

# Freising für wenig Geld

Soziale Angebote, die entlasten



# Übersicht

## **Familie** -----

|            |   |
|------------|---|
| Elternhaus | 4 |
| MibiKids   | 5 |

## **Freizeit** -----

|                    |   |
|--------------------|---|
| Gratis-In-Freising | 6 |
| KulturGut!         | 7 |

## **Gemeinschaft**-----

|                         |    |
|-------------------------|----|
| Jugendzentrum vis-à-vis | 8  |
| Raum der Begegnung      | 9  |
| Tollhaus                | 10 |

## **Sozialhilfe & Beratung** -----

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| Caritas                        | 11 |
| Diakonie                       | 12 |
| Beratungsstelle Wohnungserhalt | 13 |
| Sozialpass                     | 14 |
| Wärmestube                     | 15 |

## **Lebensmittelhilfe** -----

|                   |    |
|-------------------|----|
| App To-Good-to-go | 16 |
| Café Übrig        | 17 |
| Tafel             | 18 |

## **Sachangebote & Nachbarschaftshilfe** ---

|                           |    |
|---------------------------|----|
| Freischenk                | 19 |
| Kleiderkammer Rotes Kreuz | 20 |
| Nebenan.de                | 21 |
| Rentabel                  | 22 |

# Vorwort



v. l.: Paulina Wilpering, Maja Weigel, Franziska Lorenz, Ruqiya Abbas, Mujaahidatu Sulemana, Ayşe Özdemir, Annika Schmid; nicht im Bild: Anne Buchner, Timo Queißer, Ludwig Weigand, Katharina Sturm  
© Heidrun Waadt

Wir, das P-Seminar Religion und Ethik 2025/26 des Josef-Hofmiller-Gymnasiums, haben diese Broschüre erstellt, um Menschen in Freising einen Überblick über Unterstützungsangebote zu geben, die auch mit geringem Einkommen nutzbar sind. Finanzielle Herausforderungen betreffen viele Bereiche des Lebens – etwa Ernährung, Wohnen, Bildung und soziale Teilhabe. Unser Ziel ist es, Orientierung zu bieten und bestehende Hilfsangebote sichtbar zu machen.

In dieser Broschüre finden Sie eine Auswahl an Einrichtungen, Initiativen und Beratungsstellen in Freising und Umgebung, die Unterstützung anbieten und den Zugang zu Hilfe erleichtern sollen.

Unser besonderer Dank gilt allen Organisationen sowie deren Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartnern, die uns mit ihrer Zeit, ihrem Wissen und ihrer Offenheit unterstützt haben. Durch ihr Engagement und ihre Bereitschaft, Informationen zu teilen, konnte diese Broschüre entstehen. Ihr Einsatz für Menschen in schwierigen Lebenssituationen verdient große Anerkennung. Ein besonderer Dank gilt außerdem der typneun Designagentur für die Beratung in Fragen des Layouts sowie unserer Mitschülerin Alicia Nahar für die Gestaltung der Titelseite. Durch ihre Kreativität hat sie dieser Broschüre ein ansprechendes und einladendes Gesicht gegeben.

Das P-Seminar Religion und Ethik 2025/26  
Josef-Hofmiller-Gymnasium Freising

# Elternhaus

## KBW



©Kreisbildungswerk-Elternhaus

Das Elternhaus ist eine Anlaufstelle für alle Eltern, die mit anderen Familien in Kontakt kommen möchten oder Hilfestellungen und Beratung im Familienalltag benötigen. Ein Angebot ist hier die Elternbegleitung, die Familien Möglichkeiten und Ansprechpartner/innen für kostenlose Hilfsangebote aufzeigt. Die angebotene Hilfe ist auch für Menschen, die sich schwertun (z. B. aufgrund der Sprache oder der finanziellen Situation).

