

Willkommen im Kanton Freiburg

Deutsch/Leichte Sprache



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Bureau de l'intégration des migrant-e-s
et de la prévention du racisme IMR
Fachstelle für die Integration der MigrantInnen
und für Rassismusprävention IMR



Einführung

Die Broschüre «Willkommen im Kanton Freiburg» ist für Personen, die neu im Kanton Freiburg wohnen. Hier finden Sie Informationen über das Leben im Kanton Freiburg und wichtige Adressen.

In dieser Broschüre verwenden wir oft die männliche Form. Zum Beispiel ein Einwohner, ein Arzt. Die Person kann aber ein Mann oder eine Frau sein.

«Willkommen im Kanton Freiburg» gibt es in 12 Sprachen. Diese Broschüre ist die 12. Ausgabe. Sie ist in **Leichter Sprache** geschrieben. Leichte Sprache ist leicht verständliches Deutsch.

Warum Leichte Sprache?

Leichte Sprache hilft allen Menschen. Zum Beispiel:

- Personen, die Schwierigkeiten beim Lesen haben
- Personen aus einem anderen Land, die noch nicht gut Deutsch verstehen



Die Broschüre trägt das Logo «Leichte Sprache».



Das Logo «Leichte Sprache» bedeutet:

- die Regeln für Leichte Sprache werden verwendet. Zum Beispiel: einfache und kurze Sätze.
- Personen mit Schwierigkeiten beim Lesen oder fremdsprachige Personen verstehen den Text.

Diese Broschüre ist auf Sprachstufe A2 geschrieben.

Inhalt

Seite



1. Willkommen..... 6



2. Wie Sie diese Broschüre benutzen..... 8



3. Das Zusammenleben in Freiburg 9



4. Neu im Kanton Freiburg..... 13



5. Meine Rechte und Pflichten..... 16



6. Die Sprache sprechen und verstehen
(Deutsch oder Französisch)..... 20



7. Wohnen..... 25



8. Verkehrsmittel (Zug, Bus, Auto...) 30



9. Arbeit, Sozial-Versicherung, Geld und Steuern..... 35



10. Gesundheit..... 45



11. Notruf-Nummern	55
---------------------------------	----



12. Ehe und Familienleben	56
---------------------------------	----



13. Bildung und Schulpflicht für Kinder.....	66
--	----



14. Einen Beruf lernen (ab 15 Jahren)	74
---	----



15. Schutz von Natur und Umwelt	79
---------------------------------------	----



16. Freizeit und Aktivitäten im Kanton Freiburg	83
---	----



17. Die Schweizer Politik	90
---------------------------------	----



18. Die Karte des Kantons Freiburg	96
--	----



19. Nützliche Wörter für den Alltag	99
---	----

1. Willkommen



Sie wohnen seit kurzer Zeit im Kanton Freiburg.
Im Namen des Kantons und aller Einwohner heisse ich Sie herzlich willkommen!

In dieser Broschüre finden Sie viele **Informationen** über das Leben im Kanton Freiburg.
Die Broschüre hilft Ihnen, sich einzuleben.

Freiburg ist ein aktiver Kanton.
Es gibt viele Freizeit-Angebote im Kanton Freiburg.

Freiburg liegt an der Grenze von 2 Regionen der Schweiz.
Die 2 Regionen sind:

- die West-Schweiz: Hier spricht man Französisch
- die Deutsch-Schweiz: Hier spricht man Deutsch und Schweizerdeutsch

Der Kanton Freiburg ist wie eine Brücke zwischen den 2 Regionen. Eine Brücke zwischen den Sprachen und den Kulturen.

Der Kanton Freiburg möchte den Einwohnern ein gutes Leben ermöglichen:

- für sie und ihre Familien
- in der Gesellschaft
- bei der Arbeit

Deshalb bietet der Kanton:

- Schulen und Ausbildungsplätze
- gute öffentliche Dienste (Gesundheit, Transport, Polizei...)
- Arbeitsplätze

Der Kanton Freiburg fördert den Kontakt zwischen allen Menschen:

- zwischen Jung und Alt
- zwischen Schweizern und Ausländern

Jede Person hat ihren Platz im Kanton.

Für ein gutes Miteinander beteiligen sich alle Menschen am Leben im Kanton.

Im Kanton Freiburg gibt es viele Vereine und Gruppen. Zum Beispiel Sing-Gruppen oder Sport-Vereine.

Sie möchten sich bei uns wohlfühlen?

Seien Sie aktiv, nehmen Sie am Leben im Kanton Freiburg teil. Lernen Sie die Freiburger kennen.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie schöne Dinge entdecken. Und dass Sie im Kanton Freiburg nette Menschen kennenlernen.

Romain Collaud
Staatsrat

2. Wie Sie diese Broschüre benutzen



Wenn Sie im Kanton Freiburg neu sind, lernen Sie viel Spannendes.

In dieser Broschüre finden Sie nützliche Informationen.

Weitere Auskünfte erhalten Sie:

- bei Ihrer Gemeinde
- bei den verschiedenen Büros und Diensten, die Sie in dieser Broschüre finden

Sprechen Sie mit Ihren Nachbarn, Arbeitskollegen oder Freunden.

Auch sie können Ihnen nützliche Informationen geben.

In der Mitte der Broschüre finden Sie die wichtigsten Notruf-Nummern.

Am Ende der Broschüre finden Sie:

- eine Karte des Kantons Freiburg
- allgemeine Informationen über den Kanton
- eine Liste wichtiger Wörter mit Erklärungen

3. Das Zusammenleben in Freiburg



Alle Menschen sind verschieden. Im Kanton Freiburg sind alle neuen Personen willkommen. Die Menschen respektieren einander. So gelingt das Zusammenleben gut.

Kanton, Bezirke und Gemeinden



Die Schweiz hat **26 Kantone**.
Freiburg ist einer der Schweizer Kantone.

Im Kanton Freiburg gibt es:

- 334'000 Einwohner (Jahr 2022)
- 7 Bezirke (ein Bezirk ist ein Teil des Kantons)
- 128 Gemeinden (eine Gemeinde ist eine Stadt, ein Dorf oder mehrere Dörfer zusammen)

Das sind die **7 Bezirke**: Broye, Glane, Greyerz, See, Saane, Sense und Vivisbach.

Die Hauptstadt des Kantons ist die Stadt Freiburg.
Freiburg hat 38'000 Einwohner (Jahr 2022).

Hier finden Sie weitere Informationen über den Kanton Freiburg:

www.fr.ch

Offizielle Sprachen



Der Kanton Freiburg ist zweisprachig. Das bedeutet:
Wir sprechen 2 Sprachen: **Deutsch** und **Französisch**.

In den Büros des Kantons können Sie sich auf Deutsch oder Französisch unterhalten.

Ausländische Personen



Im Kanton Freiburg leben rund 84'000 ausländische Personen (Jahr 2022).

Die Portugiesen bilden die Mehrheit (26'000 Personen).

Die Integration in die Gesellschaft



Die ausländischen Personen im Kanton Freiburg kommen aus mehr als 160 Ländern.

Der Kanton Freiburg hilft allen Einwohnern, gut zusammen zu leben.

Der Kanton Freiburg unterstützt die **Integration**.

Bei der Integration geht es darum, dass Menschen aus verschiedenen Ländern gut zusammenleben.

Eine Person ist integriert, wenn sie sich an ihrem neuen Wohnort wohl fühlt.

Sie spricht die Sprache. Sie hat Freunde.

Sie hat Freizeit-Aktivitäten und eine Arbeit.

Die Fachstelle für die Integration von MigrantInnen und für Rassismusprävention und das kantonale Sozialamt bieten verschiedene Unterstützungsangebote an:

- Kurse für Deutsch und Französisch
- Kurse zum besseren Kennenlernen der Schweiz
- Projekte für ein besseres Zusammenleben
- Unterstützung der sozialen und beruflichen Integration

Die Firma ORS Service AG und das Hilfswerk Caritas Schweiz betreuen **Asylsuchende** und **Flüchtlinge**.

Sie kümmern sich zum Beispiel um einen Platz zum Wohnen und um die Integration. In den Gemeinden gibt es auch Delegierte, die sich mit der Integration beschäftigen.

Fachstelle für die Integration der MigrantInnen
und für Rassismusprävention IMR
Reichengasse 26
1700 Freiburg
Tel. 026 305 14 85
www.fr.ch/de/imr

Kantonales Sozialamt KSA
Route des Cliniques 17
1700 Freiburg
Tel. 026 305 29 92
www.fr.ch/ksa

Stadt Freiburg
Sektor des Gesellschaftlichen Zusammenhaltes
Rue de l'Hôpital 2
1700 Freiburg
Tel. 026 351 71 06
www.ville-fribourg.ch/de/gesellschaftlicher-zusammenhalt

Stadt Bulle
Integrationsdienst
Grand-Rue 7
1630 Bulle
Tel. 026 919 18 35
www.bulle.ch/integration

ORS Service AG
Route du Petit-Moncor 1A
1752 Villars-sur-Glâne
Tel. 026 425 41 41
www.ors.ch

Caritas Schweiz
Boulevard de Pérolles 55
1700 Freiburg
Tel. 026 425 81 00
www.caritas.ch

4. Neu im Kanton Freiburg



Ihre neue **Gemeinde** gibt Ihnen nützliche Informationen.
Die Gemeinde ist der Ort, an dem Sie leben.
Eine Stadt oder ein Dorf.

Melden Sie sich an



**Sind Sie in einer Gemeinde des Kantons Freiburg?
Wollen Sie länger als 3 Monate bleiben?**

Sie müssen sich persönlich auf der Gemeinde anmelden.
Dazu haben Sie 2 Wochen Zeit.

Wo können Sie sich anmelden?



Sind Sie Schweizer?

Wenden Sie sich direkt an Ihre neue Gemeinde.

Haben Sie keinen Schweizerpass?

Sie wohnen bereits im Kanton Freiburg:
Melden Sie sich bei Ihrer neuen Gemeinde an.

Sie kommen aus einem anderen Schweizer Kanton
oder einem anderen Land:
Sie müssen sich an 2 Orten anmelden:

- 1) Melden Sie sich zuerst beim Amt für Bevölkerung und Migration (BMA) an.
Nehmen Sie Ihren Reisepass mit.
- 2) Melden Sie sich dann bei Ihrer neuen Gemeinde an.

Amt für Bevölkerung und Migration BMA
Route d'Englisberg 11
1763 Granges-Paccot
Tel. 026 305 14 92
www.fr.ch/bma

Gut leben in Ihrer Gemeinde



Möchten Sie sich in Ihrer neuen Gemeinde wohl fühlen?
Möchten Sie neue Leute kennen lernen?

Nehmen Sie an Aktivitäten teil, die Sie interessieren.

Von **Ihrer Gemeinde** erhalten Sie Informationen über das Leben in Ihrer Gemeinde:

- Sportvereine (Fussball, Fitness-Studio...)
- Sing- und Musikgruppen (Chor, Orchester...)
- andere Aktivitäten

Sie finden auch Informationen:

- auf den Informations-Tafeln der Gemeinde-Verwaltung
- auf der Website Ihrer Gemeinde

Hier finden Sie zum Beispiel Informationen über die Stadt Freiburg:

www.ville-fribourg.ch/de/willkommen

Weitere Informationen



Haben Sie Fragen zu:

- Gesundheit
- Familie
- Versicherung
- Arbeit
- andere Themen

«Freiburg für alle» berät Sie und hilft Ihnen, die richtigen Adressen zu finden. Dieser Dienst ist kostenlos.

«Freiburg für alle» Ffa
Rue du Criblet 13
1700 Freiburg
Tel. 0848 246 246
www.fr.ch/ffa

Zeitungen, Radio und Fernsehen



In Zeitungen, im Radio, im Fernsehen und im Internet finden Sie viele Informationen über den Kanton Freiburg.

Im Kanton Freiburg gibt es Zeitungen auf Deutsch und Französisch. Zum Beispiel:

- Freiburger Nachrichten
- La Liberté
- La Gruyère

In diesen Zeitungen finden Sie viele Informationen über das tägliche Leben.

Es gibt auch Radiosender und Fernsehsender aus Freiburg und der Schweiz:

- Radio Freiburg
- SRF
- La Télé

5. Meine Rechte und Pflichten



Damit das Zusammenleben funktioniert, hat jeder Einwohner Rechte und Pflichten.

Die Rechte und Pflichten stehen in den Gesetzen und in der Verfassung. Die Gesetze und die Verfassung sind die Regeln von einem Staat.

Was ist ein Staat?

Ein Staat setzt sich aus mehreren Teilen zusammen:

- Volk (Einwohner)
- Regierung und Verwaltung
- Gerichte

Ihre Rechte: Was Sie gemäss Gesetz und Verfassung tun und verlangen können. Sie dürfen zum Beispiel sagen, was Sie denken. Das ist Ihr Recht.

Sie haben auch das Recht, Ihre Religion zu wählen. Und Sie haben das Recht, zu heiraten.

Ihre Pflichten: Was Sie gemäss Gesetz und Verfassung tun und respektieren müssen. Sie müssen zum Beispiel Ihre Steuern bezahlen. Sie müssen sich beim Autofahren an die Geschwindigkeits-Begrenzung halten.

Der Kanton Freiburg ist eine Demokratie.

In einer Demokratie entscheidet das Volk auf 2 Arten:

- Abstimmungen: Das Volk stimmt über die Gesetze und die Verfassung des Kantons ab.
- Wahlen: Das Volk wählt die Behörden im Kanton, in den Bezirken und Gemeinden.

Der Staat setzt sich dafür ein, dass alle Einwohner gut zusammen leben können.

Und dass alle Einwohner sich weiterentwickeln können.

Manchmal kann der Staat die Rechte von einer Person oder von einer Gruppe einschränken. Zum Beispiel:

- wenn eine Person die Rechte und die Freiheit einer anderen Person nicht respektiert
- wenn die Sicherheit, Ordnung und Gesundheit von allen Einwohnern wichtiger sind als die Rechte von einer einzelnen Person

Die Rechte von ausländischen Personen



Sind Sie eine ausländische Person? Beantragen Sie kein Asyl?

Die Kontaktstelle Schweizer-Immigranten CCSI berät Sie über Ihre Rechte und Pflichten.

Die CCSI bietet:

- Zuhören und Begleitung
- Rechtsberatung

Die CCSI gibt Ihnen Informationen, zum Beispiel über:

- die Aufenthalts-Bewilligung (das Recht, in der Schweiz zu leben)
- den Familiennachzug
Mit dem Familiennachzug holen Sie einen Verwandten in die Schweiz.

Kontaktstelle Schweizer-Immigranten CCSI
Rue des Alpes 11
1700 Freiburg
Tel. 026 424 21 25
<https://ccsi-fr.ch/de>

**Beantragen Sie Asyl?
Sind Sie ein Flüchtling?**

Brauchen Sie eine Beratung zu Asylfragen (zum Beispiel Regeln, Verfahren)?

