: Jede:r ist willkommen
Wann: Jeden dritten Samstag im Monat von 10–14 Uhr (außer im August)
Kosten: Keine
Kontakt: 0152.29553761, repair-cafe-botnang@online.de
Termine und mehr Infos:
<https://www.reparatur-initiativen.de/repair-cafe-botnang-neu>

Repair-Café Bürgerinitiative Burgholzhof

Kompetente Nachbar:innen bieten Hilfe zur Selbsthilfe an bei Reparaturen von Elektro- und IT-Geräten, Fahrrädern, Textilien, Alltagsgegenständen ohne Kabel, Holzgegenständen und Kinderspielzeug.

Wo: Bürgerhaus, James F. Byrnes-Str. 37, 70376 Stuttgart (Bad Cannstatt)
Wer: Jede:r ist willkommen
Wann: Zweimal im Jahr an einem Sonntag, 11–15 Uhr
Kosten: Keine
Kontakt: risse-mengestu@t-online.de
Termine und mehr Infos:
<https://initiative-burgholzhof.de/events/>

Repair-Café Fasanenhof

Es werden defekte Haushaltsgeräte, Spielzeug, Unterhaltungselektronik, zerrissene Kleidungsstücke und vieles mehr gemeinsam mit den Repair Café-

Teams in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen repariert bzw. ausgebessert. Das schont die Umwelt und Ihre Ressourcen.

Wo: WohnCafé, Europaplatz 30, 70565 Stuttgart (Möhringen)
Wer: Für die Bewohner des Fasanenhofes
Wann: Etwa alle zwei Monate an einem Sonntag von 13–17 Uhr
Kosten: Keine
Kontakt: 0711.91443075, info@integrative-wohnformen.de
Termine und mehr Infos:
<https://www.integrative-wohnformen.de/repair-cafes/>

Repair-Café im HOBBYHIMMEL in Feuerbach

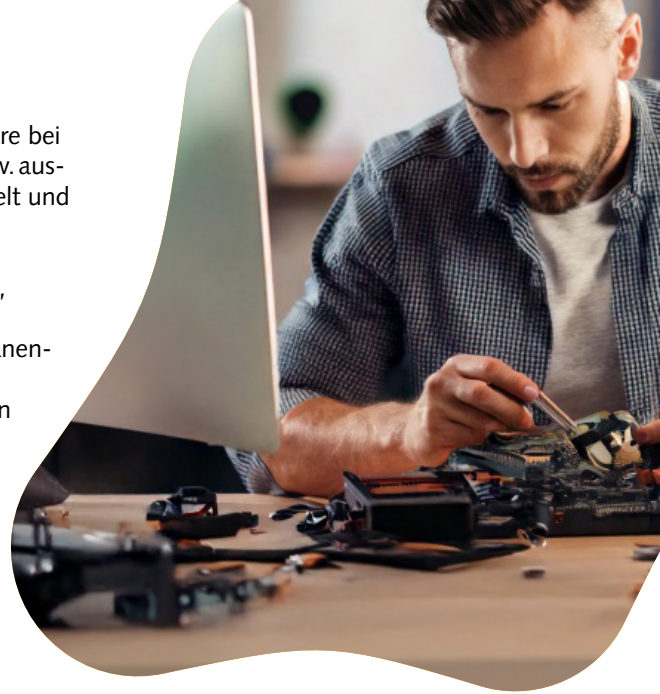
Jeden letzten Sonntag im Monat veranstaltet die offene Werkstatt HOBBYHIMMEL in Feuerbach das Repair-Café. Die Teilnehmer:innen im Café reichen von Anfänger:innen bis hin zu Erfahrenen. Das Café ermöglicht es, Gegenstände zu reparieren und somit Müll zu reduzieren. Es stellt Werkzeuge zur Verfügung und vermittelt Wissen.

Wo: HOBBYHIMMEL, Siemensstr. 140, 70469 Stuttgart (Feuerbach)
Wer: Jede:r ist willkommen
Wann: Jeden letzten Sonntag im Monat von 13–18 Uhr
Kosten: Keine
Kontakt: 0172.7788044, info@hobbyhimmel.de
Termine und mehr Infos:
<https://hobbyhimmel.de/repair-cafe/>

Repair-Café Freiberg

Es werden defekte Haushaltsgeräte, Spielzeug, Unterhaltungselektronik, zerrissene Kleidungsstücke und vieles mehr gemeinsam mit den Repair Café-Teams in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen repariert bzw. ausgebessert. Das schont die Umwelt und Ihre Ressourcen.

Wo: Wallensteinstr. 31, 70437 Stuttgart (Mühlhausen)
Wer: Für die Bewohner von Freiberg
Wann: Jeden ersten Dienstag im Monat von 17–19 Uhr (außer Juli und



August)
Kosten: Keine
Kontakt: 0711.91443075, info@integrative-wohnformen.de
Termine und mehr Infos:
<https://www.integrative-wohnformen.de/repair-cafes/>

Repair-Café Kaltental

Es werden kleinere Küchen- und Elektrogeräte, Kleidung, Spielzeug, Fahrräder und vieles mehr repariert. Pro Termin bitte nur einen Gegenstand mitbringen.

Wo: Begegnungsstätte Kaltental, Schwarzwaldstr. 7, 70569 Stuttgart (Vaihingen)
Wer: Jede:r kann kommen
Wann: Mehrmals im Jahr an einem Samstag von 14–17.30 Uhr
Kosten: Keine
Kontakt: 0163.3674473, begegnungsstaette.benz@thomasgemeinde-stuttgart.de
Mehr Infos und aktueller Termin:
<https://repaircafe-kaltental.de>

Repair-Café Lauchhau-Lauchäcker

Repariert werden hier Küchengeräte, Textilien, Spielzeug, Holzarbeiten, Fahrräder, Computer, Elektrik, Elektronik, Mechanik.

Entsprechendes Werkzeug ist vorhanden. Expertinnen und Experten stehen zur Seite, wenn es alleine nicht weitergeht. Bitte nur einen Gegenstand mitbringen.

Wo: Bürgerhaus Lauchhau-Lauchäcker, Meluner Str. 12, 70569 Stuttgart (Vaihingen)

Wer: Jede:r ist willkommen

Wann: Jeden zweiten Monat an einem Sa. oder So. von 14–17.30 Uhr

Kosten: Eintritt ist frei

Kontakt: repaircafe@lauchaecker.de

Termine und mehr Infos:

<https://repaircafe.lauchaecker.de/>

Repair-Café Neugereut

Jeden dritten Donnerstag im Monat freut sich das Repair-Café Neugereut auf interessierte Teilnehmer:innen. Das Ziel des Repair-Cafés ist die Verlängerung der Lebensdauer von Haushaltsgeräten, Unterhaltungselektronik, Textilien und Spielzeugen sowie die Förderung eines bewussteren individuellen Konsumverhaltens. Experten stehen mit Rat und Tat zur Seite, Werkzeug und Material sind vorhanden.

Wo: Stadtteilhaus Neugereut, Flamingoweg 24, 70378 Stuttgart (Neugereut)

Wer: Jede:r ist willkommen

Wann: Jeden dritten Donnerstag im Monat (außer im August) von 15–19 Uhr, Annahmeschluss 18 Uhr

Kosten: Ein freiwilliger Betrag

Kontakt: 0711.53 07 09 30

Termine und mehr Infos:

<https://repaircafe-neugereut.de/>

Repair-Café Plieningen

Es werden defekte Haushaltsgeräte, Spielzeug, Unterhaltungselektronik, zerrissene Kleidungsstücke und vieles mehr gemeinsam mit den Repair-Café-Teams in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen repariert bzw. ausgebessert. Das schont die Umwelt und Ihre Ressourcen.

Wo: WohnCafé, Körschstr. 40, 70599 Stuttgart (Plieningen)

Wer: Für die Bewohner von Plieningen

Wann: Alle zwei Monate an einem Samstag von 13–17 Uhr

Kosten: Keine

Kontakt: 0711.91 44 30 75,

info@integrative-wohnformen.de

Termine und mehr Infos:

<https://www.integrative-wohnformen.de/repair-cafes/>

Repair-Café Rohr-Dürrlewang

Alle zwei Monate trifft man sich hier, um gemeinsam oder allein defekte Dinge zu reparieren. Material und Werkzeug für alle möglichen Reparaturen sind vorhanden, Hilfestellung geben ehrenamtliche Helfer mit Reparaturkenntnissen. Repariert werden Unterhaltungselektronik, Computer, Spielzeug, Sportgeräte, Fahrräder, Küchen- / Haushaltsgeräte, Möbel, Kleidung und vieles mehr.

Wo: AWO Begegnungszentrum, Osterbronnstr. 64B, 70565 Stuttgart (Vaihingen)

Wer: Jede:r ist willkommen

Wann: Alle zwei Monate an einem Samstag von 13–17 Uhr

Kosten: Keine, Spenden werden jedoch dankend angenommen

Kontakt: info.repaircafe-rohr-duerrlewang@gmx.de

Mehr Infos und aktueller Termin:

<https://stuttgart-duerrlewang.de/repair-cafe-rohr-duerrlewang>

Repair-Café Sillenbuch

Dort wird Kaputttes aus den Bereichen Elektrik / Elektronik, Mechanik, Holz, Computer, Haushalt usw. repariert. Zugang über die Treppe links auf der Rückseite des Hauses.

Wo: Waldheim Clara-Zetkin-Haus, Gorch-Fock-Str. 26, 70619 Stuttgart (Sillenbuch)

Wer: Jede:r ist willkommen

Wann: Jeden letzten oder vorletzten Samstag im Monat von 14–17 Uhr (außer im August)

Kosten: Keine

Kontakt:

gomera101-repair@yahoo.com

Termine und mehr Infos:

<https://www.reparatur-initiativen.de/repaircafe-sillenbuch>

Repair-Café Stuttgart-Mitte

Im zweimonatigen Turnus gibt es im Stadtteilhaus Mitte die Möglichkeit unter ehrenamtlicher Hilfestellung transportable Elektrogeräte, Spielzeug,

Textilien und vieles mehr zu reparieren. Außerdem können Computer- und Handyprobleme behoben werden. Werkzeug und viele Materialien stehen zur Verfügung.