- Begleitung und Beratung von Eltern
- Verschiedene Hilfsangebote vor Ort
- Infomobil ELMO mit unterschiedlichen Standorten als Anlaufstelle für Fragen und Beratungswünsche

### **Kostenlos?    Kontakt**

☒ Ja

☐ Nein

**Zentrum der Familie / KBW**

Kammergasse 16

85354 Freising

**[info@kbw-freising.de](mailto:info@kbw-freising.de)**

Telefon: 08161 48093 10

**<https://bildungswerk-freising.de>**





© MiBiKids

MiBiKids unterstützt Kinder mit Migrationshintergrund vom Kindergarten bis etwa zur 8. Klasse mit Deutschförderkursen in kleinen Gruppen. Die Kinder lernen einmal pro Woche spielerisch Deutsch, erweitern ihren Wortschatz und verbessern Grammatik und Sprachverständnis. Zusätzlich gibt es Ferien-Intensivkurse sowie das Programm „Mama lernt Deutsch“ für Eltern.

## **Kostenlos?    Kontakt**

☒ Nein

☐ Ja

### **MiBiKids**

Major-Braun-Weg 12

85354 Freising

Telefon: 08161 9107376

<https://mibikids.de/>



# Gratis in Freising



Bei „Gratis in Freising“ handelt es sich um einen Online-Kanal, der auf Instagram, Facebook und auf einer eigenen Website über Termine für Kulturveranstaltungen mit freiem Eintritt informiert.

- Kunst (z. B. Ausstellungen, Museen)
- Kultur (z. B. Theater, Märkte, Feste)
- Musik (z. B. Konzerte, Festivals)

## Kostenlos? Kontakt

☒ Ja

☐ Nein

### Gratis In Freising

Nico Heitz, Joana Bayraktar & Lucy Knott



<https://gratis-in-freising.de/>

[Instagram](#)

[Facebook](#)

# KULTUR-gut!

## Freising e.V.



**Ja**, ich möchte an Veranstaltungen aus den genannten Bereichen kostenfrei teilnehmen.

Ich stimme zu, dass ausschließlich mein Name an die beteiligten Veranstalter weitergegeben wird.

Zum Zwecke der Bearbeitung meiner Anmeldung bin ich mit der Speicherung der Daten bei **KULTUR-gut! FREISING e.V.** einverstanden.



☐ Frau ☐ Herr

Vorname \*

Familienname \*

Geburtsdatum \*

Straße \*

Postleitzahl, Wohnort \*

Telefon \*

E-Mail

Kinder ☐ Ja ☐ Nein

Geburtsjahr(e) der Kinder (bis 16 Jahre)

Ort, Datum, Unterschrift \*

### ANMELDUNG

Ich interessiere mich für folgende Veranstaltungen (Mehrfachnennung möglich):

- |                                               |                                                 |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <input type="radio"/> Bibliotheks-<br>ausweis | <input type="radio"/> Volksmusik/<br>Volksstanz |
| <input type="radio"/> Theater                 | <input type="radio"/> Rock/ Pop/ Hip Hop        |
| <input type="radio"/> Musiktheater            | <input type="radio"/> Jazz                      |
| <input type="radio"/> Ballett                 | <input type="radio"/> Lesungen/ Vorträge        |
| <input type="radio"/> Kabarett/<br>Kleinkunst | <input type="radio"/> Zirkus                    |
| <input type="radio"/> Klassik                 | <input type="radio"/> Kino                      |
|                                               | <input type="radio"/> Kinderprogramm            |

\* Diese Felder müssen ausgefüllt werden.

**Bitte beim Sozialpartner abgeben.**

Tickets für Kulturveranstaltungen werden hier von Kultur-Partnern oder Spendern kostenlos zur Verfügung gestellt. Dem KulturGast, der seine Berechtigung für dieses Angebot von einem SozialPartner (siehe Liste auf der Homepage) erhalten hat, werden dann 2 Tickets angeboten.

- Kostenlose Veranstaltungen
- Viele Kultur-Partner
- Als KulturGast muss man kein Mitglied des Vereins sein.
- Anmeldebogen auf der Homepage

### Kostenlos? Kontakt

☒ Ja

☐ Nein

**KULTUR-gut! Freising e.V.**

Bachstraße 2

85354 Freising

**[info@kultur-gut-freising.de](mailto:info@kultur-gut-freising.de)**

Telefon: 0172 61 87 282

<https://kultur-gut-freising.de/>



# Jugendzentrum Vis-à-vis Freising



Das Jugendzentrum Vis-a-vis bietet abwechslungsreiche Angebote für Jugendliche ab 11 Jahren im Stadtteil Neustift in Freising. Es ist der perfekte Ort, um sich mit Freunden zu treffen, zu chillen und Musik zu hören. Schon seit 1980 bietet es einen sicheren Ort für die Jugend, wo sie sich in einem sozialen Umfeld frei entfalten kann.