Dann kontaktieren Sie:

Caritas Schweiz
Rechtsberatung
Av. de Beauregard 10
1700 Freiburg
Tel. 026 552 50 40
www.caritas.ch

**Sind Sie eine ausländische Person?
Sind Sie seit mehr als 3 Monaten in der Schweiz?
Haben Sie keine Aufenthalts-Bewilligung?**

Das ist per Gesetz verboten.

Aber Sie haben das Recht auf Hilfe und Pflege.

Melden Sie sich bei:

Fri-Santé - Pflegebereich
Boulevard de Pérolles 30
1700 Freiburg
Tel. 026 341 03 30
www.frisante.ch/de

Allgemeine Beratung erhalten Sie hier:

Kontaktstelle Schweizer-Immigranten CCSI
Rue des Alpes 11
1700 Freiburg
Tel. 026 424 21 25
<https://ccsi-fr.ch/de>

Kein Rassismus



In der Verfassung stehen die höchsten Regeln der Schweiz:
Niemand darf diskriminiert werden.

Zum Beispiel wegen:

- der Herkunft
- der Hautfarbe
- der Religion

Alle Menschen sind verschieden.

Aber manche Menschen denken, dass sie besser
sind als andere Menschen.

Sie respektieren diese anderen Menschen nicht.

Dazu sagt man: **Rassismus** oder **rassistische Diskriminierung**.

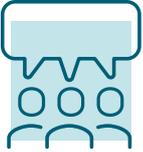
Verhält sich eine Person Ihnen gegenüber rassistisch?

Bei der Fachstelle Info-Rassismus Freiburg erhalten Sie Hilfe.
Sie können mit einer Fachperson über Ihre Situation reden.
Die Beratung ist kostenlos.

**Ein Dolmetscher unterstützt Sie.
Er übersetzt alles in Ihre Sprache.**

Info-Rassismus Freiburg
Caritas Schweiz
Boulevard de Pérolles 55
1700 Freiburg
Tel. 026 425 81 00
www.inforacisme.ch/de

6. Die Sprache sprechen und verstehen (Deutsch oder Französisch)



Es ist wichtig, Deutsch oder Französisch zu sprechen und zu verstehen. So können Sie mit anderen Menschen reden. Sie fühlen sich im Kanton Freiburg wohl.

Kurse für Deutsch und Französisch



Vereine, Schulen und Gemeinden organisieren Deutsch-Kurse und Französisch-Kurse für neue Einwohner.

Die Liste der Sprachkurse finden Sie auf den Websites:

www.fr.ch/de/imr
www.colamif.ch/de

Sommerkurse für fremdsprachige Kinder



**Sind Sie eine ausländische Person?
Haben Sie Kinder?**

Ihre Kinder können jedes Jahr in den Ferien Sommerkurse besuchen (Deutsch und Französisch).

Eine Liste der Sommerkurse für Ihre Kinder finden Sie auf der Website:

www.fr.ch/osso

Sprachkurse und Mathematik-Kurse für junge Migranten



**Sind Sie eine ausländische Person?
Sind Sie zwischen 16 und 25 Jahre alt?
Wollen Sie Sprachkurse und Mathematik-Kurse besuchen?**

Wenden Sie sich an:

Amt für Berufsbildung BBA
Derrière-les-Remparts 1
1700 Freiburg
Tel. 026 305 25 00
www.fr.ch/bba

Besser lesen und schreiben lernen



Für manche Menschen ist es schwierig, einen Text zu lesen und eine Nachricht zu schreiben.

Möchten Sie besser lesen und schreiben lernen?
Der Verein Lesen und Schreiben bietet dazu Kurse für Erwachsene an.
Der Verein bietet die Kurse auf Deutsch und Französisch an.

Informationen finden Sie hier:

Lesen und Schreiben Deutschfreiburg
Rue St-Pierre 10
1700 Freiburg
Tel. 026 422 32 62
www.lire-et-ecrire.ch/deutschfreiburg

Kurse für Schweizerdeutsch

A blue speech bubble icon containing the word "grüezi!" in white text.

Schweizerdeutsch ist in der Schweiz wichtig.
Verstehen Sie Schweizerdeutsch?
Das hilft zum Beispiel bei der Arbeitssuche.

Es gibt Kurse für Schweizerdeutsch. Zum Beispiel bei:

Volkshochschule
Rue de Romont 12
1700 Freiburg
Tel. 026 322 77 10
www.unipopfr.ch/de

Integrationskurse: Lernen Sie die Schweiz besser kennen



Möchten Sie etwas über die Schweiz erfahren?
Verstehen Sie gut Deutsch oder Französisch?

Besuchen Sie den Integrationskurs «**Leben in der Schweiz**».

Wenden Sie sich an:

Freiburgisches Rotes Kreuz
Rue G.-Techtermann 2
1700 Freiburg
Tel. 026 347 39 40
www.croix-rouge-fr.ch/de

Dolmetschen/Übersetzen



Sprechen Sie noch nicht gut Deutsch oder Französisch?
Haben Sie Schwierigkeiten, wenn jemand im Spital,
in der Schule oder beim Arzt mit Ihnen spricht?

Ein Dolmetscher hilft Ihnen.

Der Dolmetscher/Übersetzer spricht Ihre Sprache.
Er hilft Ihnen, zu verstehen. Er hilft Ihnen auch zu sagen,
was Sie sagen möchten.

Bitten Sie nicht Ihre Kinder und Freunde, zu übersetzen.

Brauchen Sie Hilfe von einem Dolmetscher?
Wenden Sie sich an:

«Verständigung für alle»
Caritas Schweiz
Boulevard de Pérolles 55
1700 Freiburg
Tél. 026 425 81 30
www.secomprendre.ch/de



Die Bibliothek LivrEchange



LivrEchange ist eine interkulturelle Bibliothek.
Alle Menschen können die Bibliothek benutzen.
Dort hat es Bücher in über 200 Sprachen.

Bei LivrEchange finden Sie auch Kurse,
um Deutsch und Französisch zu lernen.
Sie finden dort auch Hilfe zum selbständigen Lernen.

LivrEchange, Interkulturelle Bibliothek
Avenue du Midi 3-7
1700 Freiburg
Tel. 026 422 25 85
www.livrechange.ch/de

Verein frauenraum



Sind Sie eine Frau?
Möchten Sie neue Dinge lernen?
**Möchten Sie andere Frauen treffen, Schweizerinnen
und Ausländerinnen?**

Im frauenraum:

- finden Sie Sprachkurse
- gibt es Frauen, die Sie beraten
- können Sie mit anderen Frauen über wichtige Themen reden
(zum Beispiel über Gesundheit, Familie oder Arbeit)
- können Ihre Kinder mit anderen Kindern spielen

frauenraum
Rue Saint-Pierre 10
1700 Freiburg
Tel. 026 424 59 24
www.espacefemmes.org/de

7. Wohnen



Die meisten Einwohner im Kanton Freiburg wohnen in einer Mietwohnung.

Sie haben die Wohnung gemietet.

Die Wohnung gehört ihnen also nicht selbst.

Suchen Sie eine Wohnung oder ein Haus?

So finden Sie eine Wohnung oder ein Haus:

- lesen Sie die Anzeigen in der Zeitung
- gehen Sie in ein Büro, das Wohnungen und Häuser vermietet
Diese Büros heissen: Immobilien-Agentur oder Immobilien-Verwaltung.
- informieren Sie sich auf speziellen Websites

Sie können auch:

- eine Anzeige in der Zeitung machen
Das kostet Geld.
- eine Anzeige in Geschäften aufhängen
Das ist gratis.
- mit Ihren Freunden sprechen
Vielleicht wissen Ihre Freunde von einer Wohnung oder einem Haus.

Auf diesen Websites finden Sie Wohnungen und Häuser:

www.freiburger-nachrichten.ch
www.laliberte.ch
www.lagruyere.ch
www.cfi-ikf.ch
www.immoscout24.ch
www.immostreet.ch
www.homegate.ch

Auf dieser Website finden Sie die Immobilien-Verwaltungen im Kanton Freiburg:

www.immobilier.ch/de/agenturen/freiburg

So mieten Sie eine Wohnung



1) Sie brauchen 3 Dokumente:

- **Ihren Lohnausweis**
Den Lohnausweis erhalten Sie von Ihrem Arbeitgeber. Im Lohnausweis steht, wie viel Geld Sie pro Monat verdienen.
- **eine Wohnsitz-Bestätigung**
Die Wohnsitz-Bestätigung erhalten Sie von Ihrer Gemeinde. In der Wohnsitz-Bestätigung steht, dass Sie in dieser Stadt oder in diesem Dorf wohnen.
- **einen Auszug aus dem Betreibungsregister**
Den Auszug erhalten Sie vom Betreibungsamt. Im Auszug steht, dass Sie niemandem **Geld schulden**.

www.fr.ch/baka

- 2) Sie gehen zur Immobilien-Verwaltung und fragen nach einem **Anmeldeformular** für eine Wohnung. Sie füllen das Formular aus.
- 3) Sie geben der Immobilien-Verwaltung:
- den Lohnausweis, die Wohnsitz-Bestätigung und den Auszug aus dem Betreibungsregister
 - das ausgefüllte Anmeldeformular
- 4) Die Immobilien-Verwaltung wählt Sie für eine Mietwohnung aus? Dann müssen Sie den **Mietvertrag** unterschreiben.

Als **Mieter** müssen Sie **Miete** zahlen.
Die Miete müssen Sie jeden Monat bezahlen.

Die Mietkaution



Meistens verlangt der Vermieter von Ihnen eine Mietkaution. Die Mietkaution ist Geld. Sie müssen die Mietkaution vor dem Einzug zahlen.

Wieso gibt es die Mietkaution?

Die Mietkaution ist eine Garantie für den Vermieter. Wenn Sie aus der Wohnung ausziehen, muss der Vermieter vielleicht ein paar Dinge reparieren oder ersetzen.

Der Vermieter bezahlt die Reparatur mit dem Geld aus der Mietkaution. Oder er kauft mit dem Geld etwas Neues. Muss der Vermieter nichts reparieren oder ersetzen? Dann erhalten Sie die Mietkaution zurück.

Wie hoch ist die Mietkaution?

Der Vermieter verlangt oft 3 Monatsmieten. Zum Beispiel: Ihre Unterkunft kostet 1000 Franken pro Monat. Dann müssen Sie 3000 Franken Mietkaution bezahlen.

Haben Sie nicht genug Geld für die Mietkaution?

Sie können eine Kautions-Versicherung abschliessen. Dann bezahlen Sie keine **Kaution**. Aber Sie bezahlen der Versicherung Geld. Wenn Ihr Vermieter Geld von der Mietkaution braucht, bezahlt die Versicherung dieses Geld.

Probleme mit Ihrem Vermieter



Sie mieten Ihre Wohnung. Ihre Wohnung gehört Ihrem Vermieter. Der Vermieter kann eine Person oder eine Immobilien-Verwaltung sein.

Haben Sie Probleme mit Ihrem Vermieter?

Beim Mieterverband (MV) Freiburg erhalten Sie Unterstützung:

MV Freiburg
3185 Schmitten
Tel. 0848 023 023
www.mieterverband.ch/mv-fr

Diese Website ist auf Französisch:
www.asloca.ch/fribourg

Die Empfangsgebühr für Radio und Fernsehen



Sie möchten Radio hören und fernsehen. Dafür müssen Sie eine Empfangsgebühr bezahlen. Das ist wie ein Abo. Sie müssen für die Empfangsgebühr jedes Jahr 335 Franken bezahlen.

Haben Sie zu Hause kein Radio und keinen Fernseher?
Sie müssen die Empfangsgebühr trotzdem bezahlen.

Erhalten Sie Ergänzungsleistungen (EL)?
Sie können einen Antrag stellen.
Dann müssen Sie die Empfangsgebühr nicht selbst bezahlen.

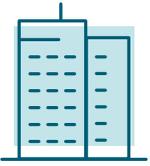
Für 1 Wohnung müssen Sie 1 Gebühr bezahlen.

Sie bezahlen die Gebühr an die Firma Serafe.

Weitere Informationen:

www.serafe.ch

Wohnen in einem Mietshaus



Ein Mietshaus ist ein Haus mit mehreren Wohnungen.

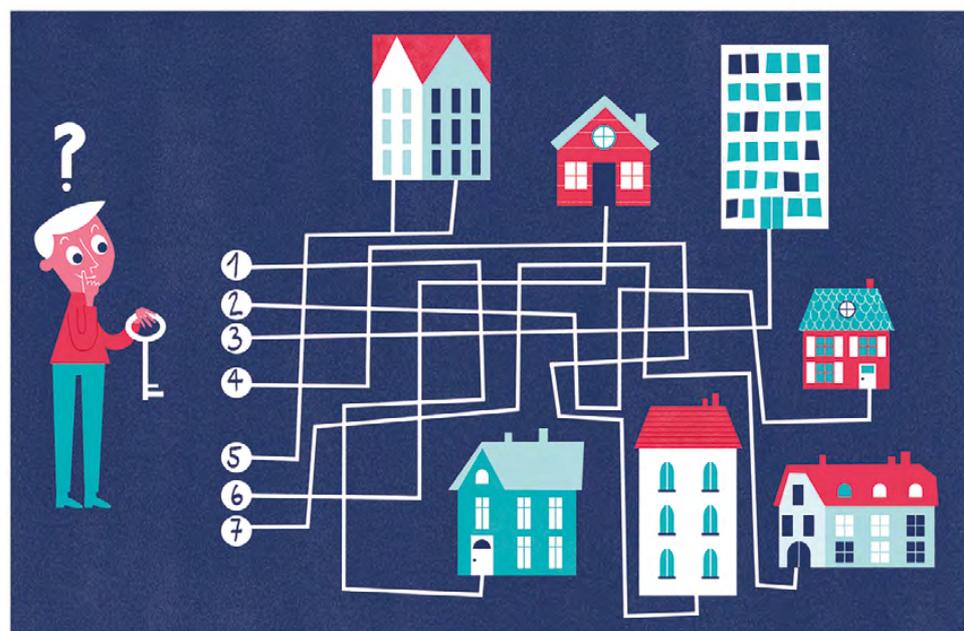
In einem Mietshaus gibt es Regeln. Alle Bewohner müssen diese Regeln einhalten. Zum Beispiel:

- die Nachtruhe
Sie dürfen in der Nacht (zwischen 22 Uhr und 7 Uhr) und an Sonntagen und Feiertagen keinen Lärm machen.
- die Hausordnung
Sie müssen die Regeln für die Gemeinschafts-Räume einhalten (Korridore, Waschküche, Veloraum).

Diese Regeln stehen oft im **Mietvertrag** (oder im Pachtvertrag).

Vielleicht haben Sie ein Problem mit einem anderen Mieter.
Dann reden Sie zuerst mit ihm.

Danach können Sie mit dem **Hauswart** oder der Immobilien-Verwaltung über das Problem reden.