Wo: Stadtteilhaus Mitte, Christophstr. 34, 70180 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Wer: Jede:r ist willkommen

Wann: Alle zwei Monate an einem Samstag von 10–15 Uhr

Kosten: Eintritt frei

Kontakt: 0711.607 92 47, info@stadtteilhaus-mitte.de

Termine und mehr Infos:

<https://www.stadtteilhaus-mitte.de/erwachsene/offene-angebote-fuer-erwachsene/repaircafe/>

Repair-Café Stuttgart-West

Einmal im Monat gibt es hier die Möglichkeit, seine eigenen kaputten Gegenstände zu reparieren. Experten stehen mit Rat und Tat zur Seite, Werkzeug und Material sind vorhanden.

Wo: Eltern-Kind-Zentrum (EKiZ), Ludwigstr. 41–43, 70176 Stuttgart (Stuttgart-West)

Wer: Jede:r ist willkommen

Wann: Einmal monatlich an einem Samstag von 10–15 Uhr, Annahmeschluss für Elektrogeräte 13.30 Uhr

Kosten: Keine

Kontakt: info@repaircafe-stuttgart.de

Termine und mehr Infos:

<https://www.stuttgart.de/veranstaltungenkalender/veranstaltungen/repair-cafe-stuttgart-west-489325.php>



Repair-Café Weilimdorf

Das Repair-Café Weilimdorf wird vom Arbeitskreis Nachhaltigkeit der Evangelischen Gesamtkirche Weilimdorf angeboten. Während sich die ehrenamtlichen Monteure um die Reparaturen kümmern, ist Gelegenheit zum Kaffeetrinken und zum Gespräch. Angeboten werden Reparaturen von tragbaren Elektro- und Elektronikgeräten, mechanische Reparaturen, Reparaturen von elektrischen Nähmaschinen, Holzreparaturen an Kleinmöbeln, Hilfe beim Umgang mit Handys, Lösung von IT-Problemen an PC und Tablets, Aufspielen von freier Software auf ältere PCs und Laptops.

Wo: Oswald-Gemeindehaus, Ludmannstr. 10,

70499 Stuttgart (Weilimdorf)
Wer: Jede:r ist willkommen
Wann: Jeden zweiten Freitag im Monat 15–17 Uhr (außer August und September)
Kosten: Keine bzw. gegen eine Spende
Kontakt: 0711.1204087 14, gemeindebuero.weilimdorf@elkw.de
Termine und mehr Infos: <https://www.weilimdorf-evangelisch.de/kontakt/repair-cafe-weilimdorf/>

Repair-Café Zuffenhausen

Hier werden einmal im Monat defekte Alltagsgegenstände in angenehmer Atmosphäre gemeinschaftlich repariert. Ehrenamtliche Reparaturexpert:innen stehen für Hilfe zur Verfügung. Repariert wird alles aus den Bereichen Elek-

tro, Elektronik, Computer, Audio / Video, Mechanik, Holz, Fahrräder und Textil. Um Voranmeldung wird gebeten.

Wo: Zehntscheuer, Zehnthof 1, 70435 Stuttgart (Zuffenhausen)
Wer: Jede:r ist willkommen
Wann: Jeden zweiten Dienstag im Monat 16–19 Uhr (außer im August)
Anmeldeschluss: jeweils 18 Uhr
Kosten: Keine, aber Spenden für Werkzeuge und Material werden gerne angenommen
Kontakt: 0152/023 729 38, info@repaircafe-zuffenhausen.de
Termine und mehr Infos: <http://www.repaircafe-zuffenhausen.de/index.php>

Weiterer Tipp für Reparaturen:

Café 72 in Bad Cannstatt, siehe S. 4

Mobilität

BahnCard (ermäßigt)

Mit der ermäßigten BahnCard bekommt man einen Rabatt von 25 oder 50 Prozent bei Zugfahrten mit der Deutschen Bahn.

BahnCards zum ermäßigten Preis gibt es für Senioren ab 65 Jahren, Jugendliche bis 18 Jahren, Personen unter 27 Jahren, für Personen mit voller Erwerbsminderung und schwerbehinderte Menschen mit einem Grad der Behinderung von mindestens 70 Prozent. Außerdem gibt es die Probe BahnCard, die nur 3 Monate gültig ist und deshalb entsprechend günstig ist. Die Preise sind je nach Gruppe und BahnCard unterschiedlich, sie beginnen bei 7,90 €.

Mehr Infos: <https://www.bahn.de/angebot/bahncard>

Deutschland-Ticket

Für nur 63 € pro Monat kann man deutschlandweit in allen Verkehrsmitteln des öffentlichen Nahverkehrs reisen. Das Ticket ist im Abonnement erhältlich, aber monatlich kündbar. Nicht gültig in Fernverkehrszügen.

Wer: Jede:r
Kosten: 63 € pro Monat

Mehr Infos: <https://www.bahn.de/angebot/regio/deutschland-ticket>

Jedermann- Monats-Ticket für Stuttgart mit Bonus- card-Ermäßigung

Mit diesem Ticket fahren Besitzer einer Bonuscard im Rahmen des Sozialtickets der Stadt Stuttgart einen Monat lang zum ermäßigten Preis im gesamten VVS-Verbundgebiet (Verkehrs- und Tarifverbund Stuttgart). Es erlaubt beliebig viele Fahrten rund um die Uhr mit den VVS-Verkehrsmitteln.

Wer: Voraussetzung ist die Bonuscard der Landeshauptstadt Stuttgart
Kosten: 29 € pro Monat für das gesamte VVS-Netz
Mehr Infos: <https://www.ssb-ag.de/tickets/soziale-tickets/jedermann-monatsticket-bonus/>



E-Lastenrad-Verleih „Stuttgarter Rössle“

Das Sozialunternehmen NEUE ARBEIT gGmbH organisiert im Auftrag der Landeshauptstadt Stuttgart den langfristigen Verleih von 100 E-Lastenrädern. Die sogenannten „Stuttgarter Rössle“ sind hochwertige einspurige, zweirädrige E-Lastenräder mit zwei 5-Punkt-Gurten gesicherten Kinderplätzen. Die Mindestleihdauer beträgt sechs Monate. Es gibt Ermäßigung für Bonuscard- und FamilienCard-Inhaber. Die Miete geht los bei 20 €/Monat, dazu kommt 12 €/Monat Versicherungsgebühr.

Wer: Stuttgarter Bürgerinnen und Bürger

Kontakt: 0176.72 99 45 13,
stuttgarter-roessle@neuearbeit.de

Mehr Infos:

<https://lastenrad.neuearbeit.de/>

Kinderfahrrad Angebot „Rössle Kids“

Hier gibt es einfach und günstig Kinderfahrräder zu mieten. Die Mietdauer beträgt mindestens sechs Monate und kann danach monatlich gekündigt werden. Voraussetzung für den Verleih ist der Besitz einer Stuttgarter Bonuscard + Kultur oder Stuttgarter FamilienCard. Der Verleih der Kinderfahrräder erfolgt im Auftrag der Landeshauptstadt durch das Sozialunternehmen Neuen Arbeit gGmbH, das die Räder in verschiedenen Größen an den Fahrrad-Service-Stationen in Bad Cannstatt und in Vaihingen bereitstellt. Die Miete beträgt entweder 5 € oder



8 €/ Monat, pro Rad ist eine Kautions von 50 € zu zahlen.

Wer: Besitzer einer Stuttgarter Bonuscard + Kultur oder Stuttgarter FamilienCard

Kontakt: 0176.72 99 45 13,

stuttgarter-roessle@neuearbeit.de

Mehr Infos: <https://www.stuttgart.de/leben/mobilitaet/fahrrad/fahrrad-service/kinderfahrrad-vermietung-roessle-kids>

Fahrgutscheine für Schwerstgehbehinderte

Die Landeshauptstadt Stuttgart gewährt schwerstgehbehinderten Einwohner:innen Fahrgutscheine für Taxen oder barrierefreien Spezialfahrzeugen, sofern kein Auto zur Verfügung steht und das Einkommen unter einer bestimmten Grenze liegt. Die Gutscheine müssen beantragt werden.

Wer: Schwerstgehbehinderte mit Schwerbehindertenausweis

Wo: Schwabenzentrum B2 (Baurechtsamt / Amt für Soziales und Teilhabe), Eberhardstr. 33, 70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Postanschrift: Amt für Soziales und Teilhabe, Freiwillige Leistungen, 70161 Stuttgart

Kontakt: 0711.216-591 39,
fahrgutscheine@stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.stuttgart.de/organigramm/leistungen/fahrgutscheine-fuer-schwerstgehbehinderte.php>

Fahrradrikscha „Zuffka“ in Zuffenhausen

Die Fahrradrikscha „Zuffka“ transportiert ehrenamtlich und kostenlos Senior:innen und Menschen mit eingeschränkter

Mobilität zu Arztterminen, zur Apotheke oder zum Einkauf. Die Fahrer:innen der Rikscha sind im Umkreis von 10 km unterwegs und decken die Stadtgebiete Zuffenhausen, Stammheim, Rot, Freiberg und Zazenhausen ab.

Wo: Zuffenhausen

Wer: Senioren und Menschen mit eingeschränkter Mobilität

Servicezeiten:

Montag bis Freitag 10–17 Uhr

Kontakt: 0176.42 03 28 06

Mehr Infos:

<http://www.zuffka.de/>

Interrail: Das Zugticket für Europa

Mit dem Interrailticket kann man entweder ein Land intensiv bereisen oder mehrere Länder mit dem Zug erkunden. Die Preise unterscheiden sich je nach Land / Ländern, Häufigkeit der Fahrten und Alter der Nutzer:innen. Die Preise beginnen bei 50 €.