- (Kinder-)Theater
- Livemusik
- Lesungen
- Tanz & Live-Bühne
- Jugendcafé
- Kicker & Billard

## Kostenlos? Kontakt

☒ Ja

☐ Nein

**Jugendzentrum Freising**

Kölblstraße 2

85356 Freising

**[Stadtjugendpflege.Freising@web.de](mailto:Stadtjugendpflege.Freising@web.de)**

Telefon: 08161 5445353

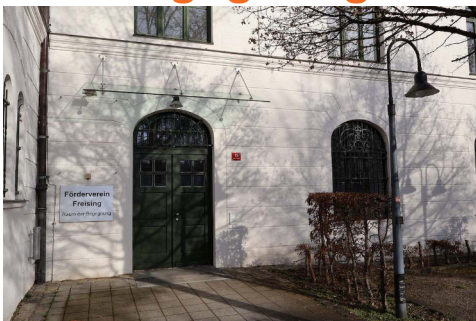
<https://www.freising.de/leben-wohnen/jugend/vis-a-vis>





# Raum der Begegnung

RAUM DER BEGEGNUNG  
FREISING



© Andreas Malecki

Der Raum der Begegnung in Freising stellt seine Räumlichkeiten, im „Haus der Vereine“ für Vereine und Initiativen zur Verfügung. Die Stadt Freising stellt die Räumlichkeiten zur Verfügung und unterstützt finanziell. Auch neue Gruppen oder Vereine können sich jederzeit gerne melden, um den Raum der Begegnung gegen eine geringe Nutzungsgebühr zu mieten. Zusätzlich werden Begegnung, Vielfalt, Gemeinschaft, Integration und bürgerschaftliches Engagement gefördert.

- Einzelveranstaltungen (z. B. Kleidertauschbörse, ...)
- Tanz- & Musikgruppen, Kulturvereine

## Kostenlos? Kontakt

☒ Ja

☐ Nein

**Raum der Begegnung**

Major-Braun-Weg 12

85354 Freising



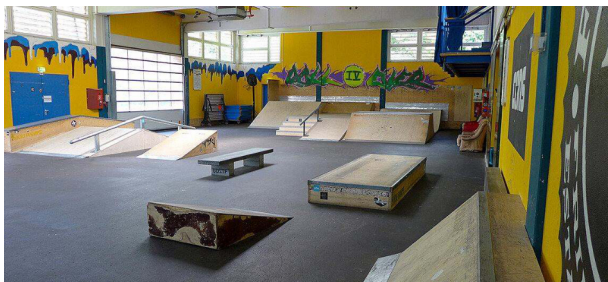
**[info@raumderbegegnung-freising.de](mailto:info@raumderbegegnung-freising.de)**

Telefon: 08161 5445252

**[www.raumderbegegnung-freising.de](http://www.raumderbegegnung-freising.de)**

# Tollhaus & Actionhall

**TOLLHAUS  
ACTIONHALL**



©Tollhaus & Actionhall Freising

Das Jugendzentrum in Freising-Lerchenfeld ist der ideale Treffpunkt für alle, die Action suchen oder einfach nur entspannt abhängen wollen. Neben der Skatehalle bietet das Haus vielfältige Freizeitangebote für Kinder und Jugendliche sowie die Möglichkeit für ein vergütetes freiwilliges soziales Jahr.