8. Verkehrsmittel (Zug, Bus, Auto...)



Möchten Sie an einen anderen Ort fahren? Dafür haben Sie verschiedene Möglichkeiten. Sie können zu Fuss gehen, mit dem Velo fahren, mit den öffentlichen Verkehrsmitteln fahren (Zug, Bus, Schiff) oder mit dem Auto fahren.

In der Schweiz gibt es ein gutes Verkehrsnetz und gute Strassen. Sie können fast überall mit öffentlichen Verkehrsmitteln hinfahren. Der Kanton Freiburg rät den Einwohnern, die öffentlichen Verkehrsmittel zu benutzen, zu Fuss zu gehen oder mit dem Velo zu fahren.

Unterwegs in der Schweiz



Die grösste Schweizer Bahngesellschaft heisst **SBB**.

Sie können in der Schweiz günstiger mit den öffentlichen Verkehrsmitteln fahren.

Es gibt dafür verschiedene Möglichkeiten (Preis 2023):

- **das Halbtax-Abo**: für Erwachsene
Dieses Abo kostet 185 Franken pro Jahr. Mit diesem Abo bezahlen Sie für jedes Billett den halben Preis.
- **die «Junior-Karte» und die «Kinder-Mitfahrkarte»**:
für Kinder von 6 bis 16 Jahren
Diese Karten kosten 30 Franken pro Jahr. Kinder reisen in Begleitung eines Elternteils oder eines Erwachsenen gratis.
- **das «Seven25»-Abo**: für Jugendliche bis 25 Jahre
Dieses Abo kostet 390 Franken pro Jahr. Mit dem «Seven25» können Jugendliche ab 19 Uhr gratis fahren.
- **die Tageskarte** (oder Karte für 1 Tag): für alle
Mit dieser Karte können Sie für einen Tag günstiger reisen. Sie können die Tageskarte in mehreren Gemeinden oder am Bahnhof kaufen.
- **Sparbillette**: für alle
Günstigere Billette finden Sie im Internet.

-
- **Ermässigungen:** für IV- oder AHV-Bezüger
Das sind Personen, die von der IV oder von der AHV Geld erhalten.
 - **das Generalabo (GA):** mit diesem Abo reisen Sie in Zügen der SBB und in anderen Bahnen ohne Billet.

Sie reisen mit dem öffentlichen Verkehr. Dann nehmen Sie Folgendes mit:

- **Ihr Billett (oder Transportkarte) und Ihr Abo**
- **Ihre Identitätskarte (oder Ihre Aufenthalts-Bewilligung)**

Weitere Informationen:

www.sbb.ch
Tél. 0848 44 66 88

Unterwegs im Kanton Freiburg



Im Kanton Freiburg gibt es die freiburgischen Verkehrsbetriebe (TPF).

Nehmen Sie selten den Zug oder den Bus?

Kaufen Sie ein Billett für eine Fahrt.

Nehmen Sie oft den Zug oder den Bus?

Kaufen Sie ein **Frimobil-Abo** für 1 Monat oder 1 Jahr.

Weitere Informationen erhalten Sie in einem **TPF**-Büro. Sie finden diese Büros in mehreren Bahnhöfen im Kanton. Zum Beispiel in Freiburg, Bulle, Estavayer-le-Lac und Châtel-St-Denis.

Weitere Informationen:

www.frimobil.ch/de
www.tpf.ch/de
Tel. 026 351 02 00

Zu Fuss oder mit dem Velo



Viele Menschen in der Schweiz sind zu Fuss oder mit dem Velo unterwegs. Zum Beispiel, um zur Arbeit oder in die Schule zu gehen. Oder in der Freizeit.

Im Kanton Freiburg gibt es viele **Velowege**.

Haben Sie kein Velo?
In Freiburg können Sie auch Velos ausleihen.
Diese Velos heissen PubliBike.

Sind Sie mit dem Velo unterwegs?
Sie können einen Unfall haben.
Dann müssen Sie richtig versichert sein.

Sie brauchen eine Unfall-Versicherung und eine Privathaftpflicht-Versicherung.

Weitere Informationen:

www.pro-velo-fr.ch
www.veloland.ch
www.publibike.ch



Mit dem Auto



Sie fahren in der Schweiz Auto. Dann brauchen Sie:

- einen **Führerausweis**
Der Führerausweis muss in der Schweiz gültig sein.
- **eine Versicherung** für Ihr Auto

**Besitzen Sie einen ausländischen Führerausweis?
Haben Sie ein Auto aus einem anderen Land mitgebracht?
Möchten Sie mit Ihrem Auto in der Schweiz fahren?**

Wenden Sie sich an:

Amt für Strassenverkehr und Schifffahrt des Kantons Freiburg ASS
Route de Tavel 10
1707 Freiburg
Tel. 026 484 55 55
www.ocn.ch/de

Für die Autobahn in der Schweiz brauchen Sie eine **Vignette**.
Sie müssen jedes Jahr eine neue Vignette kaufen.

Die Vignette kostet 40 Franken (Preis 2023).
Sie können die Vignette zum Beispiel hier kaufen:
in einer Poststelle, in einer Garage, in anderen Geschäften.

Sie müssen die Vignette auf die Innenseite von
der Windschutzscheibe Ihres Autos kleben.

Autofahren in der Schweiz



In der Schweiz gibt es ein Tempolimit. Dieses gilt für alle Fahrzeuge (Motorrad, Auto, Lastwagen). Tempolimit heisst: Sie fahren nicht schneller als eine bestimmte Geschwindigkeit. In der Schweiz gelten:

- 50 km/h: in Städten und Dörfern
- 80 km/h: ausserhalb von Städten und Dörfern
- 120 km/h: auf der Autobahn
- 30 km/h oder 20 km/h: in bestimmten Zonen

Will eine Person bei einem Fussgängerstreifen die Strasse überqueren? Dann müssen Sie immer anhalten.

Trinken Sie keinen Alkohol, wenn Sie Autofahren.

Alkohol beim Autofahren ist gefährlich für Sie und andere.

In der Schweiz gilt ein Alkoholgrenzwert von 0,5 Promille. In ihrem Blut darf also nicht mehr als 0,5 Promille Alkohol sein.

Weitere Informationen:

Amt für Strassenverkehr und Schifffahrt des Kantons Freiburg ASS
Route de Tavel 10
1700 Freiburg
Tel. 026 484 55 55
www.ocn.ch/de

9. Arbeit, Sozial-Versicherungen, Geld und Steuern



Wer arbeitet, bekommt einen Lohn. Mit Ihrem Lohn können Sie für sich selbst und Ihre Familie sorgen. Sie können zum Beispiel Essen kaufen, die Miete für die Wohnung und die Prämie für eine Versicherung bezahlen.

Bei der Arbeit lernen Sie andere Menschen kennen. Das hilft Ihnen, sich schnell einzuleben.

So finden Sie eine Arbeitsstelle:

- sprechen Sie mit Ihren Freunden
- lesen Sie die Stellenanzeigen in den Zeitungen
- suchen Sie im Internet nach Stellenanzeigen
- schicken Sie Bewerbungen an Unternehmen
- melden Sie sich bei einer Personalvermittlung an
- melden Sie sich bei einem Regionalen Arbeitsvermittlungszentrum (RAV) an

Websites für die Stellensuche:

www.fr.ch/ama
www.arbeit.swiss

Lohn und Sozialversicherungs-Beiträge



In der Schweiz erhalten Sie Ihren Lohn am Ende von jedem Monat.

In der Schweiz müssen Sie mit Ihrem Lohn Beiträge für die **Sozial-Versicherungen** bezahlen. Ihr Arbeitgeber zieht die Beiträge von Ihrem Lohn ab.

Sozial-Versicherungen sind zum Beispiel:

- die Alters- und Hinterlassenen-Versicherung AHV
- die Invaliden-Versicherung IV
- die Arbeitslosen-Versicherung ALV

Sozialversicherungs-Beiträge sind obligatorisch.

**Sind Sie selbständig?
Haben Sie keine Arbeit?**

Dann müssen Sie die Sozialversicherungs-Beiträge selbst bezahlen. Dazu müssen Sie ein Formular ausfüllen.

Weitere Informationen:

Ausgleichskasse des Kantons Freiburg
Impasse de la Colline 1
1762 Givisiez
Tel. 026 426 70 00
www.caisseavsfr.ch/de

Sozial-Versicherungen



Diese Sozial-Versicherungen gibt es:

- **AHV** (Alters- und Hinterlassenen-Versicherung)
Diese Versicherung bezahlt Ihnen eine **Rente**, wenn Sie pensioniert sind (ab 65 Jahren).
- **Pensionskasse** (berufliche Vorsorge)
Die Pensionskasse bezahlt Ihnen auch eine Rente, wenn Sie pensioniert sind. Die Pensionskasse ist für Personen, die mehr als 22'050 Franken pro Jahr verdienen.
- **ALV** (Arbeitslosen-Versicherung)
Sie verlieren Ihre Arbeit. Dann bezahlt Ihnen die ALV während einer bestimmten Zeit Geld.
- **IV** (Invaliden-Versicherung)
Sie können wegen eines Unfalls oder wegen einer Krankheit nicht mehr (oder nur teilweise) arbeiten. Oder Sie können wegen körperlichen oder psychischen Problemen nicht arbeiten. Dann kann Ihnen die IV Geld bezahlen.

In der Schweiz brauchen Sie eine Kranken-Versicherung. Sie müssen die **Kranken-Versicherung** selbst bezahlen.

Sind Sie krank und müssen zum Arzt oder ins Spital? Dann bezahlt die Krankenkasse einen grossen Teil der Kosten.

Die Kranken-Versicherung ist obligatorisch.

Das heisst: Jeder muss eine Kranken-Versicherung haben.

Schwarzarbeit



Schwarzarbeit bedeutet: Eine Person arbeitet.
Sie meldet sich aber nicht bei der Sozial-Versicherung an.

Die Person bezahlt dann keine Sozialversicherungs-Beiträge.
Sie erhält kein Geld, wenn:

- sie einen Unfall hat
- sie gesundheitliche Probleme hat
- sie arbeitslos wird
- sie pensioniert wird

Schwarzarbeit ist in der Schweiz verboten und wird bestraft.

Weitere Informationen:

www.keine-schwarzarbeit.ch

Alle **Arbeitnehmer und alle Arbeitgeber** müssen
Sozialversicherungs-Beiträge zahlen.

**Arbeiten Sie ein paar Stunden pro Woche (Putzen,
Kinderbetreuung, Gastronomie, Büro...)?**

Auch Ihr Arbeitgeber muss Sozialversicherungs-Beiträge
bezahlen.

Weitere Informationen:

Verein SERVICE CHECK
Route des Daillettes 1
1700 Freiburg
Tel. 026 426 02 40
www.cheque-emploi-fribourg.ch/de

Schwierigkeiten mit Arbeitskollegen



Haben Sie Probleme mit Ihren Kollegen bei der Arbeit?
Haben Sie eine schwierige Beziehung zu Ihrem Chef?

Sie können einen Vermittlungsdienst um Hilfe bitten.

Der **Vermittlungsdienst**:

- hört sich Ihre Probleme an
- hilft, gemeinsam Lösungen zu finden

Weitere Informationen:

www.fribourg-mediation.ch/home-de

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz



Behandelt Sie jemand bei der Arbeit schlecht?
Belästigt die Person Sie mit sexuellen Gesten oder Worten?

Das ist eine **sexuelle Belästigung**. Sexuelle Belästigung ist verboten.

Weitere Informationen:

Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann und
für Familienfragen GFB
Rue de la Poste 1
1700 Freiburg
Tel. 026 305 23 86
www.fr.ch/gfb

Weitere Informationen:

www.sexuellebelaestigung.ch

Rassismus am Arbeitsplatz



Werden Sie bei der Arbeit aufgrund Ihrer Herkunft, Hautfarbe oder Religion angegriffen?
Sind Sie ein Opfer von Rassismus?

Hier können Sie sich beraten lassen:

Info-Rassismus Freiburg
Caritas Schweiz
Boulevard de Péroilles 55
1700 Freiburg
Tel. 026 425 81 00
www.inforacisme.ch/de

Entlassen werden



Manchmal kündigt der Arbeitgeber dem Arbeitnehmer.
Der Arbeitnehmer verliert seine Arbeitsstelle.
Dazu sagt man: **Entlassung**.

Diese Personen sind vor einer Entlassung geschützt:

- eine kranke Person
- eine Person, die einen Unfall gehabt hat
- eine Frau, die ein Kind erwartet
- eine Mutter, die ein Kind bekommen hat
(während des Mutterschaftsurlaubs)

Weitere Informationen:

Freiburger Gewerkschaftsbund FBG
Rue des Alpes 11
1700 Freiburg
Tel. 026 322 74 45
www.usf-fribourg.ch

Arbeitslosigkeit



Haben Sie Ihre Arbeit verloren?

In der Regel haben Sie Anspruch auf Geld von der Arbeitslosen-Versicherung. Dieses Geld heisst **Arbeitslosengeld**.

Sie müssen sich so bald als möglich beim zuständigen Amt anmelden. Erst dann erhalten Sie Arbeitslosengeld. Und Sie erhalten wichtige Informationen.

Wo müssen Sie sich anmelden?

Sie müssen sich beim Regionalen Arbeitsvermittlungszentrum (RAV) in Ihrer Region anmelden.

Die Liste mit den RAV finden Sie auf dieser Website:

www.fr.ch/ama

Sozialhilfe



Haben Sie keine Arbeit?

Bekommen Sie kein Geld von Ihrer Familie?

Haben Sie nicht genug Geld zum Leben?

Dann kann die Sozialhilfe helfen. Die Sozialhilfe gibt Ihnen Geld und Ratschläge für ihr tägliches Leben.

Wenn Ihre finanzielle Lage besser ist, müssen Sie das Geld der Sozialhilfe zurückzahlen.

Wo können Sie Sozialhilfe beantragen?

Melden Sie sich bei Ihrer Gemeinde. Dort erfahren Sie, wo der nächste **Regionale Sozialdienst** ist.

Geld



Es ist wichtig, dass Sie ein **Budget machen**.
Im Budget entscheiden Sie, wie Sie Ihr Geld einteilen.
Zum Beispiel:

- wie viel Geld Sie für Lebensmittel ausgeben
- wie viel Geld Sie für Kleidung ausgeben

Das Budget hilft Ihnen, Ihr Geld sinnvoll auszugeben.
Damit Sie nicht mehr Geld brauchen, als Sie haben.

Wollen Sie lernen, wie Sie besser mit Ihrem Geld umgehen?

Wenden Sie sich an:

Caritas Freiburg
Rue de Morat 8
1700 Freiburg
Tel. 026 321 18 54
www.caritas-fribourg.ch/de

Impuls
Hauptgasse 25
3280 Murten
Tel. 026 672 11 77
www.impulsmurten.ch



Schulden haben



Manche Menschen in der Schweiz haben Schulden:

- weil sie ihre Rechnungen oder ihre Steuern nicht bezahlen können
- weil sie zu viele Dinge gekauft haben (zum Beispiel mit Kreditkarte). Und sie nicht genug Geld haben, um diese Dinge zu bezahlen.