Mehr Infos

<https://www.bahn.de/angebot/international/interrail>

busliniensuche – Der Fernbus im Vergleich

Eine Suchmaschine, um günstige Fernbustickets für Deutschland und Europa von verschiedenen Anbietern zu finden.

Mehr Infos:

<https://www.busliniensuche.de/>

BlaBlaCar Bus

Hier kann man preisgünstige Fahrten mit dem Fernbus, zum Beispiel ab Stuttgart kaufen, deutschland- und europa-weit. Fahrten ab 4,99 €.



Mehr Infos und Tickets:
<https://www.blablacar.de/bus>

Flixbus

Günstige Fernbusreisen deutschland- und europaweit. Im Großraum Stuttgart gibt es mehrere Abfahrtsorte, zum Beispiel Stuttgarter Flughafen Busterminal, Stuttgart-Vaihingen S-Bahnhof, Zuffenhausen ZOB, Kornwestheim.

Mehr Infos und Tickets:
<https://www.flixbus.de/>

Flixtrain

Alternatives Zugunternehmen, erheblich günstiger als die Deutsche Bahn, fährt jedoch nur auf einem festgelegten Streckennetz, das zum Beispiel folgende Städte verbindet: Freiburg oder Stuttgart – Berlin, Köln – Hamburg, Aachen – Dresden über Hannover, Hamburg – Berlin über Leipzig, Berlin – Mainz über Frankfurt, mit jeweils mehreren Zwischenhalten. Tickets schon ab 4,99 €.

Mehr Infos und Tickets:
<https://www.flixtrain.de/>

Information und Bildung / Bücher und Medien

Stuttgarter Stadtbibliothek

Die Stuttgarter Stadtbibliothek besteht aus der Zentralbibliothek und 18 Stadtteilbibliotheken. Die Zentralbibliothek am Mailänder Platz bietet über eine halbe Million Medien, Originalgraphiken zum Ausleihen, ein Klangstudio mit e-Instrumenten und vieles mehr. Auch Medien ausschließlich online auszuleihen ist möglich.

Die 18 Stadtteilbibliotheken sind attraktive Lern- und Aufenthaltsorte in der direkten Nachbarschaft. WLAN, PC-Arbeitsplätze sowie Laptops mit Internetzugang, Kopier- und Scanmöglichkeit stehen sowohl in der Zentralbibliothek als auch in den Stadtteilbibliotheken zur Verfügung. Die Mitgliedschaft ist mit Bonuscard um 50 Prozent ermäßigt.

Mitfahrgelegenheiten

Es gibt verschiedene Plattformen, die günstige private Mitfahrgelegenheiten mit dem Auto vermitteln. Die Vermittlung ist meistens kostenlos, dafür muss man sich meist registrieren. Hier eine Auswahl der gängigsten:

BlaBlaCar:

Für Mitfahrgelegenheiten und Busfahrten:
<https://www.blablacar.de/fahrgemeinschaft.de>:

Für alle Nutzer frei zugänglich, Vermittlung völlig kostenlos:
<https://fahrgemeinschaft.de/>

BesserMitfahren.de:

Hier gibt es sogar einige kostenlose Fahrten:

<https://www.bessermitfahren.de/>
from A to B: Mitfahrgelegenheiten, außerdem kann man sich hier zu gemeinsamen Fahrten mit Gruppentickets der Deutschen Bahn verabreden:

<https://www.fromatob.com/>

Pendlerportal: Hauptsächlich für Pendler:

<https://www.pendlerportal.de/>



Wo: Stadtbibliothek am Mailänder Platz, Mailänder Platz 1, 70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte), Stadtteilbibliotheken in den verschiedenen Stadtteilen Stuttgarts

Öffnungszeiten der Zentralbibliothek am Mailänder Platz:

Mo. bis Sa. 9–19 Uhr, So. geschlossen

Wer: Bürger der Stadt Stuttgart

Kosten: Jahresgebühr: 24,-€, mit Bonuscard: 12,-€, oder für einen Monat: 4,-€, mit Bonuscard: 2,-€; Personen unter 18 Jahren bekommen einen Ausweis kostenlos; der Aufenthalt in den Einrichtungen ist auch ohne Ausweis möglich

Kontakt: 0711.21691-100, stadtbibliothek.serviceteam@stuttgart.de

Alle Infos hier:

<https://stadtbibliothek-stuttgart.de>

TREFFPUNKT Rotebühlplatz – Lernen. Bildung. Kultur

Der TREFFPUNKT Rotebühlplatz ist Veranstaltungsort, unter anderem für die Volkshochschule und die Musikschule. Außerdem finden hier Kulturveranstaltungen und Ausstellungen statt. Im offenen Bereich des Hauses finden sich Lerninseln, Internetzugänge (WLAN), ausgelegte Zeitungen und Infos über die Region, Informationstheke für das Haus und seine Einrichtungen, Café und Restaurant. Eine Kinderbetreuung während des Besuchs von Veranstaltungen wird angeboten durch den Treffpunkt Kinder. Oftmals ermäßigte Kursgebühr für Inhaber:innen der Bonuscard + Kultur bei Kursen der Volkshochschule.



Kontakt: 0711.273 01-145,
strassenuniversitaet@neuearbeit.de
Programm: <https://strassenuniversitaet.neuearbeit.de/index.php/programm-ueberschrift/programm-nachdatum>
Mehr Infos:
<https://strassenuniversitaet.neuearbeit.de>

LogInBus – Digitale Teilhabe für alle

Der LogInBus ist ein mobiler Medienraum, der mehrmals in der Woche an verschiedenen Anlaufstellen prekär lebender Menschen im Stuttgarter Stadtgebiet hält. Durch individuelle Beratung zu Fragen rund um digitale Medien, Internet und Mobilfunk sollen digitale Kompetenzen auf- und ausgebaut werden. Es gibt kostenfreies WLAN, sowie Druck- und Scanmöglichkeiten. Mit der Straßen-Universität zusammen werden außerdem Kurse rund um das Internet & Digitales angeboten.

Wo: An verschiedenen Orten im Stadtgebiet
Wer: Jede:r
Kosten: Keine
Kontakt: 0711. 27301-142,
jtepper@neuearbeit.de
Standorte und Zeiten: <https://loginbus.neuearbeit.de/index.php/standorte/standorte>
Kurs-Termine: <https://loginbus.neuearbeit.de/index.php/standorte/kurs-termine>
Mehr Info:
<https://loginbus.neuearbeit.de/>

eva's Media-Raum

Es werden Kurse in kleinen Gruppen angeboten, um Computer-Grundwissen und digitale Kompetenzen zu erwerben, aber auch eine eigenständige Nutzung der Computerarbeitsplätze ist nach vorheriger Absprache möglich.
Wo: eva's Media-Raum, Haus der Diakonie, Raum 34, Büchsenstr. 34/36, 70174 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)
Wer: Gäste der Stadtmission sowie der sozialen Träger der Evangelischen Gesellschaft; Menschen, die in prekären Verhältnissen leben oder wohnungslos sind und keinen Zugang zur digitalen Welt haben
Kosten: Keine

Kontakt: 0711.2054-330,
martin.walter@eva-stuttgart.de
Termine und weitere Infos:
<https://www.eva-stuttgart.de/unsere-angebote/angebot/evas-media-raum>

Kostenloses WLAN

An vielen Orten in Stuttgart gibt es kostenloses WLAN.

- An öffentlichen Plätzen wie Marktplatz, Schloßplatz usw. Eine Liste findet sich hier: <https://www.stuttgart-tourist.de/wlan-in-stuttgart>
- Tipps, in welchen Geschäften und Restaurant- und Caféketten es kostenloses WLAN gibt: <https://www.techbook.de/connectivity/so-findet-man-gratis-wlan-in-deutschland>
- Stuttgarter Stadtbibliothek, am Mailänder Platz, Stadtmitte. Alle Einrichtungen der Stadtbibliothek Stuttgart sind mit WLAN ausgestattet und es kann kostenlos genutzt werden, wenn man einen Bibliotheksausweis hat. Diesen gibt es um 50 Prozent ermäßigt für Bonuskartenbesitzer. <https://stadtbibliothek-stuttgart.de/>
- TREFFPUNKT Rotebühlplatz (Volkshochschule) am Rotebühlplatz, Stadtmitte: <http://www.treffpunkt-rotebuehlplatz.de/tpr.vhs-stuttgart.org/index6258.html?id=21>
- Eine Liste mit allen WLAN-Hotspots in Stuttgart, alphabetisch nach Ort sortiert: <https://www.europakarte.org/wlan/deutschland/baden-wuerttemberg/stuttgart/>
- Im Shoppingcenter Milaneo, in der Nähe vom Hauptbahnhof, kann man kostenlos surfen: <https://www.milaneo.com/services/wifi-s1553/>
- Außerdem gibt es kostenloses WLAN hier:
Café 72 (siehe S. 4)
LogInBus (siehe S. 16)
eva's Media-Raum (siehe S. 16)

Wo: TREFFPUNKT Rotebühlplatz Stuttgart, Rotebühlplatz 28, 70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)
Öffnungszeiten des Hauses:
 Mo. bis Sa.
 7.30–23 Uhr,
 Sonn- und Feiertag 8.30–18 Uhr
Öffnungszeiten vhs Anmeldung / Information: Mo., Do. und Fr. 14–19 Uhr, Di. und Mi. 9–13 Uhr
Kontakt:
 0711.1873-800,
info@treffpunkt-rotebuehlplatz.de
Mehr Infos:
www.treffpunkt-rotebuehlplatz.de

Straßen-Universität Stuttgart

Die Straßen-Universität Stuttgart bietet inklusive Bildungsangebote für alle Interessierten an verschiedenen Orten in Stuttgart an. Die Begegnung zwischen den unterschiedlichsten Menschen und das gemeinsame Tun stehen im Vordergrund. Bei einem breit gefächerten Angebot, wie zum Beispiel Ausstellungsbesuch, Theater, Stadtrundgang, Kochkurse aber auch Sport, ist für alle etwas dabei und alle sind herzlich eingeladen, Kurse nach ihren Interessen zu wählen und Neues auszuprobieren. Für die Kurse sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Außerdem sind alle Angebote kostenfrei. Um Anmeldung wird gebeten.