- Einzigartige Skatehalle mit großem Außengelände in Freising
- Offener Freizeittreff für Jugendliche ab 10 Jahren
- Besuchsregeln: Je nach Alter gelten unterschiedliche Angebote und Aufenthaltszeiten

## **Kostenlos?    Kontakt**

☒ Ja

☐ Nein

**Tollhaus und Actionhall Freising**

Isarstraße 11

85356 Freising

**[tollhaus.actionhall@freising.de](mailto:tollhaus.actionhall@freising.de)**

Telefon: 08161 5445340

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



# Caritas



Die Caritas unterstützt Menschen in verschiedenen Lebenssituationen. Die Mitarbeitenden informieren über Hilfsangebote, begleiten bei schwierigen Situationen und helfen dabei, passende Lösungen zu finden. Die Angebote richten sich an Familien, Einzelpersonen und ältere Menschen, die Unterstützung benötigen:

- Beratung bei Geld-Sorgen
- Schuldner und Insolvenzberatung
- Unterstützung beim Kontakt mit Ämtern
- Flüchtlings- und Integrationsberatung
- Beratung für Familien
- Unterstützung für ältere Menschen
- Gespräche bei persönlichen Problemen

## **Kostenlos?    Kontakt**

☒ Ja

☐ Nein

**Caritaszentrum Freising**

Bahnhofstraße 20

85354 Freising



**[cz-freising@caritasmuenchen.org](mailto:cz-freising@caritasmuenchen.org)**

Telefon: 08161 5387910

<https://www.caritas-freising.de/de>

# Diakonisches Werk



Das Diakonische Werk Freising e.V. engagiert sich für die Unterstützung benachteiligter Menschen im Landkreis Freising als Teil der evangelischen Kirche. In enger Zusammenarbeit mit zahlreichen Organisationen und Institutionen ist es möglich, dass ein umfassendes Netzwerk an Hilfsangeboten für die jeweilige Situation bereitgestellt werden kann.

- Allgemeine Sozialberatung
- Wohnungslosenhilfe
- Schutz und Beratung bei häuslicher & sexualisierter Gewalt
- Flüchtlings- & Integrationshilfe sowie therapeutische Unterstützung
- Projekt für Kinder kranker Eltern

## Kostenlos?    Kontakt

☒ Ja

☐ Nein

**Diakonisches Werk Freising e.V.**

Johannisstraße 6

85354 Freising

**[verwaltung@diakonie-freising.de](mailto:verwaltung@diakonie-freising.de)**

Telefon: 08161 5387910

**<https://www.diakonie-freising.de/>**



# Beratungsstelle Wohnungserhalt



Die Beratungsstelle Wohnungserhalt Freising unterstützt Menschen mit Mietschulden oder Menschen, die vor einem drohenden Wohnungsverlust stehen. Die Mitarbeitenden beraten Betroffene und helfen dabei, Lösungen für schwierige Wohnsituationen zu finden.

- Wenn Sie Mietschulden haben
- Wenn Sie die Wohnungskündigung erhalten haben
- Wenn Sie die Räumungsklage erhalten haben
- Wenn Sie aus anderen Gründen befürchten, Ihre Wohnung zu verlieren

## Kostenlos? Kontakt

☒ Ja

☐ Nein

**Beratungsstelle Wohnungserhalt**

Amtsgerichtgasse 6

85354 Freising



**Beratung-  
wohnungserhalt@freising.de**

Telefon: 08161 5443434

[https://www.freising.de/leben-wohnen/  
wohnen/obdachlosenhilfe](https://www.freising.de/leben-wohnen/wohnen/obdachlosenhilfe)

# Sozialpass



© Robert Stangl

Der Sozialpass ist eine Initiative des Landratsamts Freising. Die Gemeinden gestalten den Sozialpass mit verschiedenen kostenlosen oder vergünstigten Angeboten, damit Bürgerinnen und Bürger mit wenig Geld am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.

- Verschiedene kostenlose oder vergünstigte Angebote
- Nur bei Inanspruchnahme von Grundsicherung im Alter, Sozialhilfe, Bürgergeld und Sozialgeld, Leistungen nach Asylbewerberleistungsgesetz, Leistungen des Bezirks nach SGB XI und Wohngeld

## Kostenlos?

- ☒ Ja
- ☐ Nein

## Kontakt

Ausgestellt wird der Sozialpass bei der jeweiligen zuständigen Stelle (Sozialamt, Jobcenter, ...). Die Bürgerinnen und Bürger müssen sich dort bei dem/ der jeweiligen Sachbearbeiter/in melden.

