



Verband alleinerziehender Mütter und Väter  
Landesverband Niedersachsen e.V.



SERVICE

## WIR SIND FÜR SIE DA!

Sie befinden sich hier:

[Startseite Niedersachsen](#)

[Service](#)

[Interessante Links](#)

### Hilfe und Information

#### **Familienportal der Landesregierung**

[www.familien-mit-zukunft.de](http://www.familien-mit-zukunft.de)

#### **FreiwilligenServer Niedersachsen**

[www.freiwilligenserver.de](http://www.freiwilligenserver.de)

#### **Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen e.V.**

[www.gesundheit-nds.de](http://www.gesundheit-nds.de)

#### **Arbeitsgemeinschaft der Jugendämter**

[www.agjae.de](http://www.agjae.de)

#### **Erwerbslosenverein 'Tacheles e.V.'**

[www.tacheles-sozialhilfe.de](http://www.tacheles-sozialhilfe.de)

#### **Oberlandsgericht Oldenburg**

[www.olg-oldenburg.de](http://www.olg-oldenburg.de)

#### **Nummer gegen Kummer**

*Elterntelefon*

0800/111 0550

[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

### **Das Hilfetelefon**

*Beratung und Hilfe für Frauen*

0800/0116 016

[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)

### **Telefonseelsorge**

0800/111 0111 oder 0800/111 0222

[www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)

### **Schuldnerberatung**

[www.vz-schuldnerberatung.de](http://www.vz-schuldnerberatung.de)

### **Bildungsprämie**

*Beruflich auf dem neuesten Stand*

0800/2623000

[www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info)

### **Ev. Dorfhelferinnen Netzwerk Niedersachsen**

[www.dhw-nds.de](http://www.dhw-nds.de)

### **Infos Haushaltshilfe Krankenkasse**

[www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de)

### **Landesstiftung Familie in Not**

[soziales.niedersachsen.de](http://soziales.niedersachsen.de)

## Recht und Finanzen

- > ALG I Rechner/SGB III
- > ALG II/Hartz IV Rechner
- > Antrag auf Bildungs- und Teilhabepaket
- > BAB Rechner
- > BAföG
- > Elterngeldrechner
- > Familienwegweiser
- > Gehaltsrechner
- > Kinderzuschlagrechner

-> Mietrecht

-> Was mache ich mit meinen Schulden? Schufa Auskunft nach  
Paragraf 34 BDSG

-> Strom-/Gasrechner

-> Wohngeldrechner