Wo: An verschiedenen Orten im Stadtgebiet
Wer: Jede:r
Kosten: Keine

Oxfam Buchshop Stuttgart

Gebrauchte Bücher, CDs/DVDs und Schallplatten in Stuttgarts Innenstadt.

Wo: Oxfam Buchshop Stuttgart, Marienstr. 36a, 70178 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 10–19 Uhr,
Sa. 11–16 Uhr

Wer: Jede:r

Kontakt: 0711.263 55 51

Mehr Info:

<https://shops.oxfam.de/shops/stuttgart-buch>

Onlineshops für gebrauchte Bücher und mehr:

arvelle

Bei diesem Onlineshop für Bücher gibt es bis zu 90 Prozent reduzierte Mängel Exemplare und Restauflagen aus dem Bereich Kinderbücher, Romane, Krimi, Thriller, Ratgeber, Wissen und Hörbücher.

<https://www.arvelle.de/>

booklooker

booklooker ist ein Onlinemarktplatz für Bücher, Hörbücher, Spiele, Filme und Musik.

<https://www.booklooker.de/>

buchfreund.de

Hier gibt es neue und gebrauchte Bücher, CDs, DVDs usw., darunter auch Sonderangebote, aus einer Auswahl von 19 Millionen Titeln.

<https://www.buchfreund.de>

buyZOXS

Onlineshop für gebrauchte Bücher, Spiele, Musik, Filme, Kleinelektronik und Computer

<https://www.buyzoxs.de/>

ebay

Ebay hat eine riesige Auswahl an gebrauchten günstigen Büchern.

https://www.ebay.de/b/Gebrauchte-Bucher/267/bn_7109686138

eurobuch.de

Die Buch-Such-Maschine für absolut jedes Buch. Umfasst über 250 Millionen Titel weltweit. Auch gebrauchte, antiquarische und vergriffene Bücher sowie E-Books, Hörbücher, Musik und Schulbücher (neu und gebraucht).

<https://www.eurobuch.de/>

JustBooks.de

Hier findet man neue, gebrauchte und antiquarische Bücher. Preisvergleich von über 100 000 Anbietern.

<https://www.justbooks.de/>

medimops

Das Online-Portal für Second-Hand-Bücher bietet eine umfangreiche Auswahl an Produkten aus jedem Genre. Außerdem gibt es Musik, Filme und Spiele im Sortiment. Ab einem Einkauf von 19 € Gratisversand.

<https://www.medimops.de/buecher-C0186606/>

rebuy

Onlineshop für gebrauchte Elektronik sowie gebrauchte Medien wie Bücher, Filme, Videospiele und Musik.

<https://www.rebuy.de/>

Studibuch

Bei Studibuch findet man eine große Auswahl an aktueller gebrauchter Fachliteratur zu günstigen Preisen, übersichtlich nach Studienfächern geordnet. Hier kann man auch seine Fachbücher wieder verkaufen. Es gibt auch eine Auswahl an kostenlosen Büchern.

Studenten bekommen einmalig zusätzlich 10 Prozent Rabatt.

<https://studibuch.de/>

ZVAB

Hier kann man weltweit nach gebrauchten Büchern suchen. Es gibt antiquarische aber auch günstige Taschenbücher.

<https://www.zvab.com/>

Weitere Tipps für „Information und Bildung / Bücher und Medien“:

Café 72 in Bad Cannstatt, siehe S. 4

Stadtteiltreff OASE in Zuffenhausen, siehe S. 4

Tagesstätte Olga 46 in Stuttgart-Mitte, siehe S. 5

Die Wärmestube in Stuttgart-Mitte, siehe S. 5



Freizeit, Sport, Kultur und Museen



Bonuscard + Kultur

Die „Bonuscard + Kultur“ ist eine freiwillige soziale Leistung der Stadt Stuttgart. Sie soll den Berechtigten ermöglichen, trotz finanzieller Einschränkungen am kulturellen, sportlichen und sozialen Leben in der Stadt teilzunehmen.

Damit erhält man zahlreiche Vergünstigungen, zum Beispiel freien Einlass zu Kulturveranstaltungen und Ausstellungen, ermäßigten Eintritt ins Schwimmbad aber auch ermäßigte Monatsickets für den öffentlichen Nahverkehr oder Gebührenbefreiung für Kindertageseinrichtungen. Die Bonuscard + Kultur kann man online, postalisch oder persönlich beim Amt für Soziales und Teilhabe, Freiwillige Leistungen beantragen.

Wo: Schwabenzentrum B2 (Baurechtsamt / Amt für Soziales und Teilhabe), Eberhardstr. 33, 70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte),

Postanschrift: Amt für Soziales und Teilhabe, Freiwillige Leistungen, 70161 Stuttgart

Wer: Voraussetzung für den Erhalt sind ein Hauptwohnsitz in Stuttgart und den Bezug einer Sozialleistung (wie zum Beispiel Bürgergeld, Grundsicherung, Wohngeld, Kinderzuschlag)

Kontakt: 0711.21657-400, bonuscard@stuttgart.de

Mehr Infos und online-Beantragung: <https://www.stuttgart.de/organigramm/leistungen/stuttgarter-bonuscard-kultur.php>

Mehr Infos über die beteiligten Kulturveranstalter gibt es bei der mit der Stadt Stuttgart kooperierenden Initiative KULTUR FÜR ALLE:

Wo: KULTUR FÜR ALLE Stuttgart e. V., Willi-Bleicher-Str. 20, 70174 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Wer: Alle Inhaber:innen der Bonuscard + Kultur

Kontakt: 0711.82859506, info@kultur-fuer-alle.net

Mehr Infos: <https://kultur-fuer-alle.net/>

FamilienCard

Die Stuttgarter FamilienCard ist eine freiwillige Leistung der Stadt Stuttgart. Sie gilt für Kinder und Jugendliche bis einschließlich 16 Jahren für viele soziale, sportliche und kulturelle Angebote in Stuttgart. Es werden 60 € pro Kalenderjahr gezahlt für Familien, die unter einem bestimmten Einkommen liegen. Beantragt werden kann die FamilienCard bei den Bürgerinformationsstellen der Bezirksrathäuser oder der Dienststelle „Freiwillige Leistungen“ des Amtes für Soziales und Teilhabe.

Hier alle Infos und Adressen zur Beantragung:

<https://www.stuttgart.de/leben/soziales/soziale-leistungen/familiencard>

Kostenlose Aktivitäten für Familien in und um Stuttgart

Hier werden 15 ganz besondere Aktivitäten in Stuttgart vorgestellt, die für Familien mit Kindern geeignet und komplett kostenlos sind:

<https://raus-mit-uns.de/stuttgart-kostenlos/>

Wilhelma – Zoologisch-Botanischer Garten Stuttgart

Die Wilhelma ist eine der beliebtesten Freizeiteinrichtungen Baden-Württembergs und einer der besucherstärksten Zoos in Deutschland. Der Dreiklang von Zoo, botanischem Garten und historischem, denkmalgeschütztem Park macht den besonderen Reiz der Wilhelma aus. Beim Erwerb einer Jahreskarte bekommen Seniorinnen und Senioren sowie Schwerbehinderte eine Ermäßigung, die Jahreskarte kostet damit nur 61 €. Schülerinnen und Schüler sowie Studierende bekommen sowohl für die Tageskarte als auch die Jahreskarte eine Ermäßigung. Außerdem gibt es spezielle Tarife für Familien und Schulklassen.

Wo: Wilhelma – Zoologisch-Botanischer Garten Stuttgart, Wilhelma 13, 70376 Stuttgart (Bad Cannstatt)

Öffnungszeiten: Variieren je nach Eingang und Monat. Die aktuellen Zeiten sind hier: <https://www.wilhelma.de/besuch/informationen/oeffnungszeiten>

Wer: Ermäßigte Jahreskarte für Seniorinnen und Senioren sowie Schwerbehinderte

Kosten: 61 € für ein Jahr

Kontakt: 0711.5402-0 (Mo. bis Fr. 8.15–12.30 Uhr und 13–15.30 Uhr),

info@wilhelma.de

Mehr Infos zur Wilhelma:

<https://www.wilhelma.de/>

Mehr Infos zu den Eintrittspreisen:

<https://www.wilhelma.de/eintritt>

Chöre in Stuttgart

Es gibt diverse Chöre in Stuttgart im ganzen Stadtgebiet. In der Regel ist das Mitsingen kostenlos oder man muss eine Mitgliedschaft abschließen. Eine Übersicht aller Chöre gibt es hier: http://www.choere.de/choere_in/ort_s/stuttgart/a_z.html

Für eine genauere Suche nach Chorart und Musikstilen gibt es eine Suchmaschine für Stuttgarter Chöre hier: <https://chorverband-stuttgart.de/choere/finde-deinen-chor#main>

Klinke – Sommermusikfestival im Merlin

Jährlich den ganzen August über stattfindendes Musikfestival im Kulturzentrum Merlin mit ca. 30 Konzerten von Donnerstag bis Samstag und DJs jeden Mittwoch. Der Eintritt ist frei, der Hut für Spenden geht rum.

Wo: Kulturzentrum Merlin, Augustenstr. 72, 70178 Stuttgart (Stuttgart-West)

Kosten: Eintritt frei, freiwillige Spende gern gesehen

Kontakt: 0711.61 85 49, info@merlinstuttgart.de

Mehr Infos: <https://merlinstuttgart.de/klinke/>

Umsonst & Draußen Stuttgart

Das Umsonst & Draußen ist das größte nichtkommerzielle Musik-Polit-Kultur-Festival in Stuttgart. Es findet jedes Jahr an einem Wochenende Anfang August auf dem Festplatz in Vaihingen statt.