# Freisinger Wärmestube



© Freisinger Wärmestube

Die Wärmestube Freising ist eine soziale Einrichtung für Menschen in schwierigen Lebenssituationen. Sie bietet einen geschützten Ort der Begegnung, an dem Menschen Unterstützung, Gemeinschaft und ein offenes Ohr finden können. Ziel der Wärmestube ist es, Hilfe im Alltag zu ermöglichen und soziale Teilhabe zu fördern.

- Warme Mahlzeiten & Getränke
- Aufenthaltsraum als Treffpunkt
- Möglichkeit zum Duschen und Wäschewaschen
- Soziale Beratung & Unterstützung
- Hilfe bei Behördenangelegenheiten

## Kostenlos? Kontakt

☒ Ja

☐ Nein

**Freisinger Wärmestube**

Vimystraße 3

85354 Freising



**[info@fs-waermestube.de](mailto:info@fs-waermestube.de)**

Telefon: 08161 864849

**<https://www.fs-waermestube.de>**

# Too Good To Go



© Too Good to Go

Über die kostenlose App von Too Good To Go lassen sich Lebensmittel, Pflanzen und Tiernahrung zu reduzierten Preisen vor der Verschwendung retten. Restaurants, Bäckereien, Cafés und Supermärkte bieten dort überschüssige Produkte als sogenannte „Überraschungstüten“ an. Du reservierst und bezahlst bei Abholung im Geschäft via App bis zu 70% günstiger. Alternativ können via Lieferung Produkte für den Vorratsschrank nach Hause bestellt werden.

- Registrierung ist notwendig (E-Mail).
- Zahlung vor Ort nicht möglich.
- Bezahlungsmöglichkeiten in der App: Kredit- , Debitkarte, PayPal oder Digitale Wallets

## **Kostenlos?    Kontakt**

☒ Ja (App)

**Too Good To Go**

☒ Nein

**[info@toogoodtogo.de](mailto:info@toogoodtogo.de)**



**<https://www.toogoodtogo.com/de>**





©Theresa Setzer

Das Café Übrig in Freising setzt sich dafür ein, Lebensmittelverschwendung zu vermeiden und dafür in der Bevölkerung Aufmerksamkeit zu schaffen. Damit keine noch guten Lebensmittel weggeworfen werden, gibt es einen Foodsharing-Fairteiler, wo jeder gerettete oder übrige Lebensmittel abgeben kann. Andere können diese dann kostenlos mitnehmen. Zudem können verschiedene Getränke nach dem Solidaritätsprinzip erworben werden (zahle, so viel du kannst).

- Foodsharing-Café
- Lebensmittel und Getränke
- Übrig gebliebene Lebensmittel können abgegeben oder kostenlos abgeholt werden.

## **Kostenlos?    Kontakt**

☒ Nein

☐ Ja

### **Café Übrig**

General-von-Nagel-Straße 9

85354 Freising

**[servus@uebrig.org](mailto:servus@uebrig.org)**

**<https://uebrig.org>**



# Tafel e.V.



## Freisinger Tafel e.V.

Die Freisinger Tafel e.V. ist eine gemeinnützige soziale Einrichtung im Landkreis Freising. Sie sammelt überschüssige, aber noch genießbare Lebensmittel, die beispielsweise von Lebensmittelgeschäften oder Bäckereien gespendet werden, und gibt diese gegen einen kleinen Anerkennungsbeitrag an Menschen mit geringem Einkommen weiter. Ziel ist es, soziale Notlagen abzumildern und gleichzeitig Lebensmittelverschwendung zu reduzieren.