Schulden haben bedeutet: Man muss einer Person oder einem Unternehmen Geld zurückgeben. Zum Beispiel einem Freund oder einer Bank.

Haben Sie Schulden?

Hier erhalten Sie Beratung:

Caritas Freiburg
Rue de de Morat 8
1700 Freiburg
Tel. 026 321 18 54
www.caritas-fribourg.ch/de

Steuern



In der Schweiz zahlen die Menschen jedes Jahr Steuern. Mit den Steuern bezahlen die Behörden **öffentliche Dienstleistungen**. Öffentliche Dienstleistungen sind Angebote für alle. Zum Beispiel: Schulen, Strassen, Spitäler, öffentliche Verkehrsmittel.

Es gibt verschiedene Steuern:

- Gemeindesteuern
- Kantonssteuern
- Bundessteuern

So bezahlen Sie Ihre Steuern:

Sind Sie Schweizer oder haben Sie eine C-Bewilligung?

- 1) Sie erhalten jedes Jahr ein Formular.
Das Formular nennt man **Steuererklärung**.
- 2) In diesem Formular müssen Sie angeben:
 - wie viel Geld Sie verdienen (Ihr Einkommen)
 - wie viel Geld Sie haben (Ihr Vermögen)
- 3) Sie erhalten dann die Steuerrechnung.

Sie können die Steuererklärung auf Ihrem Computer ausfüllen.
Benutzen Sie dafür das kostenlose Programm **FriTax**.

Sind Sie eine ausländische Person ohne C-Bewilligung?

Dann bezahlen Sie eine Quellensteuer.

Quellensteuer bedeutet:

- Sie bezahlen jeden Monat einen festen Betrag
- Ihr Arbeitgeber zieht die Quellsteuer direkt von Ihrem Lohn ab
- Sie müssen keine weiteren Steuern bezahlen

Weitere Informationen:

Kantonale Steuerverwaltung KSTV
Rue Joseph-Piller 13
1701 Freiburg
Tel. 026 305 33 00
www.fr.ch/kstv

10. Gesundheit



Die Gesundheit ist wichtig.
Auch gesund zu bleiben, ist wichtig.

In der Schweiz gibt es 2 wichtige Versicherungen für die Gesundheit:

- die Kranken-Versicherung bezahlt, wenn Sie krank sind
- die Unfall-Versicherung bezahlt, wenn Sie einen Unfall haben

Die Kranken-Versicherung



Die Grund-Versicherung der Kranken-Versicherung ist obligatorisch.

Für die Grund-Versicherung zahlen Sie jeden Monat Geld.
Dieses Geld nennt man Versicherungs-Prämie.

Wenn Sie krank sind, zahlt die Grund-Versicherung:

- die Spalkosten für ein Mehrbettzimmer
Ein Mehrbettzimmer ist ein Zimmer mit mehreren Betten.
Sie teilen das Zimmer mit anderen Patienten.
- Medikamente
- medizinische Pflege
- medizinische Untersuchungen
- Kosten für die Geburt eines Kindes

Die Grund-Versicherung übernimmt einen grossen Teil der Kosten. Den Rest der Kosten müssen Sie selbst bezahlen.

Sie können bei Ihrer Krankenkasse eine **Zusatz-Versicherung** abschliessen. Die Zusatz-Versicherung bezahlt mehr.
Zum Beispiel für ein Einzelzimmer im Spital.

Haben Sie nicht viel Geld?

Der Kanton bezahlt einen Teil von Ihrer Grund-Versicherung.
Sie können beim Kanton einen Antrag stellen.

Den Antrag müssen Sie jedes Jahr vor dem **31. August** stellen.

Weitere Informationen:

Ausgleichskasse des Kantons Freiburg
Impasse de la Colline 1
1762 Givisiez
Tel. 026 426 70 00
www.caisseavsfr.ch/de

Ziehen Sie in eine neue Gemeinde? Kommen Sie aus dem Ausland oder aus einem anderen Kanton?

Sie müssen Ihrer Gemeinde eine **Bestätigung**
von Ihrer Kranken-Versicherung geben.
In der Bestätigung steht, dass Sie versichert sind.

Sie haben **30 Tage** Zeit, um die Bestätigung abzugeben.

Haben Sie keine Kranken-Versicherung? Haben Sie keine Aufenthalts-Bewilligung? Sind Sie krank?

Wenden Sie sich an:

Fri-Santé – Raum für Beratung
Boulevard de Pérolles 30
1700 Freiburg
Tel. 026 341 03 30
www.frisante.ch/de

Die Unfall-Versicherung



Haben Sie einen Unfall?

Dann bezahlt die Unfall-Versicherung die Kosten.

Haben Sie eine Arbeit?

Ihr Arbeitgeber bezahlt Ihre Unfall-Versicherung.

Haben Sie keine Arbeit?

Sie müssen die Unfall-Versicherung selbst abschliessen und bezahlen.



Ärzte



Melden Sie sich bei einem **Hausarzt** im Kanton Freiburg an.
Ein Hausarzt ist ein Allgemeinmediziner.

Wo finden Sie einen Hausarzt?
Schauen Sie:

- im Internet
- oder fragen Sie Ihre Freunde, Ihre Bekannten, Ihre Nachbarn

Notfälle



Rufen Sie bei einem Notfall Ihren Hausarzt an.

Wenn Ihr Hausarzt nicht da ist:

- rufen Sie einen Notfall-Arzt an
- gehen Sie zu einer medizinischen Permanence

Hier finden Sie die wichtigsten Telefonnummern:

Notfall-Ärzte

Tel. 0800 170 171

Für die Broye: Tel. 0848 133 133

Notfälle/Ambulanz für alle

Tel. 144 oder gehen Sie ins Kantonsspital (HFR Freiburg)
oder ins HIB Payerne

Notfälle von Kindern

Tel. 0900 268 001

(3 Franken pro Minute)

Psychiatrische Notfälle

Tel. 026 308 08 08

Notfall-Apotheke

Tel. 0900 146 146 (2 Franken pro Minute)

Medizinische Permanence im Kanton



Spital	Bezirk	Telefonnummer
HFR Freiburg – Kantonsspital	Saane	026 306 00 00
Medizinische Permanence Freiburg	Saane	026 321 11 44
HFR Meyriez-Murten	See	026 306 71 10
HFR Riaz	Greyerz	026 306 40 20
HFR Tafers/Tavel	Sense	026 306 60 00
HIB Estavayer-le-Lac	Broye	026 664 71 11
HIB Payerne	Broye	026 662 80 11

Weitere Informationen:

www.fr.ch/notfall

Zahnpflege



Die Grund-Versicherung bezahlt keine Zahnbehandlung.
Sie müssen die Zahnbehandlung selbst bezahlen.

Für Ihre Kinder können Sie eine Zahnversicherung abschliessen.
Der Schulzahnarzt kontrolliert die Zähne von den Kindern regelmässig.

Schulzahnpflegedienst SZPD
Boulevard de Pérolles 23
1700 Freiburg
Tel. 026 305 98 00
www.fr.ch/szpd

Notfall-Zahnpflege



Ort	Bezirk	Telefonnummer
Bulle und Umgebung	Greyerz	0848 776 776
Châtel-St-Denis und Umgebung	Vivisbach	0848 776 776
Estavayer und Umgebung	Broye	0848 14 14 14
Freiburg und Umgebung	Saane	0848 14 14 14
Murten und Umgebung	See	0848 14 14 14
Romont und Umgebung	Glane	0848 776 776
Tafers und Umgebung	Sense	0848 14 14 14

Psychische Gesundheit



Haben Sie viele Sorgen?
Haben Sie negative Gedanken?
Brauchen Sie Hilfe?

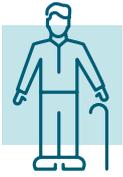
Sie können sich hier melden:

- Arzt für psychische Gesundheit
Tel. 026 308 08 08
- Psychiatrische Notfälle
Tel. 026 308 08 08

Weitere Informationen:

Freiburger Netzwerk für psychische Gesundheit FNPG
L'Hôpital 140
1633 Marsens
Tel. 026 305 78 00
www.rfsm.ch/de

Senioren (älter als 60 Jahre)



**Sind Sie eine ältere Person?
Haben Sie eine ältere Person in Ihrer Familie?
Brauchen Sie Beratung?**

Wenden Sie sich an:

Pro Senectute Freiburg
Passage du Cardinal 18
1700 Freiburg
Tel. 026 347 12 40
www.fr.prosenectute.ch/de

Weitere Informationen über **Alters- und Pflegeheime:**

Vereinigung Freiburger Alterseinrichtungen und Spitex VFAS
Route Saint Nicolas-de-Flüe 2
1700 Freiburg
Tel. 026 915 03 43
www.afisa-vfas.ch/de

Weitere Informationen zur **Pflege zuhause:**

Vereinigung Freiburger Alterseinrichtungen und Spitex VFAS
Route Saint-Nicolas-de-Flüe 2
1700 Freiburg
Tel. 026 915 03 43
www.afisa-vfas.ch/de

Menschen mit Behinderung



**Haben Sie eine körperliche oder geistige Behinderung?
Gibt es in Ihrer Familie jemanden mit einer Behinderung?
Brauchen Sie Hilfe?**

Wenden Sie sich an:

Pro Infirmis
Route Saint-Nicolas-de-Flüe 2
1700 Freiburg
Tel. 058 775 30 00
www.proinfirmis.ch

Hat Ihr Kind eine Behinderung?

Ihr Kind erhält Hilfe.

Wenden Sie sich an:

Früherziehungsdienst Freiburg FED
Route du Petit-Moncor 1e
1752 Villars-sur-Glâne
Tel. 026 484 21 13
www.fed-freiburg.ch

Die Invaliden-Versicherung (IV) berät und unterstützt
Menschen mit Behinderung.

IV-Stelle des Kantons Freiburg
Impasse de la Colline 1
1762 Givisiez
Tel. 026 426 70 00
www.aifr.ch/de

Sexualität



Haben Sie Fragen zu Sexualität?

Die Spezialisten von der Freiburger Fachstelle für sexuelle Gesundheit beraten Sie. Zum Beispiel zu diesen Themen:

- Paarbeziehung und Sexualität
- Verhütung (z. B. die Pille, Kondome)
- Schwangerschaft und Abbruch einer Schwangerschaft (Abtreibung)
- medizinische Untersuchungen für Frauen
- sexuell übertragbare Krankheiten (HIV/AIDS und andere Krankheiten)
- Kontrolltests für diese Krankheiten
- sexuelle Gewalt (sexueller Missbrauch)

Freiburger Fachstelle für sexuelle Gesundheit FFSG
Rue de la Grand-Fontaine 50
1700 Freiburg
Tel. 026 305 29 55
www.fr.ch/ffsg

Sexarbeiterinnen



Das Programm Grisélidis unterstützt Sexarbeiterinnen.
Und es berät Sexarbeiterinnen zur Gesundheit.

Grisélidis
Boulevard de Pérolles 30
1700 Freiburg
Tel. 026 321 49 45
www.griselidis.ch/de

11. Notruf-Nummern



Notruf-Nummern in der Schweiz	Telefonnummer
Polizei	117
Feuerwehr (Feuer, Wasser, Gas)	118
Ambulanz (Krankenwagen)	144
Dargebotene Hand (Beratung, wenn Sie mit jemandem über Ihre Sorgen sprechen möchten)	143
Informationen zu Giften (Pilze, Chemikalien, Schlangen)	145

In einer Notsituation:

- 1) Bleiben Sie ruhig.
- 2) Erkennen Sie die Gefahren.
- 3) Gehen Sie an einen sicheren Ort.
- 4) Rufen Sie um Hilfe.
- 5) Helfen Sie anderen.

12. Ehe und Familienleben



Im Kanton Freiburg unterstützen der Kanton und die Gemeinden Familien und Kinder.

Informationen für Familien finden Sie auf der Website:

www.familien-freiburg.ch

Heirat



Sie möchten in der Schweiz heiraten?
Dann müssen Sie:

- 18 Jahre oder älter sein
- auf dem Standesamt heiraten
- bestimmte Unterlagen haben

Hier erhalten Sie Informationen über das Heiraten:

Zivilstandsamt des Kantons Freiburg
Rue de l'Abbé-Bovet 14
1700 Freiburg
Tel. 026 305 14 17
www.fr.ch/iaeza

Sie möchten heiraten.

Ihr zukünftiger Ehemann oder Ihre zukünftige Ehefrau ist aber in einem anderen Land. Wollen Sie, dass er oder sie zu Ihnen in die Schweiz kommt und bei Ihnen lebt?

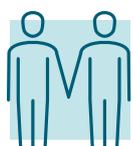
Kontaktieren Sie:

Amt für Bevölkerung und Migration BMA
Route d'Englisberg 11
1763 Granges-Paccot
Tel. 026 305 14 92
www.fr.ch/bma

Hier erhalten Sie auch Beratung:

Kontaktstelle Schweizer-Immigranten CCSI
Rue des Alpes 11
1700 Freiburg
Tel. 026 424 21 25
<https://ccsi-fr.ch/de>

Ehe für alle



In der Schweiz können 2 Männer oder 2 Frauen heiraten.

Weitere Informationen:

Zivilstandsamt des Kantons Freiburg
Rue de l'Abbé-Bovet 14
1700 Freiburg
Tel. 026 305 14 17
www.fr.ch/iaeza

Auch der Verein Sarigai berät Sie.
Sarigai ist der Freiburger Verein für sexuelle
und geschlechtliche Vielfalt (LGBT+).

Sarigai
Rue du Tilleul 21
1700 Freiburg
Tel. 079 870 91 23
<https://sarigai.ch/de>

Geburt eines Kindes



Werden Sie Mutter oder Vater?
Dann müssen Sie Ihr Kind **in den 3 Tagen**
nach der Geburt anmelden.

Wird das Kind im Spital geboren?

Dann meldet das Spital das Kind an.

Wird das Kind zuhause geboren?

Dann müssen die Eltern das Kind hier anmelden:

Zivilstandsamt des Kantons Freiburg
Rue de l'Abbé-Bovet 14
1700 Freiburg
Tel. 026 305 14 17
www.fr.ch/iaeza

In den ersten 3 Monaten hat ein Kind automatisch
eine Kranken-Versicherung.

**In diesen 3 Monaten müssen die Eltern eine
Kranken-Versicherung für das Kind abschliessen.
Damit das Kind auch später versichert ist.**

Weitere Informationen:

Amt für institutionelle Angelegenheiten, Einbürgerungen und
Zivilstandswesen IAEZA
Route des Arsenaux 41
1700 Freiburg
Tel. 026 305 14 17
www.fr.ch/iaeza

Paar- und Familienberatung Freiburg
Avenue de la Gare 14
1700 Freiburg
Tel. 026 322 10 14
www.officefamilial.ch/de

Hilfe für zukünftige Mütter



**Sind Sie schwanger?
Brauchen Sie Hilfe?**

Wenden Sie sich an:

SOS futures mamans
www.sosfuturesmamans.org

Mutterschaftsurlaub und Vaterschaftsurlaub



In der Schweiz haben Mütter Mutterschaftsurlaub (Recht auf Arbeitspause).