Wo: Festplatz Krehlstraße, Krehlstraße, 70563 Stuttgart-Vaihingen

Anfahrt: Es wird eine Anfahrt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem Fahrrad empfohlen, Haltestelle Pestalozzi-Schule

Kosten: Eintritt frei, außer Essen und Getränke

Mehr Infos: <https://www.ud-stuttgart.de/>

bewegt & aktiv: Fit und gesund im Alter

Diese Initiative bündelt kostenlose städtische Sportangebote für ältere Menschen in Stuttgart. Das Angebot reicht von Stadtteilspaziergängen, dem „Bewegungspass“ zum selbständigen Üben bis hin zu den Bewegungsangeboten „fit ab 50“.

Mehr Infos:

<https://www.stuttgart.de/leben/sport/sportprogramme/bewegt-und-aktiv.php>

Calisthenics

Calisthenics ist ein intensives Eigengewichtstraining, das mithilfe von Barren, Stangen und anderen Trainingsgeräten in der Öffentlichkeit, mit dem eigenen Körpergewicht, ausgeführt wird. Das Training ist kostenfrei und kann unabhängig von Öffnungszeiten erfolgen. Es gibt verschiedene Anlagen über das gesamte Stadtgebiet verteilt. Eine Übersicht findet sich hier: <https://freizeitmonster.de/blog/calisthenics-parks-stuttgart>

Sport im Park

Sport im Park ist ein offenes, kostenloses und unverbindliches Bewegungsprogramm in Stuttgart. Von Mai bis September können Sportbegeisterte den Sommer aktiv erleben und an Bewegungsangeboten im ganzen Stadtgebiet teilnehmen. Das Programm richtet sich an alle Altersgruppen.

Wo: In verschiedenen Parks in Stuttgart

Wer: Jede:r von 18 bis 70

Kosten: Keine

Anmeldung: Nicht erforderlich

Kontakt: Amt für Sport und Bewegung, 0711.216-81787,

carmen.rieg@stuttgart.de

Mehr Infos: <https://www.stuttgart-bewegt-sich.de/entdecke/sport-im-park>

Trimm-Dich-Pfade

Hier kann man im Wald oder auf öffentlichen Plätzen kostenlos Krafttraining an Geräten machen und seine Ausdauer trainieren.

- im Kräherwald zwischen Stuttgart-West und Botnang:

<https://trimm-dich-pfad.com/standorte/trimm-dich-pfad-stuttgart-2/>

- im Stadtteil Fasanenhof in Stuttgart-Möhringen: <https://trimm-dich-pfad.com/standorte/trimmparcours-stuttgart/>
- im Hospitalwald in Degerloch: <https://www.stuttgart.de/organigramm/adresse/waldsportpfad-waldau-degerloch-.php>

Weitere Trimm-Dich-Pfade findet man hier:

<https://trimm-dich-pfad.com/standorte/trimmparcours-stuttgart/>

Wanderungen

In Stuttgart und Umgebung gibt es viele Wandermöglichkeiten, die man kostenlos auf www.outdooractive.com finden kann.

Beispielwanderung: Bärensee (Bärenschlössle), Heslacher Wasserfall und Birkenkopf.

Mehr Infos:

<https://out.ac/Ygpjt>

Haus des Waldes

Hier erlebt man den Wald mit allen Sinnen: Ob in der interaktiven Dauerausstellung „StadtWaldWelt“, auf dem barrierefreien Walderlebnisweg „Sinneswandel“ oder bei den vielfältigen Angeboten im Wald. Der Besuch ist für Kinder, Jugendliche und Erwachsene geeignet und für Einzelpersonen, Familien und kleine Gruppen kostenfrei.

Wo: Haus des Waldes, Königstraße 75, 70597 Stuttgart (Degerloch)

Anfahrt: Mit öffentlichen Verkehrsmitteln: U7 oder U8 bis zur Haltestelle Waldau, Ausgang Königstraße. Der Fußweg zum Haus des Waldes ist ausgeschildert und dauert ca. 15 Minuten. Mit Buslinie 70 bis Haltestelle Königstraße. Fußweg etwa 20 Minuten. Mit dem Auto: es ist keine direkte Zufahrt zum Haus möglich. Parkplätze befinden sich am Königstraße. Fußweg vom Parkplatz ca. 300 m.

Öffnungszeiten:

Di. bis Fr. 13–17 Uhr, Sonn- und Feiertage: 10–17 Uhr, während der Schulferien zusätzlich Di. bis Fr. 9–12 Uhr.

Gruppen ab 10 Personen:

Di. bis Fr. 9–17 Uhr, nur mit Anmeldung. Der Walderlebnisweg SINNES-

WANDEL und der Innenhof sind jederzeit zugänglich.

Wer: für Kinder, Jugendliche und Erwachsene geeignet

Kosten: für Einzelpersonen, Familien und kleine Gruppen ist der Besuch kostenfrei, Spenden werden gerne angenommen. Für Gruppen ab 10 Personen, inklusive Führung: 15 €

Kontakt: 0711.97672-0,
hausdeswaldes@forstbw.de

Mehr Infos:

<https://hausdeswaldes.forstbw.de/>

Museum Hegel-Haus

Das Museum setzt sich mit der Person, dem Werk und dem Denken des bedeutenden Stuttgarter Philosophen Hegel auseinander. Es ist im Geburtshaus Hegels untergebracht, welches im Kern aus dem Spätmittelalter stammt.

Wo: Museum Hegel-Haus,
Eberhardstraße 53,
70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten: Mo. bis Sa. 10–13
und 14–18 Uhr

Kosten: Eintritt frei

Kontakt: 0711.21 62 58 88,
hegel-haus@stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.hegel-haus.de/>

Staatgalerie Stuttgart

Die Staatgalerie Stuttgart zeigt zeitgenössische Kunst und historische Meisterwerke aus verschiedenen Epochen und Regionen. Mittwochs ist der Besuch der Sammlung für alle frei.



Wo:

Staatgalerie Stuttgart,
Konrad-Adenauer-Str. 30–32
(Eingang Konrad-Adenauer-Str. 30)
(Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten:

Di., Mi. und Fr. bis So. 10–17 Uhr, Do.
10–20 Uhr, Mo. geschlossen

Kosten: Sammlung: regulär 10 €/ermäßigt 8 €, Mittwoch für alle Eintritt frei. An anderen Tagen kostenfrei für Kinder und Jugendliche bis einschließlich 20 Jahre, für Geflüchtete, für Bonuscardbesitzer. Ermäßigung für Gruppen ab 10 Personen mit Anmeldung, Menschen mit Beeinträchtigungen ab 50 Prozent. Sonderausstellung: abweichende Preise, frei für Arbeitslose und Bezieher staatl. Unterstützung, Kinder und Jugendliche bis einschließlich 20, Geflüchtete, Bonuscardbesitzer. Ermäßigung für Gruppen ab 10 Personen mit Anmeldung, Menschen mit Beeinträchtigungen ab 50 Prozent, Studierende.

Kontakt: 0711.47040-0,
info@staatsgalerie.bwl.de

Mehr Infos:

<https://www.staatsgalerie.de>

Städtisches Lapidarium

Das Lapidarium ist ein historischer Park und idyllischer Garten mit Skulpturen, Reliefs und Bauteilen aus Stuttgarts Stadtgeschichte. Terrassen, Brunnenhof und alte Bäume laden zum Verweilen ein.

Wo: Städtisches Lapidarium,
Mörikestr. 24/1,
70178 Stuttgart (Stuttgart-Süd)

Öffnungszeiten:

Do.–So. 14–18 Uhr (nur zwischen Mai und Oktober geöffnet)

Kosten: Eintritt frei

Führung: immer samstags um 16 Uhr gibt es eine öffentliche Führung für 4,- €/ermäßigt 3 €. Ohne Anmeldung möglich, Teilnahme jedoch auf 20 Personen beschränkt.

Kontakt: 0711.21 62 58 00,
stadtpalais@stuttgart.de

Mehr Infos:

www.lapidarium-stuttgart.de

StadtPalais – Museum für Stuttgart

Hier wird Stuttgarter Geschichte seit Ende des 18. Jahrhunderts bis in die Gegenwart analog und digital erzählt, urbane Gegenwart gelebt und die Zukunft der Stadt diskutiert. Es gibt eine Dauerausstellung, Sonderausstellungen sowie eine Baustelle für Kinder.

Wo: StadtPalais – Museum für Stuttgart,
Konrad-Adenauer-Str. 2,
70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten:

Di. bis So. 10–18 Uhr,
bei Sonderausstellungen ist Freitag
zusätzlich von 18–21 Uhr geöffnet

Kosten: Dauerausstellung,
Salonausstellung und Kinderbaustelle:
Eintritt frei. Sonderausstellung: regulär:
6 €/ mit gültigem VVS-Ticket / Abo:
4 €/ Gruppe 4 €/ kostenlos für Schüler:innen,
Studierende, Auszubildende,
Schwerbehinderte und Geflüchtete /
Freitags von 18–21 Uhr für alle frei

Kontakt: 0711.21 62 58 00,
stadtpalais@stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.stadtpalais-stuttgart.de/>



Württembergischer Kunstverein Stuttgart

Der Württembergische Kunstverein Stuttgart, der sich im Kunstgebäude Stuttgart am Schlossplatz befindet, zeigt etwa vier Ausstellungen zeitgenössischer Künstler pro Jahr. Mittwochs ist freier Eintritt für alle.