- Tafelausweis nötig  
(direkt bei der Tafel erhältlich)
- Pro Abholung wird 1 Euro erhoben

### **Kostenlos?    Kontakt**

☒ Ja

☐ Nein

**Freisinger Tafel e.V.**

Kammergasse 14

85354 Freising

**[freisinger-tafel@t-online.de](mailto:freisinger-tafel@t-online.de)**

Telefon: 08161 144629

**[www.freisinger-tafel.de](http://www.freisinger-tafel.de)**



# Freischenk e.V.



©Freischenk e.V. Freising

Der Freischenk e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, der Klimaschutz und nachhaltiges Leben als Kern seiner Aufgabe sieht. Der Verein betreibt einen Umsonstladen in Freising, in dem Produkte gerettet und der Wiederverwendung zugeführt werden. Freisinger Bürger können dem Freischenk Produkte überlassen, die dort dann weiter verschenkt werden. Kunden werden über Zusammenhänge von Konsum, Klima und ihren Beitrag aufgeklärt.

- Kleidung (auch Kleidertausch-Partys)
- Haushaltswaren
- Spielsachen
- Bücher
- Kleingeräte und Kleinmöbel

## **Kostenlos?    Kontakt**

☒ Ja

☐ Nein

**Freischenk e.V. Freising**

Landshuterstraße 58

85356 Freising

**[info@freischenk.de](mailto:info@freischenk.de)**

Telefon: 0171 8060348

**<https://www.freischenk.de/>**



# Kleiderkammer Freising BRK



Bayerisches  
Rotes  
Kreuz

Kreisverband  
Freising



© S. Rosenberg / DRK e. V.

Die Kleiderkammer sammelt gut erhaltene, gebrauchte Kleidung und gibt sie an Menschen in schwierigen Lebenssituationen weiter. Die Kleidung stammt aus Spenden und hilft Menschen, die sich neue Kleidung nicht leisten können, da die Preise sehr niedrig sind.

- Kleidung
- Schuhe
- Bettwäsche und Decken  
usw.

## Kostenlos? Kontakt

☒ Nein

☐ Ja

**Bayerisches Rotes Kreuz  
Kreisverband Freising**

Bahnhofstraße 20

85354 Freising

Telefon: 08161 96710



<https://www.kvfreising.brk.de/start/angebote/existenzsichernde-hilfe/kleiderladen.html>

# Nebenan.de



Bild erstellt mit KI

Nebenan.de ist eine digitale Nachbarschaftsplattform, die Menschen aus derselben Umgebung miteinander vernetzt.

Hier können Nachbarinnen und Nachbarn Hilfe anbieten oder finden, lokale Tipps austauschen, Veranstaltungen entdecken sowie Dinge verschenken oder verkaufen – sicher und ausschließlich für verifizierte Anwohnerinnen und Anwohner.

- Registrierung ist notwendig (E-Mail, Vorname, Nachname, Adresse).
- Die App an sich ist kostenlos, allerdings gibt es die Funktion, Dinge zu kaufen oder zu verkaufen.

## **Kostenlos?    Kontakt**

☒ Ja (App)

**Nebenan.de**

☐ Nein

<https://nebenan.de/>



# Rentabel Freising



©Rentabel Freising

Rentabel Freising ist ein soziales Projekt der Caritas, das Nachhaltigkeit und soziale Unterstützung miteinander verbindet. Die Einrichtung setzt sich dafür ein, Ressourcen sinnvoll weiterzuverwenden und gleichzeitig Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen zu unterstützen und neue Perspektiven zu schaffen.

- Second-Hand-Ware
- Kleidung für Damen, Herren und Kinder
- Möbel und Haushaltswaren
- Bücher und Alltagsgegenstände

## Kostenlos? Kontakt

☐ Ja

☒ Nein

**Rentabel-Kaufhaus Freising**

Kepserstraße 41

85356 Freising

**[biq-fs@caritasmuenchen.org](mailto:biq-fs@caritasmuenchen.org)**

Telefon: 08161 23460

**<https://www.caritas-biq-freising.de/de/rentabel-gebrauchtwarenhaus>**







Herausgeber:

Josef-Hofmiller Gymnasium Freising, Vimystraße 14,  
85354 Freising

Telefon: 09161/ 60082700

Website: [www.joho-freising.de](http://www.joho-freising.de)

E-Mail: [joho@joho-freising.de](mailto:joho@joho-freising.de)

Redaktion:

P-Seminar Religion/Ethik 2025/26, Vimystraße 14,  
85354 Freising

Layout: Maja Weigel, Paulina Wilpernig

Cover: Alicia Nahar