Der Mutterschaftsurlaub beginnt nach der Geburt des Kindes. Er dauert mindestens 14 Wochen.

Im Mutterschaftsurlaub erhalten die Mütter Geld.

Das ist die **Mutterschafts-Entschädigung**.

Hat die Mutter eine Arbeit? Dann erhält sie 80 % von ihrem Lohn.

Hat die Mutter keine Arbeit? Dann bekommt sie trotzdem Geld.

Die Väter haben einen Vaterschaftsurlaub von 2 Wochen nach der Geburt ihres Kindes.

Familienzulagen



Familien erhalten in der Schweiz Geld für jedes Kind.

Das ist die Familienzulage.

Haben Sie ein Kind oder mehrere Kinder?

Haben Sie eine Arbeit?

Sie erhalten Ihre Familienzulagen mit Ihrem Lohn.

Die Familienzulage beträgt im Kanton Freiburg 265 Franken pro Monat und Kind bis 16 Jahre.

Für Jugendliche in Ausbildung zwischen 17 und 25 Jahre erhalten Sie auch Familienzulagen (325 Franken pro Monat und Kind).

**Haben Sie ein Kind oder mehrere Kinder?
Haben Sie keine Arbeit?**

Die Ausgleichskasse des Kantons Freiburg gibt Ihnen Auskunft über Familienzulagen.

Haben Sie andere Fragen zum **Mutterschaftsurlaub**, zum **Vaterschaftsurlaub**, zur **Mutterschafts-Entschädigung** und zu **Familienzulagen**?

Dann wenden Sie sich an:

Ausgleichskasse des Kantons Freiburg
Impasse de la Colline 1
1762 Givisiez
Tél. 026 426 70 00
www.caisseavsfr.ch/de



Die Rechte von Kindern und Jugendlichen



Kinder und Jugendliche haben Rechte. Alle Menschen müssen diese Rechte respektieren. Kinder und Jugendliche haben:

- ein Recht darauf, geschützt zu werden
Zum Beispiel ist es verboten, Kinder und Jugendliche zu schlagen, zu verletzen oder zum Arbeiten zu zwingen. Sexueller Missbrauch von Kindern und die Verstümmelung der Geschlechtsteile von Mädchen sind verboten.
- das Recht, zur Schule zu gehen und einen Beruf zu erlernen
- das Recht auf ein gutes Leben

Bist du ein Kind?

Bist du ein Jugendlicher?

Hast du Fragen zu deinem Leben?

Schau dir diese Websites an:

www.tschau.ch
www.feel-ok.ch

Weitere Informationen zu den Rechten von Kindern und Jugendlichen:

Jugendamt JA
Boulevard de Pérolles 24
1700 Freiburg
Tel. 026 305 15 30
www.fr.ch/ja

Informationen über die Verstümmelung der Geschlechtsteile von Mädchen:

Freiburger Fachstelle für sexuelle Gesundheit FFSG
Rue de la Grand-Fontaine 50
1700 Freiburg
Tel. 026 305 29 55
www.fr.ch/ffsg

Schwierigkeiten mit dem Partner und in der Familie



Haben Sie Probleme mit Ihrem Partner?
Haben Sie Probleme mit Ihren Kindern?

Wenden Sie sich an:

Paar- und Familienberatung Freiburg
Avenue de la Gare 14
1700 Freiburg
Tel. 026 322 10 14
www.officefamilial.ch/de

Trennen Sie sich von Ihrem Mann oder Ihrer Frau?
Lassen Sie sich scheiden?
Haben Sie Kinder?

Wenn ein Paar sich trennt, haben beide Eltern die Obhut oder nur ein Elternteil.

Hat ein Elternteil die Obhut? Dann muss der andere Elternteil jeden Monat Geld für die Kosten der Kinder zahlen. Zum Beispiel, um Kleidung zu kaufen oder eine Freizeit-Aktivität zu bezahlen. Das ist der **Unterhaltsbeitrag**.

Haben Sie Probleme bei der Zahlung Ihres Unterhaltsbeitrages?
Will der andere Elternteil den Unterhaltsbeitrag nicht bezahlen?

Wenden Sie sich an:

Kantonales Sozialamt KSA
Route des Cliniques 17
1700 Freiburg
Tel. 026 305 29 92
www.fr.ch/ksa

Sind Sie ein Paar mit 2 Nationalitäten?

Zum Beispiel: Sie sind Schweizer und Ihr Partner kommt aus einem anderen Land.

Ihr Partner soll sich in der Schweiz wohlfühlen. Das gelingt, wenn er zum Beispiel die Sprache lernt und Freunde findet.

Brauchen Sie Beratung?

Wenden Sie sich an:

Frabina
Kapellenstrasse 24
3011 Bern
031 381 27 01
www.frabina.ch

Gewalt zuhause



In der Schweiz ist Gewalt per Gesetz überall verboten. Auch zuhause. Niemand darf zum Beispiel jemanden aus der Familie schlagen. Gewalt zuhause nennt man auch **häusliche Gewalt**.

Die verletzte Person ist ein **Opfer**. Wer einem Mitglied der Familie Gewalt antut, kann von den Gerichten bestraft werden.

Es gibt viele Arten von Gewalt:

- **körperliche Gewalt**: jemanden schlagen
- **Gewalt durch Worte**: einer Person immer schlechte Dinge sagen oder die Person bedrohen
- **sexuelle Gewalt**: eine Person zum Sex zwingen
- **wirtschaftliche Gewalt**: den Personen einer Familie nicht genug Geld zum Leben geben

Sind Sie eine Frau?
Sind Sie ein Opfer von Gewalt?

Sie erhalten kostenlose Hilfe und Beratung.
Sie können einen **sicheren** Ort zum **Leben** finden.

Wenden Sie sich an:

Frauenhaus und Opferberatungsstelle
1700 Freiburg
Tel. 026 322 22 02
www.sf-lavi.ch

Sind Sie ein Mann oder ein Kind?
Sind Sie ein Opfer von Gewalt?

Wenden Sie sich an:

Opferberatungsstelle für Kinder und Männer
Boulevard de Pérolles 18A
1700 Freiburg
Tel. 026 305 15 80
www.fr.ch/ja/ohg

Weitere Informationen:

www.violencequefaire.ch/de

Sind Sie selbst gewalttätig?
Schlagen oder beleidigen Sie Menschen?

Sie können über Ihre Probleme mit Gewalt reden:

Verein EX-pression
Route de la Vignettaz 48
1700 Freiburg
Tel. 0848 08 08 08
www.ex-pression.ch/de

Zwangsheirat



Jede Person darf selbst entscheiden, ob sie heiraten will oder nicht. Niemand darf eine Person zur Heirat zwingen. Das ist eine Zwangsheirat.

In der Schweiz sind Zwangsheiraten verboten.

Zwingt Sie jemand, zu heiraten?

Sind Sie eine Frau?

Wenden Sie sich an:

Frauenhaus und Opferberatungsstelle
1700 Freiburg
Tel. 026 322 22 02
www.sf-lavi.ch

Sind Sie ein Mann?

Wenden Sie sich an:

Opferberatungsstelle für Kinder und Männer
Boulevard de Pérolles 18A
1700 Freiburg
Tel. 026 305 15 80
www.fr.ch/ja/ohg

13. Bildung und Schulpflicht für Kinder



Ein Kind zu erziehen, bedeutet: Dem Kind beim Aufwachsen helfen und ihm Dinge fürs Leben beibringen.

Die Eltern und die Schule arbeiten bei der Erziehung eines Kindes zusammen.

In der Schweiz ist die Schule obligatorisch und gratis. Im Kanton Freiburg gehen alle Kinder im Alter von 4 bis 15 Jahre zur Schule: von der 1. Klasse (1H) bis zur 11. Klasse (11H).

Es gibt **Filme** über die Schule. Sie erfahren in den Filmen mehr über die Schule. Die Filme gibt es **in mehreren Sprachen**. Hier finden Sie die Filme über die Schule in Freiburg:

www.fr.ch/osso/films

Weitere Informationen:

www.fr.ch/bkad
www.edufr.ch

Die Eltern und die Schule



Die Eltern spielen eine wichtige Rolle für die Bildung ihrer Kinder.

Zum Beispiel: Die Eltern bringen Ihren Kindern bei, den Stundenplan und die Schulregeln zu respektieren.

Die Lehrer möchten manchmal die Eltern treffen.
Es ist wichtig, dass Sie als Eltern zu diesen Treffen gehen.
An diesen Treffen:

- erhalten Sie Informationen über Ihr Kind und die Schule
- lernen Sie die Lehrer kennen
- können Sie Fragen stellen
- treffen Sie die passenden Entscheidungen für Ihr Kind

Suchen Sie Rat für die Erziehung Ihrer Kinder?

Wenden Sie sich an:

Familienbegleitung
1700 Freiburg
Tel. 026 322 86 33
www.educationfamiliale.ch/de

Weitere Informationen:

Jugendamt JA
Boulevard de Pérolles 24
1700 Freiburg
Tel. 026 305 15 30
www.fr.ch/ja

Kinderkrippen und ausserschulische Betreuung



Wenn Eltern arbeiten, muss sich jemand um die Kinder kümmern:

- tagsüber
- zur Mittagszeit
- vor und nach der Schule
- über die Feiertage

Für die Kleinen (bis zu 4 Jahre) gibt es Kinderkrippen, Tagesmütter, Vorschulen und Kindertagesstätten.

Weitere Informationen:

Freiburger Krippenverband FKV
Boulevard de Pérolles 42
1700 Freiburg
Tel. 026 429 09 92
www.crechesfribourg.ch/de

Fédération fribourgeoise d'accueil familial de jour
federation@accueillejour.ch
www.accueillejour.ch

Ältere Kinder (4 bis 12 Jahre) gehen in die Schule.
Für diese Kinder gibt es ausserschulische Betreuung (ASB).
Das heisst: Die Kinder können auch ausserhalb der Schulzeit betreut werden.

Weitere Informationen über die Betreuung nach der Schule erhalten Sie bei Ihrer Gemeinde.

Mit dem Pedibus zu Fuss in die Schule



In mehreren Gemeinden können die Kinder mit anderen Kindern zu Fuss in die Schule gehen.
Ein Vater oder eine Mutter begleitet die Kinder.
Das nennt man Pedibus.

Für den Pedibus gibt es Haltestellen und Fahrpläne.

Jeden Tag wartet ein Erwachsener an der Haltestelle auf die Kinder. Dann geht die ganze Gruppe zur Schule.

Weitere Informationen:

www.pedibus.ch/de

Kindergarten (ab 4 Jahren, 1H und 2H)



Ab dem Alter von 4 Jahren gehen die Kinder 2 Jahre lang (1H und 2H) in den Kindergarten. Sie lernen:

- mit anderen Kindern zu spielen
- mit anderen Kindern Deutsch (oder Französisch) zu sprechen

Der Kindergarten ist obligatorisch.

Primarschule (ab 6 Jahren, 3H bis 8H)



Mit 6 Jahren kommen die Kinder 6 Jahre lang in die Primarschule (3H bis 8H).

Diese Schulfächer gibt es:

- Sprachen (Deutsch, Französisch und später Englisch)
- Mathematik
- die Umwelt (die Natur, die Geographie, die Geschichte...)
- Musik und Singen
- kreative Tätigkeiten (Zeichnen, Malen, Handwerk...)
- Sport

Im letzten Jahr der Primarschule (8H) geht es um den Wechsel in die Orientierungsschule (OS).

In der OS gibt es verschiedene Klassen.

Das Kind kommt in eine passende Klasse.

Orientierungsschule (ab 12 Jahren, 9H bis 11H)

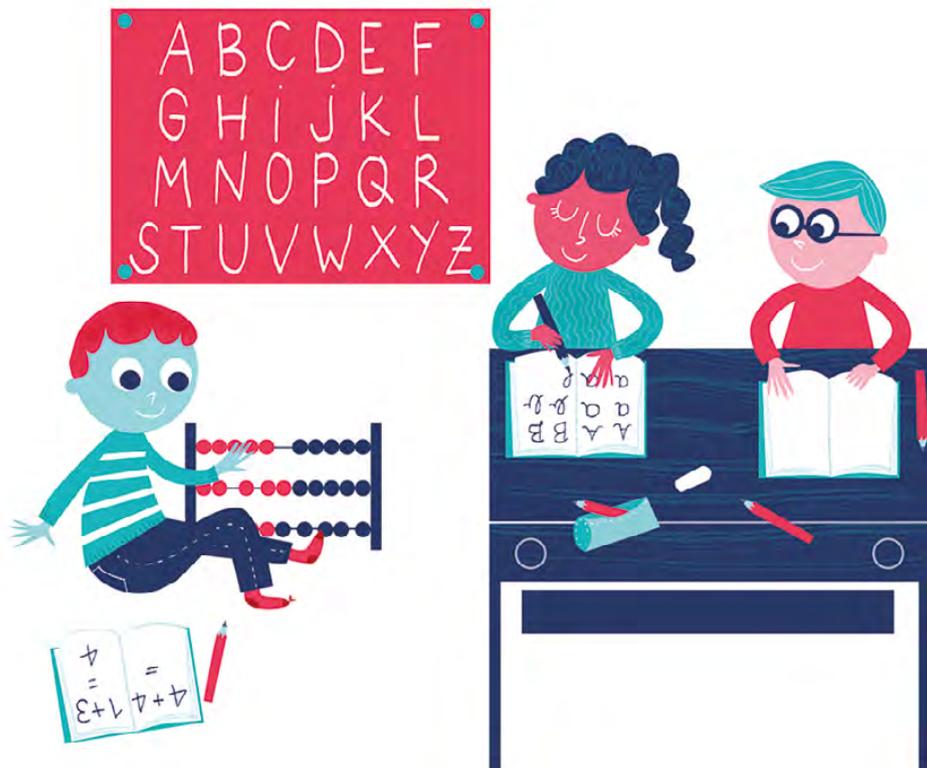


Mit 12 Jahren kommen die Kinder 3 Jahre lang (9H bis 11H) in die Orientierungsschule (**OS**).

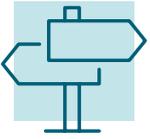
Ihr Kind geht in eine dieser 3 Klassen:

- **Realklasse**
Öffnet den Weg für eine Lehre.
- **Sekundarklasse**
Öffnet den Weg für eine Lehre oder eine weitere Schule.
- **Progymnasialklasse**
Öffnet den Weg für das Gymnasium oder eine Lehre.

Vielleicht ist der Unterricht zu leicht oder zu schwierig.
Dann kann das Kind die Klasse wechseln.
Zum Beispiel von einer Realklasse in eine Sekundarklasse.
Die Schulnoten entscheiden, ob ein Wechsel möglich ist.