Wo: Württembergischer Kunstverein Stuttgart, Schlossplatz 2, 70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten:

Di. bis So. 11–18 Uhr, Mi. 11–20 Uhr

Kosten: regulär 5 € / ermäßigt 3 €, Mittwoch für alle Eintritt frei. An anderen Tagen kostenfrei für Schüler:innen

und Studierende aus Stuttgart. Sonntags 15 Uhr kostenfreie Führung

Kontakt: 0711.223370, zentrale@wkv-stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.wkv-stuttgart.de/>

Weitere Tipps für „Freizeit, Sport, Kultur und Museen“:

Café 72 in Bad Cannstatt, siehe S. 4

Offener Sonntag in Stuttgart-Mitte, siehe S. 4

Stattteiltreff OASE in Zuffenhausen, siehe S. 4

Tagesstätte Olga 46 in Stuttgart-Mitte, siehe S. 5

Die Wärmestube in Stuttgart-Mitte, siehe S. 5

Existenzsicherung, Sozialberatung und Krisen

Budgetberatung „Auskommen mit dem Einkommen“

Hier können Stuttgarter Bürger, die noch nicht hoch verschuldet sind, finanzielle Beratung bekommen. Es werden konkrete Techniken und Hilfsmittel an die Hand gegeben und geprüft, ob es möglich und sinnvoll ist, Sozialleistungen zu beantragen.

Wo: Zentrale Schuldnerberatung Stuttgart, Wilhelmsplatz 11, 70182 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Wer: Stuttgarter Bürger:innen

Kosten: Keine

Kontakt: 0711.24892960, praevention@zsb-stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://zsb-stuttgart.de/praevention/aeltere-menschen/budgetberatung-auskommen-mit-dem-einkommen>

Bürgerservice Leben im Alter

Der Bürgerservice Leben im Alter umfasst vielfältige Angebote zur Beratung und Unterstützung für ältere Menschen und ihre Angehörigen. Es wird nach passenden Lösungen gesucht, zum Beispiel zur Betreuung, Versorgung und Pflege. Bei diesem Angebot handelt es sich um eine Serviceleistung des Amtes für Soziales und Teilhabe der Landeshauptstadt Stuttgart. Die Beratung ist vertraulich und kostenlos.

Wo: Amt für Soziales und Teilhabe, Schwabenzentrum B2, Eberhardstr. 33, 70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch, Freitag 9–12 Uhr
Donnerstag 16–17 Uhr
(sowie nach Vereinbarung)

Wer: Jede:r

Kosten: Keine

Kontakt: 0711.21659099, lebenimalter@stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.stuttgart.de/buergerinnen-und-buerger/senioren/buergerservice-leben-im-alter.php>



Katholische Betriebsseelsorge

Sie begleitet und berät Menschen, die unter ihrer Arbeit oder Arbeitslosigkeit leiden. Die Beratung ist für alle Betroffenen offen und kostenfrei, unabhängig von Glauben oder Konfession. Folgende Beratungen werden durch ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter angeboten:

- Bewerbungsberatung
- Schuldnerberatung
- Berufsberatung und berufliche Rehabilitation
- Hilfe bei Unterlagen und Formularen Sozial-/Arbeitsamt
- Ämterbegleitung
- Coaching für Erwerbslose
- Seelsorgliche Gespräche

Außerdem gibt es Mittwochs einen

Treff für Erwerbslose mit Mittagessen, Bildungs- und Kulturprogramm, Gelegenheit zum gemeinsamen Beisammensein und Erwerbslosenausflug.

Wo: Katholische Betriebsseelsorge, Wiesbadener Str. 20, 70372 Stuttgart (Bad Cannstatt)

Wer: Alle Betroffenen, unabhängig von Glauben oder Konfession

Kontakt: 0711.56 10 84, stuttgart@betriebsseelsorge.drs.de

Bürozeiten: Mo. bis Fr. 9–12 Uhr
Mehr Infos zur Betriebsseelsorge: <https://betriebsseelsorge.de/arbeitsstelle/stuttgart/arbeitsfelder/betriebsseelsorge-stuttgart-beratungen-und-hilfen>

Mehr Infos zum Erwerbslosentreff: <https://betriebsseelsorge.de/arbeitsstelle/stuttgart/arbeitsfelder/erwerbslosenseelsorge>

Kompass – Orientierung, Beratung, Kontakt

Kompass gehört zur Kreisdiakoniestelle Stuttgart, und damit zum diakonischen Beratungs- und Unterstützungsdienst der Evangelischen Kirche in Stuttgart. Sie hat vier Standorte – Bad Cannstatt, Degerloch, Stuttgart-Mitte und Zuffenhausen – und deckt damit das gesamte Stadtgebiet ab. Sie bietet in Stuttgart-Stadtmitte:

- Lebensberatung
- Sozialrecht (SGB II, SGB XII)
- Grundsicherung
- Schuldenregulierung
- Mutter-Kind-Kuren

Für diese Stadtbezirke und Stadtteile ist die Stelle zuständig:

Stuttgart-Mitte, Stuttgart-Nord, Stuttgart-Ost, Stuttgart-Süd, Stuttgart-West, Botnang, Heslach, Haigst, Dachswald, Kaltental, Gablenberg, Raitelsberg, Killesberg

Wo: Kompass, Hospitalstraße 15, 70174 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Wer: Jede:r

Kosten: Keine

Kontakt: 0711.997 88 74, info@dbs-kompass.de

Mehr Infos: <https://www.kreisdiakoniestelle-stuttgart.de/standorte/stuttgart-mitte>

Kreisdiakoniestelle Stuttgart – Beratungsstelle Bad Cannstatt

Die Kreisdiakoniestelle Stuttgart ist der diakonische Beratungs- und Unterstützungsdienst der Evangelischen Kirche in Stuttgart. Sie hat vier Standorte – Bad Cannstatt, Degerloch, Stuttgart-Mitte und Zuffenhausen – und deckt damit das gesamte Stadtgebiet ab. Sie bietet in der Beratungsstelle Bad Cannstatt:

- Sozialberatung
- Lebensberatung
- Schuldnerberatung im Kontext der Existenzsicherung
- Beratung und Angebote für ältere Menschen und deren Angehörige
- Kurberatung für Mütter und Väter
- Vermittlung und Begleitung
- Diakonikacafé einmal monatlich
- Hausaufgabenhilfe für ausländische Schulkinder

Für diese Stadtbezirke und Stadtteile ist die Stelle zuständig:

Bad Cannstatt, Hallschlag, Burgholzhof, Sommerrain, Muckensturm, Mühlhausen, Neugereut, Hofen, Münster, Untertürkheim, Obertürkheim, Uhlbach, Rotenberg, Hedelfingen, Wangen, Rohracker und Frauenkopf

Wo: Kreisdiakoniestelle Stuttgart – Beratungsstelle Bad Cannstatt, Wilhelmstraße 8, 70372 Stuttgart (Bad Cannstatt)

Wer: Jede:r

Kosten: Keine

Kontakt: 0711.54 99 73 73, kreisdiakoniestelle-bad-cannstatt@elkw.de

Mehr Infos:

<https://www.kreisdiakoniestelle-stuttgart.de/standorte/bad-cannstatt>

Kreisdiakoniestelle Stuttgart – Beratungsstelle Degerloch

Die Kreisdiakoniestelle Stuttgart ist der diakonische Beratungs- und Unterstützungsdienst der Evangelischen Kirche in Stuttgart. Sie hat vier Standorte – Bad Cannstatt, Degerloch, Stuttgart-Mitte und Zuffenhausen – und deckt damit das gesamte Stadtgebiet ab. Sie bietet in der Beratungsstelle Degerloch:

- Sozialberatung (SGB II / Hartz IV, SGB XII / Grundsicherung im Alter)
- Lebensberatung
- Beratung und Angebote für ältere Menschen und deren Angehörige
- Vermittlung und Begleitung
- Kurberatung für Mütter und Väter
- MamaKreis – für Mütter nach der Kur oder die, die noch auf ihre Kur warten
- Auszeit für Eltern – Mini-Kur im Alltag
- Veranstaltungsreihe 55+
- Diakonikacafé einmal monatlich

Montags findet von 10–12 Uhr eine offene Sprechstunde statt, zu der man ohne Anmeldung kommen kann.

Für diese Stadtbezirke und Stadtteile ist die Stelle zuständig:



Asemwald, Birkach, Büsnau, Chausseefeld, Degerloch, Dürrolewang, Fasanenhof, Heumaden, Hohenheim, Lauchhau, Möhringen, Plieningen, Riedenbergl, Rohr, Schönberg, Sillenbuch, Sonnenberg, Steckfeld und Vaihingen

Wo: Kreisdiakoniestelle Stuttgart – Beratungsstelle Degerloch, Große Falterstraße 10, 70597 Stuttgart (Degerloch)

Wer: Jede:r

Kosten: Keine

Kontakt: 0711.764046, dbs@diakonie-degerloch.de

Telefonische Erreichbarkeit:

Mo. bis Fr. 9–13 Uhr, Do. 14–17 Uhr

Mehr Infos:

<https://www.kreisdiakoniestelle-stuttgart.de/standorte/degerloch>

Kreisdiakoniestelle Stuttgart – Beratungsstelle Zuffenhausen

Die Kreisdiakoniestelle Stuttgart ist der diakonische Beratungs- und Unterstützungsdienst der Evangelischen Kirche in Stuttgart. Sie hat vier Standorte – Bad Cannstatt, Degerloch, Stuttgart-Mitte und Zuffenhausen – und deckt damit das gesamte Stadtgebiet ab. Sie bietet in Zuffenhausen:

- Sozialberatung
- Lebensberatung
- Schuldnerberatung im Kontext der Existenzsicherung
- Beratung und Angebote für ältere Menschen und deren Angehörige
- Kurberatung für Mütter und Väter
- Vermittlung und Begleitung von Mütterkuren, Mutter-Kind-Kuren, Vater-Kind-Kuren

Für diese Stadtbezirke und Stadtteile ist die Stelle zuständig:

Bergheim, Feuerbach, Freiberg, Giebel, Hausen, Mönchfeld, Neuwirtshaus, Rot, Stammheim, Weilimdorf, Wolfbusch, Zazenhausen, Zuffenhausen

Wo: Kreisdiakoniestelle Stuttgart – Beratungsstelle Zuffenhausen, Ilsfelder Straße 10, 70435 Stuttgart (Zuffenhausen)

Wer: Jede:r

Kosten: Keine

Kontakt: 0711.872006, info@kds-zuffenhausen.de

Mehr Infos:

<https://www.kreisdiakoniestelle-stuttgart.de/standorte/zuffenhausen>

Krisen- und Notfalldienst Stuttgart

Der Krisen- und Notfalldienst Stuttgart steht allen Menschen offen, die in einer Notlage sofortige Hilfe benötigen. Psychische Probleme oder belastende Lebenssituationen wie Stress, Gewalterfahrung oder der Verlust eines nahestehenden Menschen können zu einer akuten Krisensituation führen.