Berufswahl, Studienwahl



Nach der Orientierungsschule (OS) wählen einige Kinder einen Beruf und beginnen eine Lehre.
Andere Kinder gehen weiter in die Schule.
Danach möchten sie studieren.
Die Eltern sollen ihrem Kind helfen, einen Beruf zu finden.
Es ist wichtig, dass dem Kind der Beruf gefällt.

Kinder und Eltern können sich bei einer **Berufsberatung** beraten lassen. Fragen Sie bei Ihrer Orientierungsschule nach. Sie kann Ihnen sagen, wo die nächste Beratungsstelle ist.

Sie können sich auch an dieses Amt wenden:

Amt für Berufsberatung und Erwachsenenbildung BEA
Rue St-Pierre-Canisius 12
1700 Freiburg
Tel. 026 305 41 86
www.fr.ch/bea

Informationen über Lehrstellen und Ausbildungen finden Sie hier (in mehreren Sprachen vorhanden):

www.berufsberatung.ch

Fremdsprachige Schüler



Fremdsprachige Schüler sprechen noch kein Deutsch oder Französisch. Sie sprechen eine andere Sprache.

Fremdsprachige Schüler gehen in die gleiche Klasse wie alle anderen Schüler. Sie haben:

- Unterricht mit allen anderen Kindern
- spezielle Kurse für Deutsch (oder Französisch)

**Sind Sie Eltern von fremdsprachigen Kindern?
Möchten Sie mehr über die Schule in Freiburg erfahren?**

Es gibt **Filme** und **Informationsblätter** (Flyer).
Sie erklären die Schule im Kanton Freiburg.

Diese Filme und Informationsblätter gibt es in mehreren Sprachen.

Hier finden Sie die Filme:

www.fr.ch/osso/filme

Weitere Informationen über die Schule im Kanton Freiburg auf Deutsch:

Schulung fremdsprachiger Kinder
Mariahilfstrasse 2
1712 Tafers
Tel. 026 305 40 90
www.fr.ch/osso

Weitere Informationen über die Schule im Kanton Freiburg auf Französisch:

Scolarisation des enfants migrants
Route André Piller 21
1762 Givisiez
Tel. 026 305 46 15
www.fr.ch/osso

**Sie möchten Ihr Kind auf die Schule vorbereiten?
Ihr Kind ist zwischen 0 und 7 Jahre alt?
Möchten Sie die Schule in der Schweiz besser verstehen?**

Sie können den Kurs **Schulstart+** besuchen.
Dieser Kurs ist für Kinder und ihre Eltern.

Wenden Sie sich an:

Familienbegleitung
1700 Freiburg
Tel. 026 322 86 33
www.educationfamiliale.ch/de

**Möchte Ihr Kind mehr über die Sprache und Kultur Ihres
Herkunftslandes erfahren?**

Ihr Kind kann Kurse über die Sprache und Kultur Ihres
Herkunftslandes besuchen. Das sind HSK-Kurse.

Weitere Informationen:

www.fr.ch/osso

14. Einen Beruf lernen (ab 15 Jahren)



Am Ende der Orientierungsschule (OS) haben die Jugendlichen 2 Möglichkeiten:

- sie können eine Lehre machen, um einen Beruf zu lernen
- sie können weiter in die Schule gehen und dann studieren

Eine Lehre machen (ab 15 Jahren)



Ein Jugendlicher beginnt eine Lehre. Dann ist er ein **Lehrling**. Der Lehrling lernt einen Beruf in einem Unternehmen. Zum Beispiel: Bäcker, Mechaniker oder kaufmännischer Angestellter. Der Lehrling arbeitet 3 oder 4 Tage pro Woche im Unternehmen. 1 oder 2 Tage pro Woche geht er in die Berufsschule.

Der Lehrling erhält einen Lohn von seinem Arbeitgeber.

Es gibt 2 Arten von Lehren:

- **die EBA-Lehre: Sie dauert 2 Jahre**
EBA bedeutet: Eidgenössisches Berufsattest.
- **die EFZ-Lehre: Sie dauert 3 oder 4 Jahre**
EFZ bedeutet: Eidgenössisches Fähigkeitszeugnis.

Eine Lehrstelle finden:

www.berufsberatung.ch

Vielleicht will ein Jugendlicher die **Berufsmaturität** machen. Dann kann er während der Lehre oder danach Kurse besuchen.

Mit der Berufsmaturität kann man an einer Fachhochschule (FH) studieren.

Weitere Informationen:

Amt für Berufsbildung BBA
Derrière-les-Remparts 1
1700 Freiburg
Tel. 026 305 25 00
www.fr.ch/bba

Nach der OS weiter in die Schule gehen (ab 15 Jahren)



Nach der Orientierungsschule (OS) gehen manche Jugendliche weiter in die Schule. Sie besuchen an 5 Tagen in der Woche eine **Schule der Sekundarstufe 2**.

Zum Beispiel:

- eine Fachmittelschule
- eine Handelsmittelschule
- ein Gymnasium

Diese Tabelle zeigt die verschiedenen Schulen:

Welche Schule?	Wie lange?	Für welches Diplom?
Fachmittelschule	3 Jahre	Fachmittelschulabschluss
Handelsmittelschule	4 Jahre	Eidgenössisches Fähigkeitszeugnis (EFZ) + Kaufmännische Berufsmaturität
Gymnasium	4 Jahre	Gymnasiale Maturität

Weitere Informationen:

www.fr.ch/de/s2

Integrationskurse



Junge Migranten (über 16 Jahre) können

Integrationskurse besuchen.

Sie können sich mit diesen Kursen auf eine Berufslehre vorbereiten.

Diese jungen Menschen können auch vor der Lehre ein Vorbereitungsjahr besuchen. Dieses Angebot heisst Integrationsvorlehre (INVOL).

Weitere Informationen:

Amt für Berufsbildung BBA
Derrière-les-Remparts 1
1700 Freiburg
Tel. 026 305 25 00
www.fr.ch/bba

Studium (Universitäten und andere Hochschulen)



Nach dem Gymnasium können junge Erwachsene studieren:

- an einer Universität
- an einer Eidgenössischen Technischen Hochschule (ETH)
- an einer Fachhochschule (FH)

Für weitere Informationen wenden Sie sich an:

Amt für Berufsberatung und Erwachsenenbildung BEA
Rue St-Pierre-Canisius 12
1700 Freiburg
Tel. 026 305 41 86
www.fr.ch/bea

Dienststelle für Zulassung und Einschreibung
Universität Freiburg
Rue de Rome 1
1700 Freiburg
Tel. 026 300 70 20
www.unifr.ch

Stipendien für Studium und Ausbildung



Einige Studenten können sich für ein Stipendium bewerben. Ein Stipendium ist **Geld**.

Der Kanton Freiburg bezahlt dem Studenten während seines Studiums oder seiner Ausbildung ein Stipendium.

Weitere Informationen:

Amt für Ausbildungsbeiträge ABBA
Rue St-Pierre-Canisius 12
1700 Freiburg
Tel. 026 305 12 51
www.fr.ch/abba

Anerkennung ausländischer Diplome



**Haben Sie ein Diplom aus dem Ausland?
Wollen Sie wissen, ob Ihr Diplom in der Schweiz anerkannt wird?**

Informationen erhalten Sie bei dem Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation (SBFI):

www.sbfi.admin.ch

Ausweis für Ihre Berufserfahrung



**Sind Sie seit mehr als 5 Jahren in Ihrem Beruf tätig?
Haben Sie für diesen Beruf kein Diplom,
das in der Schweiz gültig ist?**

Vielleicht können Sie trotzdem ein Diplom erhalten. Das heisst: Validierung von Bildungsleistungen.

Sie zeigen, welche Berufserfahrung Sie haben.
Dann können Sie das eidgenössische Fähigkeitszeugnis (EFZ)
oder das eidgenössische Berufsattest (EBA) erhalten.

Weitere Informationen:

Amt für Berufsberatung und Erwachsenenbildung BEA
Rue St-Pierre-Canisius 12
1700 Freiburg
Tel. 026 305 41 86
www.fr.ch/bea

Weiterbildung für Erwachsene



In der Schweiz absolvieren viele Erwachsene Ausbildungskurse.
Sie möchten:

- mehr wissen
- neue Dinge lernen

Sie machen deshalb eine Weiterbildung. Erwachsene mit einer
Weiterbildung haben bessere Chancen bei der Arbeitssuche.
Einige Arbeitgeber bieten ihren Mitarbeitern Schulungen an.
Fragen Sie Ihren **Arbeitgeber**.

Weitere Informationen finden Sie auch auf der Website
für Weiterbildung in der Schweiz:

www.weiterbildung.swiss
www.weiterbildung.ch

Und auf der Website des Interprofessionellen
Weiterbildungszentrums IWZ:

www.cpi.ch/de

15. Schutz von Natur und Umwelt



Der Schutz von Natur und Umwelt ist wichtig.

Die Umwelt ist das, was uns umgibt.
Zum Beispiel Bäume, Flüsse, aber auch Städte und Dörfer.

Natur im Kanton Freiburg



Der Kanton Freiburg hat eine wunderschöne Natur mit verschiedenen Landschaften.
Zum Beispiel Seen, Berge, Flüsse, Wälder, Felder...

Der Kanton Freiburg hat Städte und Dörfer mit einer langen Geschichte.

Die **Landwirtschaft** ist im Kanton wichtig.
Die Bauern produzieren Obst, Gemüse, Fleisch, Milch und Käse.
Manche Bauern verkaufen diese lokalen Produkte auf Märkten, auf ihren Bauernhöfen oder in Geschäften.

In der Schweiz ist die Qualität des Leitungswassers gut.
Sie können das Wasser in den Häusern und Wohnungen direkt ab dem Wasserhahn trinken.

Die Natur respektieren



Wir müssen die Natur respektieren.

Es gibt Regeln:

- werfen Sie keinen Abfall in der freien Natur weg
- verbrennen Sie keinen Abfall
- gehen Sie nicht durch bepflanzte Felder
- fällen Sie keine Bäume
- erschrecken Sie keine Tiere

Öffentliche Orte respektieren



In jeder Gemeinde (Stadt und Dorf) gibt es öffentliche Orte.

Das sind Orte, die jeder nutzt.

Zum Beispiel Strassen oder Spielplätze.

Jede Gemeinde hat **Regeln**.

Regeln beschreiben, wie man sich an öffentlichen Orten verhalten soll. Zum Beispiel:

- werfen Sie keinen Abfall auf die Strasse
- machen Sie keinen Lärm, der die anderen stört, besonders nachts
- nehmen Sie Ihren Hund an die Leine

Sie erhalten die Regeln (oder das Reglement) bei Ihrer Gemeinde.

Abfall für die Sammelstelle



Im Kanton Freiburg trennt man den Abfall.
In den Gemeinden gibt es Abfallsammelstellen
zum Beispiel für:

- Papier
- PET-Flaschen
- Glas
- Aluminium
- Glühbirnen und Batterien
- Früchte und Gemüseabfälle
- Gartenabfälle
- defekte Elektrogeräte

Bringen Sie diesen Abfall zur Sammelstelle.

Die Sammelstelle recycelt Abfälle.
Recyceln heisst: wiederverwenden.
Zum Beispiel entstehen aus altem Glas neue Flaschen.

Informationen zu den Sammelstellen erhalten Sie
bei Ihrer Gemeinde. Oder Sie können auf der Website
der Gemeinde nachschauen.
Zum Beispiel, wann die Sammelstelle geöffnet ist.

Abfall für Abfallsäcke



Welche Abfälle gehören in den Abfallsack?
Die Abfälle, die Sie nicht zur Sammelstelle bringen.

Jede Gemeinde hat eigene Abfallsäcke.
Zum Beispiel können Sie den Abfallsack von Bulle
nicht in Murten verwenden.
Sie müssen die Abfallsäcke für Ihre Gemeinde kaufen.

So entsorgen Sie Ihren Abfallsack:
In den Gemeinden gibt es oft 2 Möglichkeiten:

- werfen Sie den Abfall in den Container
- stellen Sie den Abfallsack auf die Strasse
Sie müssen den Abfallsack an 1 bestimmten Tag
vor Ihrem Haus auf die Strasse stellen.
Die Mitarbeiter der Gemeinde holen Ihren Abfall ab.

Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrer Gemeinde.

**Sie dürfen keine Abfälle in der freien Natur verbrennen.
Das ist verboten.**

Weitere Informationen zum Schutz der Natur:

Amt für Umwelt AfU
Impasse de la Colline 4
1762 Givisiez
Tel. 026 305 37 60
www.fr.ch/afu



16. Freizeit und Aktivitäten im Kanton Freiburg



Hobbys und Freizeit-Aktivitäten sind wichtig.
Zum Beispiel Sport oder Musik.

So können Sie:

- Neues lernen
- neue Leute kennenlernen
- sich gut fühlen

Freiburger Volksfeste



Volksfeste sind für alle.
Die grossen Freiburger Feste finden vor allem
im Herbst und im Winter statt.

Die Kilbi: Es ist ein Fest für das Ende der Arbeit auf den Feldern.
Daher sind diese Feste meistens im September oder im Oktober.
An der Kilbi kann man Spezialitäten aus Freiburg essen.

Der Alpabzug: Die Kühe verbringen den Sommer auf
den Bergwiesen. Im September oder im Oktober kommen
die Kühe ins Tal. Dies nennt man den Alpabzug.
In mehreren Dörfern feiern die Bewohner den Alpabzug.
Zum Beispiel in Plaffeien, Jaun, Charmey und Semsales.

Sankt Nikolaus: Die Stadt Freiburg feiert den Nikolaustag
am 1. Samstag im Dezember. Sankt Nikolaus reitet auf
einem Esel durch die Stadt. Vom Balkon der Kathedrale aus,
spricht er dann zu den Leuten.

Fasnacht: Im Februar feiern mehrere Städte und Dörfer im Kanton Fasnacht. Es ist ein Fest, um den Winter zu vertreiben. An der Fasnacht verkleiden sich viele Menschen. Sie ziehen verschiedene Kostüme an.

Weitere Informationen zu den Freiburger Festen:

www.fr.ch/de/tradifri

Kultur



Im Kanton Freiburg gibt es viele kulturelle Aktivitäten. Gehen Sie zum Beispiel ins Theater. Oder hören Sie sich ein Konzert an und besuchen Sie ein Museum.

In mehreren Städten im Kanton gibt es Museen und Theater.

Jedes Jahr finden in Freiburg bekannte Festivals statt. Zum Beispiel:

- das Internationale Filmfestival Freiburg (FIFF) im März
- das Internationale Folkloretreffen Freiburg (RFI) im August

Informationen über kulturelle Aktivitäten erhalten Sie in einem **Tourismusbüro**.

Im Kanton Freiburg gibt es zahlreiche Musikgruppen (Guggenmusik, Orchester, Chöre).