Der Krisendienst berät am Telefon, in der Dienststelle oder – wenn nötig – auch direkt zu Hause. Er vermittelt darüber hinaus medizinische oder psychiatrische Hilfen und kooperiert mit anderen Notdiensten, wie z. B. Frauenhaus oder Notunterkünften.

Die Fachkräfte des Krisen- und Notfalldienstes unterliegen der Schweigepflicht. Die Leistungen sind für Hilfesuchende kostenlos.

Wo: Krisen- und Notfalldienst, Furtbachstr. 6

(Nebeneingang Furtbachklinik), 70178 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. ab 17.30 Uhr, Wochenende und Feiertag ab 13 Uhr

Wer: Alle, die in einer akuten Krise sind

Kosten: Keine

Kontakt: 0711.6465120, KND@eva-stuttgart.de

Telefonische Erreichbarkeit:

Mo. bis Fr. 9–24 Uhr, Wochenende und Feiertag 12–24 Uhr

Mehr Infos:

<https://www.eva-stuttgart.de/unsere-angebote/angebot/krisen-und-notfalldienst>

Evangelische Telefon- Seelsorge Stuttgart e.V.

Sie ist 24/7 für Menschen in Krisen da – unabhängig von Konfession, Alter, Thema, etc. Die Kontakte mit der TelefonSeelsorge sind kostenfrei und vertraulich. Außer Telefonseelsorge gibt es Mailseelsorge und Chatseelsorge.

Wer: Alle, die in einer akuten Krise sind, unabhängig von Konfession, Alter etc.

Kosten: Keine

Kontakt: 0800.111 0 111 oder

0800.111 0 222

Telefonische Erreichbarkeit: Rund um die Uhr, Mail- und Chatseelsorge: Nach Vereinbarung

Mehr Infos, Mail- und Chatseelsorge: <https://online.telefonseelsorge.de/>

Ruf und Rat – Telefon- seelsorge der Katholi- schen Kirche Stuttgart

Die Telefonseelsorge Ruf und Rat steht Menschen in Krisensituationen und persönlichen Notlagen Tag und Nacht offen. Sie ist für alle Menschen unabhängig von Religion, Nationalität, Alter und Einkommen da.

Wer: Alle, die in einer akuten Krise sind, unabhängig von Konfession, Alter etc.

Kosten: Keine

Kontakt: 0800.111 0 222

Telefonische Erreichbarkeit: Rund um die Uhr

Mehr Infos:

<https://www.kath-kirche-stuttgart.de/leben/seelsorge/telefonseelsorge/>

Übernachtungsmöglich- keiten bei (drohender) Obdachlosigkeit

Bei der eva (Evangelische Gesellschaft Stuttgart e. V.) und dem Caritasverband für Stuttgart e. V. gibt es Auflistungen von Übernachtungsmöglichkeiten bei drohender Wohnungslosigkeit oder Obdachlosigkeit.

Hier die Auflistung der eva:

www.eva-stuttgart.de/unsere-angebote/armut-wohnen-migration

Hier eine Auflistung der Caritas für Frauen:

<https://www.caritas-stuttgart.de/hilfeberatung/wohnungslos/wohnangebote/frauen/frauen>

Hier eine Auflistung der Caritas für Männer:

<https://www.caritas-stuttgart.de/hilfeberatung/wohnungslos/wohnangebote/maenner/maenner>

Zentrale Schuldnerberatung Stuttgart

Hier bekommen Stuttgarter Bürger:innen, die nicht mehr in der Lage sind, ihre Schuldsituation aus eigener Kraft zu bewältigen, fachliche und soziale Beratung aus einer Hand. Die Finanzierung erfolgt überwiegend durch die Landeshauptstadt Stuttgart und ist für Hilfesuchende kostenlos.

Wo: Zentrale Schuldnerberatung

Stuttgart, Wilhelmsplatz 11,
70182 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)
Wer: Stuttgarter Bürger:innen
Kosten: Keine
Kontakt: 0711.72 69 75-44,
info@zsb-stuttgart.de
Telefonische Erreichbarkeit:
Mo., Mi. und Fr. 9–11.30 Uhr,
Mi. 13.30–16.30 Uhr
Mehr Infos: <https://zsb-stuttgart.de/>

*Weitere Tipps für
„Existenzsicherung,*

Sozialberatung und Krisen“:

Café 72 in Bad Cannstatt,
siehe S. 4
Offener Sonntag in Stuttgart-Mitte,
siehe S. 4
Stadtteiltreff OASE in Zuffenhausen,
siehe S. 4
Tagesstätte Olga 46 in Stuttgart-Mitte,
siehe S. 5
Die Wärmestube in Stuttgart-Mitte,
siehe S. 5

Medizinische Hilfe

Befreiung von Zuzahlungen an die gesetzlichen Krankenkassen

Es gibt eine Höchst- beziehungsweise Belastungsgrenze, über die hinaus man sich von Zuzahlungen für Medikamente und sonstige medizinische Maßnahmen befreien lassen kann.

Mehr dazu hier:

<https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/gesundheitspflege/krankenversicherung/zuzahlungen-die-regeln-fuer-eine-befreiung-bei-der-krankenkasse-11108>
Infos speziell für Bürgergeldempfänger:innen dazu gibt es hier:
<https://www.buergergeld.org/news/zuzahlungsbefreiung-fuer-medikamente-das-gilt-fuer-buergergeld-beduerftige/>

Für Bürgergeldempfänger:innen gibt es eine Härtefallregelung bei Zahnbehandlungen.

Mehr Infos dazu hier:

<https://www.buerger-geld.org/news/haertefall-bei-zahnbehandlung-dank-buergergeld/>

Malteser Medizin für Menschen ohne Krankenversicherung (MMM)

Hier finden Menschen, die sich in einer Notsituation befinden und keine Kran-

kenversicherung haben, einen Arzt, der die Erstuntersuchung und Notfallversorgung bei plötzlicher Erkrankung, Verletzung oder einer Schwangerschaft übernimmt.

Wo: Malteser Medizin für Menschen ohne Krankenversicherung, Böheimstr. 40 (Nähe Marienhospital), 70199 Stuttgart (Stuttgart-Süd)
Wer: Menschen ohne Krankenversicherung
Wann: Jeden Mittwoch 10–14 Uhr
Kosten: keine
Kontakt: 0711.925 82-39,
Regine.Martis-Cisic@malteser.org
Mehr Infos: <https://www.malteser.de/standorte/stuttgart/menschen-ohne-krankenversicherung.html>

MedMobil

Das MedMobil bietet unabhängig vom Krankenversicherungsstatus medizinische Basisversorgung in Form von ärztlicher Hilfe und Aufklärung zu gesundheitlichen Fragen, außerdem Verbandswechsel und Wundversorgung. Bei Bedarf erfolgt eine unbürokratische Vermittlung zu niedergelassenen Ärzten oder zu Kliniken.

Wo: an verschiedenen Standorten in Stuttgart
Wer: Jede:r, auch ohne Krankenversicherung
Kosten: Keine
Kontakt: 0711.520454513,
medmobil@ambulantehilfestuttgart.de

Hier die Standorte und Zeiten des MedMobils:

<https://ambulantehilfestuttgart.de/index.php/medmobil>

Hier weitere Informationen zum MedMobil:

<https://ambulantehilfestuttgart.de/index.php/medmobil/medmobil-in-stuttgart>

*Weitere Tipps für
„Medizinische Hilfe“:*

Tagesstätte Olga 46 in Stuttgart-Mitte,
siehe S. 5



Was Armutsbetroffenen sonst noch zusteht

Befreiung vom Rundfunkbeitrag

Empfänger von Sozialleistungen können sich vom Rundfunkbeitrag befreien lassen sowie Personen, die keine Sozialleistungen bekommen, weil ihr Einkommen eine bestimmte Grenze knapp überschreitet. Eine Befreiung oder Ermäßigung ist unter bestimmten Voraussetzungen auch für Menschen mit Behinderungen möglich.

Mehr Infos hier:

https://www.rundfunkbeitrag.de/ausnahmen_von_der_rundfunkbeitragspflicht/index_ger.html

Bürgergeld

Wenn Sie arbeiten und trotzdem hilfebedürftig sind oder arbeitssuchend sind, kann Sie das Jobcenter finanziell unterstützen.