Diese Gruppen werden **Gesellschaften** (oder **Vereine**) genannt. Es gibt Gesellschaften für alle: Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Weitere Informationen:

www.fribourgregion.ch/de
www.fr.ch/ka

Sport



Im Kanton Freiburg gibt es viele Sportaktivitäten. Es gibt Sportvereine für verschiedene Sportarten. Zum Beispiel Fussball, Basketball, Hockey oder Laufgruppen. In den Vereinen können alle Altersgruppen mitmachen.

Im Kanton gibt es mehrere bekannte Profi-Sportteams:

- der Eishockey-Club Fribourg Gottéron
- der Basketball-Club Fribourg Olympic
- der Basketball-Club Elfic Fribourg
- der Volleyball-Club Power Cats Düdingen
- der Badminton-Club Tafers

Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrer Gemeinde oder auf diesen Websites:

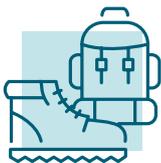
www.fribourgregion.ch/de

www.afs-fvs.ch/de

www.fr.ch/spa



Wandern



In der Schweiz wandern viele Leute.
Beim Wandern können Sie sich bewegen
und die Natur entdecken.
Im Kanton Freiburg gibt es viele Wanderwege.

Weitere Informationen:

www.fribourgregion.ch
www.wanderland.ch

Vereine



In der Schweiz gibt es viele **Vereine**.

Und es gibt viele verschiedene Vereine. Zum Beispiel, um:

- gemeinsam ein Hobby zu machen (Sport, Musik...)
- anderen Menschen zu helfen (Deutschunterricht geben, Bücher für ältere Menschen vorlesen)
- Dinge zu schützen (die Natur, historische Gebäude)
- Personen aus dem gleichen Land zu treffen (portugiesischer Verein, italienischer Verein...)

Vereine sind im Leben des Kantons Freiburg wichtig.
Sie sind für alle offen.

Machen Sie bei einem Verein mit? Dann werden Sie **Mitglied**
dieses Vereins. Im Verein lernen Sie neue Leute kennen.

Weitere Informationen über Vereine erhalten Sie
bei Ihrer Gemeinde.

«Gemeinsam in der Gemeinde»



«Gemeinsam in der Gemeinde» ist ein Programm. Diese Gemeinden nehmen am Programm teil (Jahr 2023): Bulle, Düringen, Estavayer, Freiburg, Marly, Schmiten, Tafers, Villars-sur-Glâne und Wünnewil-Flamatt. Das Programm unterstützt das Zusammenleben der Menschen in der Gemeinde.

Die Einwohner dieser Gemeinden können **Vernetzer+** werden. Die Vernetzer+ nehmen am Leben in der Gemeinde teil. Sie organisieren Aktivitäten und lernen Neues. Sie treffen andere Einwohner und verbreiten eine offene Haltung.

**Wohnen Sie in einer dieser Gemeinden?
Möchten Sie Vernetzer+ werden?**

Informationen finden Sie auf der Website:

www.gemeinsam-in-der-gemeinde.ch

Freiwilligenarbeit



Freiwilligenarbeit (auch: ehrenamtliche Arbeit) bedeutet:

- eine Tätigkeit ausüben, ohne Geld zu erhalten
- seine Zeit für andere einsetzen

Mit Freiwilligenarbeit können Sie neue Dinge lernen und neue Leute treffen.

In der Schweiz arbeiten viele Menschen freiwillig.
Zum Beispiel:

- sie helfen bei der Vorbereitung eines Festes oder Festivals
- sie helfen in einem Sportverein mit
- sie bringen älteren Menschen Essen
- sie fahren Menschen mit gesundheitlichen Problemen zum Arzt
- sie kochen in einem Skilager

Wollen Sie einen Teil Ihrer Zeit für andere Menschen einsetzen?

Sie können mit Ihren Freunden darüber sprechen.
Oder wenden Sie sich an:

Bénévolat Fribourg Freiburg
Boulevard de Pérolles 42
1700 Freiburg
Tel. 026 422 37 07
www.benevolat-fr.ch/de

Religion



Im Kanton Freiburg darf jeder seine Religion selbst wählen und leben. Das steht in der Kantonsverfassung (die höchsten Regeln des Kantons).

Im Kanton Freiburg sind die meisten Menschen Christen. Sie sind Katholiken oder Protestanten (reformiert). Es gibt aber auch andere Religionen im Kanton.

Weitere Informationen zu gewissen Religionen:

Katholische Kirche des Kantons Freiburg
www.kath-fr.ch

Evangelisch-reformierte Kirche des Kantons Freiburg
(oder protestantische Kirche)
www.ref-fr.ch

Union des associations musulmanes de Fribourg
www.uamf.ch

Schweizerischer Israelitischer Gemeindebund
www.swissjews.ch

17. Die Schweizer Politik



Die Schweiz ist eine **Demokratie**.

In einer Demokratie entscheidet das **Volk**.

Die Bürger eines Landes sind das Volk.

Sie haben das Wahlrecht und das Stimmrecht.

Die Bürger entscheiden auf 3 politischen Ebenen mit:

- auf **Gemeinde-Ebene**
(zum Beispiel über eine neue Konzert-Halle in der Gemeinde)
- auf **Kantons-Ebene**
(zum Beispiel über den Bau einer Brücke)
- auf **Bundes-Ebene**
(zum Beispiel über den Vaterschafts-Urlaub oder den Schutz der Natur)

Die Verfassung



Die **Verfassung** und die **Gesetze** sind Regeln.

In diesen Regeln steht, wie die Schweiz, die Kantone und die Gemeinden organisiert sind.

Diese Regeln sind für alle:

- Regeln zwischen den Einwohnern des Landes
- Regeln zwischen den Einwohnern und dem Staat (der Regierung des Landes)

Abstimmungen und Initiativen



Die Bürger nehmen an Abstimmungen und Wahlen teil. Sie stimmen und wählen mehrmals im Jahr. Zum Beispiel:

- ein neues Gesetz annehmen oder ablehnen
- die Mitglieder der Regierung des Landes, der Kantone und der Gemeinden wählen

Die Schweiz ist eine direkte Demokratie. Das bedeutet: Bürger können eine **Volksinitiative** oder ein **Referendum** vorschlagen. Damit wollen sie die Verfassung oder ein Gesetz ändern. Zum Beispiel: eine Initiative zum Schutz der Landschaft oder um die Situation der Familien zu verbessern.

Politische Macht in der Schweiz



In der Schweiz gibt es 2 Arten von politischer Macht:

- die **Legislative**: das Parlament
Das Parlament ändert Gesetze und macht neue Gesetze.
- die **Exekutive**: die Regierung
Die Regierung setzt die Gesetze durch.

Die Legislative und die Exekutive arbeiten auf 3 Ebenen: Auf der Ebene der Gemeinden, der Kantone und des Bundes. Die Legislative und die Exekutive heissen auf den 3 politischen Ebenen anders. Die folgende Tabelle zeigt das:

	Legislative	Exekutive
Ebene Gemeinde	Gemeinde-Versammlung (oder General-Rat)	Gemeinde-Rat (oder Stadt-Rat)
Ebene Kanton	Grosser Rat	Staats-Rat
Ebene Bund	Bundes-Versammlung: Sie besteht aus dem Nationalrat und dem Ständerat	Bundesrat (mit 7 Bundesräten)

Ein Rat oder eine Versammlung ist eine Gruppe von Personen.
Die Bürger wählen den Rat oder die Versammlung.
Die Gruppen diskutieren und entscheiden gemeinsam.

Die Gerichte in der Schweiz und im Kanton Freiburg



Hat jemand etwas getan, das verboten ist?

Dann muss die Person vielleicht vor Gericht.
Die Richter fragen die Person, was sie getan hat.
Dann entscheiden die Richter, ob die Person etwas getan hat,
das verboten ist oder nicht.
Also: ob die Person schuldig oder nicht schuldig ist.

Ist die Person schuldig?

Sie erhält eine **Strafe**. Eine Strafe kann eine Busse
oder eine Gefängnis-Strafe sein.

Es gibt 3 Arten von Gerichten. Diese 3 Gerichte befassen sich
mit unterschiedlichen Problemen:

- **Zivil-Gericht:** Das Zivil-Gericht ist zuständig für Probleme
zwischen Einwohnern.
- **Straf-Gericht:** Das Straf-Gericht ist zuständig, wenn
eine Person das Gesetz bricht.
- **Verwaltungs-Gericht:** Das Verwaltungs-Gericht ist zuständig
für Probleme zwischen einer Person und dem Staat.

Im Kanton Freiburg gibt es **7 Bezirks-Gerichte**
und **1 Kantons-Gericht**.

Das Bezirks-Gericht entscheidet als erstes Gericht.
Verurteilen die Richter eine Person?
Dann hat die Person 2 Möglichkeiten:

- die Person ist einverstanden mit der Verurteilung
- die Person ist nicht einverstanden mit der Verurteilung
Sie kann verlangen, dass das Kantons-Gericht den Fall
neu beurteilt. Dazu sagt man: **Berufung**.

Das Bundes-Gericht ist das höchste Gericht.
Es hat das letzte Wort in der Schweiz.

Weitere Informationen über die Gerichte im Kanton Freiburg:

www.fr.ch/gb

Die politischen Rechte von ausländischen Personen



**Haben Sie eine C-Bewilligung?
Wohnen Sie seit mehr als 5 Jahren im Kanton Freiburg?**

Dann haben Sie auf **Ebene der Gemeinde** die gleichen politischen Rechte wie die Schweizer Bürger:

- Sie können bei Entscheiden in Ihrer Gemeinde abstimmen
- Sie können an der Gemeinde-Versammlung teilnehmen
- Sie können die Mitglieder des General-Rats und des Gemeinde-Rats Ihrer Gemeinde wählen
- Sie können zur Wahl für den General-Rat oder den Gemeinde-Rat antreten

Auch so können Sie am öffentlichen Leben teilnehmen



Möchten Sie aktiv am öffentlichen Leben in Ihrer Gemeinde teilnehmen? Dann gibt es neben dem Abstimmen und Wählen noch andere Möglichkeiten.

Sie können in einem Verein aktiv sein. Zum Beispiel in einem Nachbarschafts-Verein.

Sie können auch eine **Petition** starten und unterschreiben. Eine Petition ist ein Text. In dem Text bittet man den Staat um etwas. Oder man sagt, dass man mit etwas nicht einverstanden ist. Jeder Einwohner kann Petitionen starten und unterschreiben. Egal ob Schweizer oder Ausländer. Sie können auch Mitglied einer politischen Partei werden.

Eine politische Partei ist eine Gruppe von Personen.
Die Personen denken ähnlich über verschiedene Dinge.
Eine politische Partei schlägt Lösungen für Probleme vor,
die für die Partei wichtig sind.

Das sind die grössten politischen Parteien im Kanton Freiburg:

Die Liberalen FDP
www.plrf.ch/de

Die Mitte
<https://fr.le-centre.ch/de>

Grüne
www.verts-fr.ch/de

Grünliberale GLP
www.fr.grunliberale.ch

Mitte Links CSP
<https://cg-pcs-fribourg.ch>

Schweizerische Volkspartei SVP
www.svp-fr.ch

Sozialdemokratische Partei SP
www.ps-fr.ch/de

Den Schweizerpass erhalten



Sind Sie Ausländer?

Wollen Sie den Schweizer Pass erhalten?

Erfüllen Sie die Kriterien nach dem Gesetz?

Dann können Sie ein Gesuch zur Einbürgerung machen.

Jeder entscheidet selbst, ob er Schweizer werden möchte. Die Behörden entscheiden dann über das Gesuch zur Einbürgerung.

Ein eingebürgerter Ausländer hat die **gleichen politischen Rechte** wie alle anderen Schweizer.

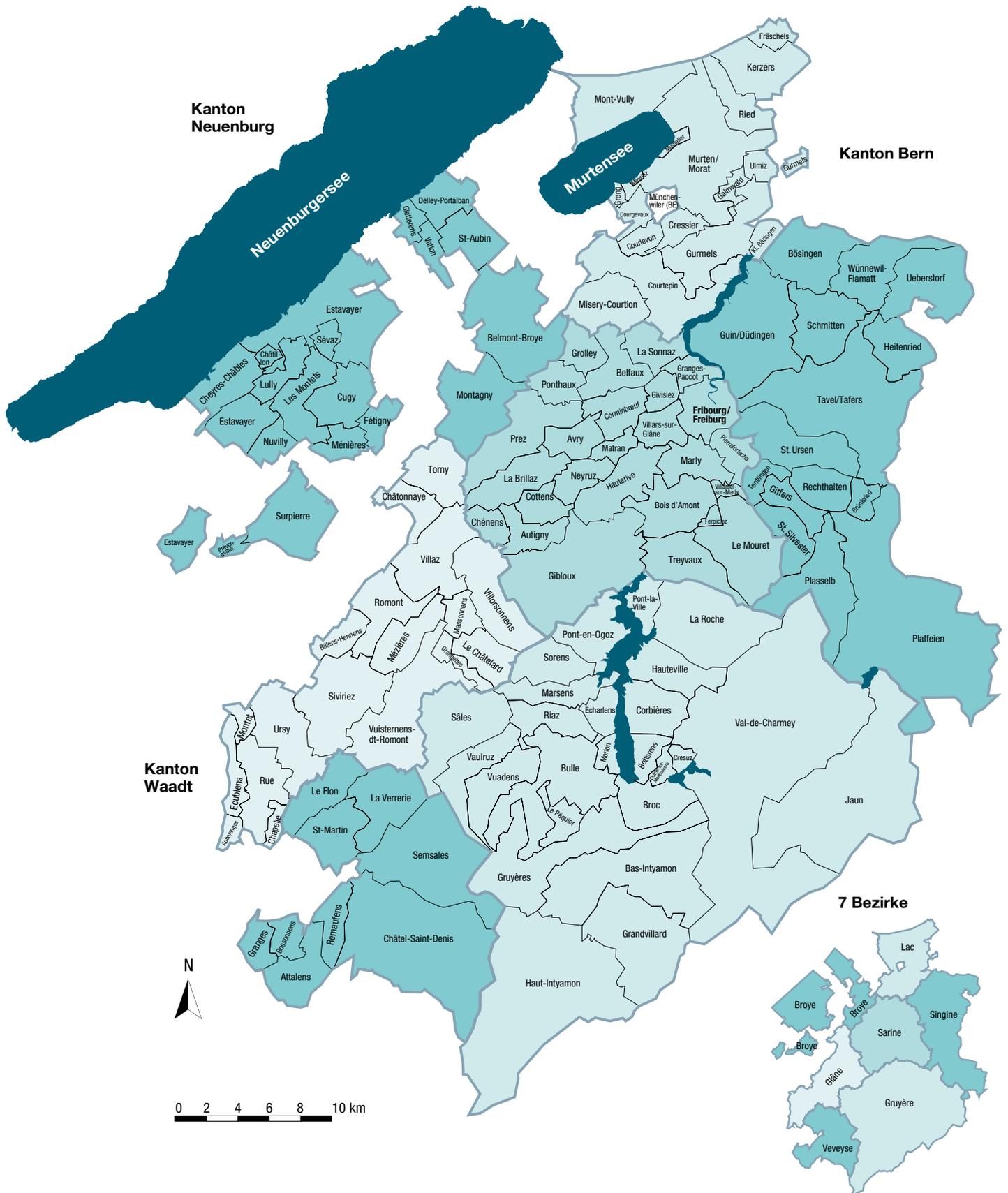
Mit dem Schweizer Pass können Sie auf 3 Ebenen wählen und für ein Amt kandidieren:

- auf Gemeinde-Ebene
- auf Kantons-Ebene
- auf Bundes-Ebene

Weitere Informationen:

Amt für institutionelle Angelegenheiten, Einbürgerungen
und Zivilstandswesen IAEZA
Route des Arsenaux 41
1700 Freiburg
Tel. 026 305 14 17
www.fr.ch/iaeza

18. Die Karte des Kantons Freiburg



Der Kanton Freiburg in Kürze (Jahr 2022)

Fläche	1592 km ²
Bevölkerung	334'000 Einwohner
Amtssprachen	Deutsch, Französisch
Hauptstadt	Freiburg
Bezirke und Gemeinden	7 Bezirke – 128 Gemeinden
Webseite des Kantons Freiburg	www.fr.ch
Fachstelle für die Integration der MigrantInnen und für Rassismusprävention IMR	www.fr.ch/de/imr integration@fr.ch Tel. 026 305 14 85



19. Nützliche Wörter für den Alltag

Seite	Wörter	Was bedeuten die Wörter?
66, 69	1H, 2H, 3H	So zählen wir die Jahre in der Schule. Die obligatorische Schule geht von 1H (für Kinder ab 4 Jahren) bis 11H (für Jugendliche bis 15 Jahre).
37	AHV	AHV heisst « A lters- und H interlassenen- V ersicherung». Pensionierte Personen erhalten von der AHV Geld. Dieses Geld nennt man: Rente.
37	ALV	ALV heisst: « A rbeitslosen- V ersicherung». Jemand verliert seine Arbeit. Dann gibt diese Versicherung der Person während einigen Monaten Geld.
41	arbeitslos	Eine Person verliert ihre Arbeit. Dann ist sie arbeitslos.
41	Arbeitslosengeld	Geld, das eine Person bekommt, wenn sie die Arbeit verliert.
17, 18	Asyl	Asyl beantragen heisst: Eine Person ist aus ihrem Land geflohen. Die Person möchte in einem anderen Land in Sicherheit sein und dort leben.
11	Asylsuchender	Eine Person, die Asyl beantragt hat und noch auf den Entscheid wartet.
17, 18	Aufenthaltsbewilligung	Das Recht für eine ausländische Person, in der Schweiz zu wohnen. Zum Beispiel: B-Bewilligung, C-Bewilligung, F-Bewilligung, N-Bewilligung, S-Bewilligung.
77, 78	Ausbildung	Eine Ausbildung machen heisst: einen Beruf lernen oder ein Studium machen.
67	Ausserschulische Betreuung	Die ausserschulische Betreuung kümmert sich ausserhalb der Schulzeit um die Kinder.
53	Behinderung	Wenn man ein Gesundheits-Problem hat, das bleibt. Es gibt verschiedene Behinderungen. Zum Beispiel eine Seh-Behinderung, eine Hör-Behinderung oder eine kognitive Behinderung.
62	Beitrag	Manche Personen haben zu wenig Geld. Dann bekommen Sie vom Kanton Geld. Dieses Geld ist ein Beitrag. Zum Beispiel, um die Kranken-Versicherung zu bezahlen.

71	Berufsberatung	Die Berufsberatung hilft Jugendlichen, einen Beruf oder ein Studium zu finden.
26, 46	Bestätigung	Ein offizielles Dokument mit wichtigen Informationen. Zum Beispiel: In der Wohnsitz-Bestätigung steht, dass Sie in der Gemeinde wohnen.
75, 77	Diplom	Man hat eine Ausbildung oder ein Studium abgeschlossen. Dann erhält man ein Diplom.
19	Diskriminierung oder diskriminiert werden	Wenn Menschen oder Gruppen benachteiligt oder ungerecht behandelt werden. Zum Beispiel, weil sie eine andere Hautfarbe oder eine andere Religion haben.
23	Dolmetscher	Ein Dolmetscher übersetzt eine Sprache in eine andere Sprache.
95	Einbürgerung	Mit der Einbürgerung erhält eine ausländische Person den Schweizer Pass.
43	Einkommen	Geld, das man bei der Arbeit verdient. Man sagt auch: der Lohn.
28	Empfangsgebühr für Radio und Fernsehen	Geld, das man jedes Jahr für das Radio und das Fernsehen bezahlen muss.
66	Erziehung	Erziehung heisst: Dem Kind beim Aufwachsen helfen und ihm Dinge fürs Leben beibringen.
59	Familienzulagen	Geld, das Familien für ihre Kinder bekommen.
11, 18	Flüchtling	Eine Person, die Asyl erhalten hat und im Land bleiben darf.
26, 43	Formular	Ein Dokument, das man ausfüllt. Man schreibt seinen Namen, seine Adresse und andere Informationen in das Formular.
88	Freiwilligenarbeit	Eine Person macht eine Aktivität. Für diese Aktivität erhält die Person kein Geld. Oder diese Person setzt ihre Zeit für andere Menschen ein, ohne bezahlt zu werden.
72	fremdsprachig	Eine Person kommt aus einem anderen Land. Sie spricht noch kein Deutsch oder Französisch. Sie spricht eine andere Sprache. Die Person ist also fremdsprachig.

9, 13	Gemeinde	Eine Stadt, ein Dorf oder mehrere Dörfer zusammen.
14	Gemeinde-Verwaltung	Die Gemeinde-Verwaltung ist im Gemeindehaus oder im Rathaus. Auf der Gemeinde-Verwaltung gibt es verschiedene Ämter. Zum Beispiel die Einwohner-Kontrolle.
16, 90	Gesetz	Regeln für das Land, die Kantone und die Gemeinden.
48	Hausarzt	Arzt für die ganze Familie. Für die Kinder gibt es den Kinderarzt. Zum Hausarzt sagt man auch Allgemein-Mediziner.
26, 28	Immobilien-Verwaltung	Eine Firma. Sie vermietet und verkauft Häuser und Wohnungen. Man sagt auch: Immobilien-Agentur.
11, 22	Integration	Menschen aus verschiedenen Ländern ein gutes Zusammenleben ermöglichen. Integration ist, wenn sich eine Person an ihrem neuen Ort wohl fühlt. Zum Beispiel: Sie spricht die Sprache, sie hat Freunde und eine Arbeit.
37	IV	IV heisst: «Invalidenversicherung». Diese Versicherung gibt Menschen mit Behinderung Geld.
67	Krippe	Die Krippe kümmert sich um die jungen Kinder, wenn die Eltern bei der Arbeit sind.
70, 74	Lehre	Einen Beruf bei einer Firma lernen. Man sagt: eine Lehre machen. Es gibt verschiedene Lehren (EBA und EFZ). Die Lehren dauern unterschiedlich lang.
26	Lohnausweis	Im Lohnausweis steht, wie viel Geld Sie pro Monat verdienen.
27	Miete	Man bezahlt jeden Monat Geld, damit man in der Wohnung wohnen kann.
27	Mieter	Eine Person, die ein Haus oder eine Wohnung mietet. Sie bezahlt jeden Monat Miete. Das Haus oder die Wohnung gehört dem Vermieter.
27	Mietkaution	Man mietet ein Haus oder eine Wohnung. Dann muss man vor dem Einzug Geld bezahlen. Dieses Geld ist die Mietkaution.
11	Migrant	Eine Person, die ihr Land verlässt und in ein anderes Land zieht.

59	Mutterschaftsentschädigung	Geld, das Frauen nach der Geburt ihres Babys bekommen.
59	Mutterschaftsurlaub	Der Mutterschafts-Urlaub dauert mindestens 14 Wochen. In dieser Zeit (nach der Geburt), müssen die Mütter nicht zur Arbeit gehen.
48, 55	Notfall	Eine schlimme Situation. Man braucht schnell Hilfe. Zum Beispiel: Wenn man schwer verletzt ist und ins Spital muss.
43	Öffentliche Dienstleistungen	Dienstleistungen für alle. Zum Beispiel: Schulen, Spitäler, öffentliche Verkehrsmittel, Strassen.
70	Orientierungsschule OS/Sekundarstufe 1	Schule für Kinder von 12 bis 15 Jahren.
37	Pensionskasse oder berufliche Vorsorge	Sie zahlen während Ihres Lebens in die Pensionskasse ein. Die Pensionskasse zahlt Ihnen dann Ihre Rente, wenn Sie pensioniert sind.
19	Rassismus	Wenn man aufgrund seiner Herkunft, seiner Hautfarbe oder seiner Religion diskriminiert wird. Man sagt auch: rassistische Diskriminierung.
35, 41	RAV	RAV heisst: « R egionales A rbeits- V ermittlungs-Zentrum». Das RAV berät Personen, die eine Arbeit suchen.
37	Rente	Geld. Die Rente erhält man, wenn man pensioniert ist (mit 65 Jahren). Man sagt auch: in Rente gehen.
81	Sammelstelle	Zur Sammelstelle bringt man alle Abfälle, die nicht in den Abfallsack gehören.
26, 44	Schulden	Geld, das man zurückgeben muss. Zum Beispiel einem Freund oder der Bank.
38	Schwarzarbeit	Arbeiten, ohne Sozialversicherungs-Beiträge zu zahlen.
39	sexuelle Belästigung	Eine Person belästigt eine andere Person mit sexuellen Gesten oder Worten. Das ist verboten.
36	Sozialversicherungs-Beiträge	Sie arbeiten und erhalten Lohn. Dann müssen Sie jeden Monat Geld für die Sozialversicherungen bezahlen. Ihr Arbeitgeber zieht dieses Geld direkt von Ihrem Lohn ab.

41	Sozialhilfe	Die Sozialhilfe berät Personen ohne Arbeit und gibt ihnen Geld. Diese Personen bekommen kein Geld mehr von der ALV. Und sie haben nicht genug Geld zum Leben.
16, 90	Staat	Ein Staat besteht aus: <ul style="list-style-type: none"> • einer Regierung mit einer Verwaltung • einer Bevölkerung (die Menschen) • und einem Gebiet (der Ort) Man sagt zum Beispiel: der Staat Freiburg.
35	Stelle	Die Arbeit, die man bei einem Arbeitgeber hat. Wer eine Stelle hat, ist ein Angestellter. Man sagt auch: Arbeitnehmer.
35	Stellenanzeige	Ein Inserat für eine Arbeitsstelle.
43	Steuererklärung	Formular, das man für die Steuern ausfüllt. In die Steuererklärung schreibt man, wie viel Geld man verdient und wie viel Geld man auf dem Konto hat.
43	Steuern	Geld, das jede Person (über 18 Jahre) jedes Jahr an den Bund, den Kanton und die Gemeinde bezahlen muss. Mit den Steuern bezahlen der Bund, der Kanton und die Gemeinde verschiedene Dinge. Zum Beispiel die Strassen und die Schulen.
77	Stipendien	Geld, das der Kanton manchen Studenten und Lehrlingen gibt. Mit dem Geld können die Studenten und Lehrlinge eine Ausbildung machen.
84	Tourismusbüro	Das Tourismusbüro gibt Ihnen Informationen über kulturelle und sportliche Anlässe in Ihrer Region.
79	Umwelt	Alles um uns herum: zum Beispiel die Natur, die Flüsse, die Wälder, aber auch die Städte und Dörfer.
86	Verein	Eine Gruppe von Personen, die ein gemeinsames Hobby haben. Zum Beispiel: Sport, Musik. Die Gruppe trifft sich regelmässig. Man sagt auch: eine Gesellschaft.

16, 90	Verfassung	Die höchsten Regeln eines Landes oder eines Kantons.
36, 45	Versicherung	Es gibt verschiedene Arten von Versicherungen. Zum Beispiel: Die Unfall-Versicherung bezahlt Ihnen bei einem Unfall Geld. Andere Versicherungen sind: Kranken-Versicherung, Arbeitslosen-Versicherung, Auto-Versicherung. Einige Versicherungen sind obligatorisch. Für die Versicherungen müssen Sie jeden Monat eine Prämie bezahlen.
45	Versicherungs-Prämie	Geld, das man jeden Monat an die Versicherung zahlt. Man zahlt zum Beispiel eine Prämie für die Kranken-Versicherung. Wenn man krank ist, bezahlt die Versicherung die Kosten für Spital und Medikamente.
26, 29	Vertrag	Ein Vertrag ist eine geschriebene Abmachung zwischen 2 Personen. Die Personen schreiben im Vertrag, was gilt. Beide Personen unterschreiben den Vertrag. Zum Beispiel einen Mietvertrag.
91	Wahlen und Abstimmungen	Bei einer Wahl und Abstimmung dürfen die Bürger über die Zukunft des Landes entscheiden. Bei einer Wahl können die Bürger die Personen für die Regierung wählen. Bei einer Abstimmung können die Bürger für eine Sache mit «Ja» oder mit «Nein» stimmen. Zum Beispiel: ob die Gemeinde ein neues Schulhaus baut.
26	Wohnsitz	Die Stadt oder das Dorf, in dem man wohnt. Man sagt auch: Wohnort.

Impressum

Ausgabe 2023

Fachstelle für die Integration der MigrantInnen
und für Rassismusprävention IMR
Reichengasse 26, 1700 Freiburg

Übersetzung

Das Büro für Leichte Sprache von Pro Infirmis Zürich: Fachverantwortliche Leichte Sprache
Gloria Völk, die Prüfgruppen und Prüfleitungen von Pro Infirmis Zürich.

Lektorat

Samuel Jordan und Giuseppina Greco (IMR)
Aline Jenni (SJSD)

Grafik

Sylviane Girod, So Graphic Studio, Bulle

Illustration

Adèle Dafflon, Freiburg

Druck

Canisius AG, Freiburg

Quelle Karte des Kantons Freiburg

Staat Freiburg/VGA

Es gibt diese Broschüre in diesen 11 weiteren Sprachen:

Deutsch, Französisch, Französisch leichte Sprache, Albanisch, Arabisch, Englisch,
Persisch, Portugiesisch, Spanisch, Tigrinya und Türkisch.

Sie können diese Broschüren hier herunterladen: www.fr.ch/de/imr

Mit der Unterstützung von



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG
WWW.FR.CH



pro infirmis
Fribourg | Freiburg

—
Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier

**Fachstelle für die Integration
der MigrantInnen
und für Rassismusprävention IMR**

Reichengasse 26
1700 Freiburg
Tel. 026 305 14 85
integration@fr.ch

www.fr.ch/de/imr