Mehr Infos:

<https://www.arbeitsagentur.de/arbeitslos-arbeit-finden/buergergeld>

Eine Übersicht aller Zweigstellen der Jobcenter, in denen Sie Bürgergeld beantragen können, finden Sie hier: <https://www.stuttgart.de/jobcenter>

Nachteilsausgleich für behinderte Menschen

Behinderte Menschen haben gesetzlichen Anspruch auf Nachteilsausgleich. Das Regierungspräsidium Stuttgart hat eine Auflistung dazu herausgegeben, Stand 1.8.2023:

https://rp.baden-wuerttemberg.de/fileadmin/RP-Internet/Themenportal/Soziales/Feststellen_einer_Behinderung/Dokumente/AusgleichBehinderung.pdf

Informationen und Dokumente zum Antrag auf Schwerbehinderung finden sich hier:

<https://www.stuttgart.de/organigramm/leistungen/schwerbehinderten-ausweis-beantragen.php>

Weitere soziale Leistungen in Stuttgart

Es gibt viele Gründe, warum Menschen in eine wirtschaftliche Notlage geraten. Die Sozialhilfe soll Menschen, die sich nicht mehr selbst helfen können, und auch keine ausreichenden Ansprüche im Sozialversicherungssystem haben, ein menschenwürdiges Leben ermöglichen. Es wird unterschieden zwischen Sozialleistungen und freiwilligen Leistungen. Während die einen gesetzlich vorgeschrieben sind, handelt es sich bei den freiwilligen Leistungen um eine zusätzliche Unterstützung der Stadt Stuttgart. Beispiele für Sozialleistungen sind:

- Sozialhilfe
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung
- Grundsicherung für Arbeitssuchende
- Wohngeld

Freiwillige Sozialleistungen der Stadt Stuttgart sind z. B.:

- die Bonuscard + Kultur
- die FamilienCard
- Fahrgutscheine für Schwerstgehinderte

Wo: Amt für Soziales und Teilhabe, Schwabenzentrum B2, Eberhardstr. 33, 70173 Stuttgart (Stuttgart-Mitte)

Wer: Bedürftige

Kontakt: 0711.21659-000, poststelle.sozialamt@stuttgart.de

Mehr Infos:

<https://www.stuttgart.de/leben/soziales/soziale-leistungen/#soziale-leistungen>



Sonstiges

amuvee

Hilfe für alleinerziehende Mütter und Väter mit Suchmaschine für Förderungen und andere Angebote:

<https://www.amuvee.de/#/>

Buch mit Tipps zum Energiesparen

„Energie sparen: Das Energiesparen Buch mit über 60 spannenden Alltagstipps zum Heizen, Stromsparen und mehr“ von Uwe Koopmann. Kostet als Kindle-Ausgabe nur 3,99 €, als Taschenbuch 14,85 €.

CHECK24

Vergleichsportal, hier kann man die günstigsten Anbieter für Strom, Gas, Internet, Versicherungen, Kredite, Handyverträge einfach recherchieren und, wenn man will, gleich einen Vertrag abschließen. Außerdem kann man Preise für Autoreifen, Reisen, Hotels, Ferienwohnungen und Mietwagen vergleichen und diese ggfs. kaufen bzw. buchen.

Mehr Infos: <https://www.check24.de/>

Fragen und Antworten zum Pfändungsschutzkonto

Informationen über die Umwandlung eines Girokontos in ein Pfändungsschutzkonto, wenn eine Pfändung droht oder schon erfolgt ist. Dadurch ist der gesetzlich vorgeschriebene Freibetrag nutzbar, um zum Beispiel Miete oder Nahrungsmittel zu bezahlen:

<https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/geld-versicherungen/kreditschulden-insolvenz/fragen-und-antworten-zum-pfaendungsschutzkonto-pkonto-5959>

NordPool – der Tauschring in Stuttgart

Hier finden sich Menschen zusammen, die bereit sind, ihre Kenntnisse und Fähigkeiten anderen zur Verfügung zu stellen, um dafür im Gegenzug deren Hilfe „einzutauschen“ – und dies, ohne dass dabei auch nur ein einziger Euro fließt.

Wer: Jede:r

Kosten: 10 € Mitgliedsbeitrag im Jahr

Kontakt: 0711.889 17 67 (Erwin Mack), erwinmack@arcor.de

Mehr Infos:

<https://nordpool-stuttgart.de/>

Die Tiertafel Stuttgart-Rot

Hilfe für Bedürftige mit Tier. Gegründet vom Tierschutzverein „Hilfe für Pfoten e. V.“. Hier gibt es Futter, Katzenstreu und Tierzubehör kostenlos. Einmalige Anmeldung erforderlich.

Wo: Haldenreinstraße 182,

70437 Stuttgart (Zuffenhausen)

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 9–16 Uhr,

Sa. 9–13 Uhr

Wer: Menschen mit Tieren, die in eine finanzielle Notlage geraten sind (muss nachgewiesen werden, zum Beispiel mit Bürgergeldbescheid, Rentenbescheid, Aufstockungsbescheid, fürs Tier mit z. B. Kaufbeleg, Impfausweis, Hundesteuerbescheid)

Kosten: Keine

Kontakt: 0173.438 62 98

Mehr Infos:

<https://www.facebook.com/groups/994218811660310/posts/1043912470024277/>

verivox

Vergleichsportal, auf dem man die günstigsten Anbieter für Strom, Gas, Internet, Versicherungen, Kredite oder Handyverträge einfach recherchieren und, wenn man will, gleich einen Vertrag abschließen kann.

Mehr Infos:

<https://www.verivox.de>



Alphabetisches Register

amuvee	26	Kinderkaufhaus ZORELLA	8	Repair-Café Plieningen	12
BahnCard (ermäßigt)	13	Kleinanzeigen	8	Repair-Café Rohr-Dürtlewang	12
Befreiung vom Rundfunkbeitrag	25	Klinke – Sommermusikfestival im Merlin	19	Repair-Café Sillenbuch	12
Befreiung von Zuzahlungen an die gesetzlichen Krankenkassen	24	Kompass – Orientierung, Beratung, Kontakt	22	Repair-Café Stuttgart-Mitte	12
bewegt & aktiv:		Kostenlose Aktivitäten für Familien in und um Stuttgart	18	Repair-Café Stuttgart-West	12
Fit und gesund im Alter	19	Kostenloses WLAN	16	Repair-Café Weilimdorf	13
BlaBlaCar Bus	14	Kreisdiakoniestelle Stuttgart – Beratungsstelle Degerloch	22	Repair-Café Zuffenhausen	13
Bonuscard + Kultur	18	Kreisdiakoniestelle Stuttgart - Beratungsstelle Zuffenhausen	23	Ruf und Rat – Telefonseelsorge der Katholischen Kirche Stuttgart	23
Buch mit Tipps zum Energiesparen	26	Kreisdiakoniestelle Stuttgart - Beratungsstelle Bad Cannstatt	22	Schwäbische Tafel Stuttgart e. V. / Tafel Feuerbach	6
Budgetberatung „Auskommen mit dem Einkommen“	21	Krisen- und Notfalldienst Stuttgart	23	Second-Hand-Sozialkaufhäuser im Verbund der Neuen Arbeit	7
Bürgergeld	25	LogInBus –		Sozialmietwohnungen der Stadt Stutt- gart / Wohnberechtigungsschein	9
Bürgerservice Leben im Alter	21	Digitale Teilhabe für alle	16	Sport im Park	19
busliniensuche –		Malteser Medizin für Menschen ohne	24	Staatsgalerie Stuttgart	20
Der Fernbus im Vergleich	14	Krankenversicherung (MMM)	24	Städtisches Lapidarium	20
Café 72	4	MedMobil	24	StadtPalais - Museum für Stuttgart	20
Calesthenics	19	Mietervereine	9	Stadtteiltreff OASE	4
CHECK24	26	Mitfahrgelegenheiten	15	Straßen-Universität Stuttgart	16
Chöre in Stuttgart	19	Museum Hegel-Haus	20	Stuttgarter Stadtbibliothek	15
Deutschland-Ticket	13	Nachteilsausgleich für behinderte Menschen	25	Supp_optimal – Essen für alle	4
Die Tiertafel Stuttgart-Rot	26	NordPool –		Tagesstätte Olga 46	5
Die Wärmestube	5	der Tauschring in Stuttgart	26	Too good to go	6
E-Lastenrad-Verleih		Offener Sonntag – Begegnung und Kultur für alle	4	TREFFPUNKT Rotebühlplatz – Lernen. Bildung.Kultur	15
„Stuttgarter Rössle“	14	Onlineshops für gebrauchte Bücher und mehr	17	Trimm-Dich-Pfade	19
Evangelische TelefonSeelsorge Stuttgart e.V.	23	Oxfam Buchshop Stuttgart	17	Übernachtungsmöglichkeiten bei (drohender) Obdachlosigkeit	23
eva's Media-Raum	16	Oxfam Shop Stuttgart	8	Umsonst & Draußen Stuttgart	19
eva's Tisch	4	plattsalat e.V	6	verivox	26
Fahrgutscheine für		Quoka.de	8	Verschenmarkt Stuttgart	9
Schwerstgehbehinderte	14	Raupe Immersatt	6	Vesperkirche	5
Fahrrad-Service-Stationen	10	Repair-Café Botnang	11	Wanderungen	19
FAIRKAUF	7	Repair-Café Bürgerinitiative	11	Weitere soziale Leistungen in Stuttgart	25
FamilienCard	18	Burgholzhof	11	Wilhelma – Zoologisch-Botanischer Garten Stuttgart	18
Flixbus	15	Repair-Café Fasanenhof	11	Wohnungsgenossenschaften	10
Floh- und Trödelmärkte	8	Repair-Café Freiberg	11	Württembergischer Kunstverein Stuttgart	20
Foodsharing	5	Repair-Café im HOBBYHIMMEL in Feuerbach	11	Zentrale Schuldnerberatung Stuttgart	23
Fragen und Antworten zum Pfändungsschutzkonto	26	Repair-Café Kaltental	11	„Zuffka“ in Zuffenhausen	14
Fundsachen-Versteigerung	8	Repair-Café Lauchhau-Lauchäcker	11		
Haus des Waldes	19	Repair-Café Neugereut	12		
Interrail: Das Zugticket für Europa	14				
Jedermann-Monats-Ticket für Stuttgart	13				
mit Bonuscard-Ermäßigung	21				
Katholische Betriebsseelsorge	21				
Kinderfahrrad Angebot	14				
„Rössle Kids“					



hier können Sie die Spartipps als PDF herunterladen:
<https://www.neuearbeit.de/downloads/spartipps.pdf>

Sozialunternehmen NEUE ARBEIT gGmbH
Demokratiebegleiter:innen
Gottfried-Keller-Str. 18c
70435 Stuttgart
demokratiebegleiter@neuearbeit.de

Vesperkirche Stuttgart
Leonhardskirche
Leonhardsplatz 26
70182 Stuttgart