

## Vivir con poco dinero

La vida en Suiza es relativamente cara. Por eso puede valer la pena comprar ciertos artículos de segunda mano. Quien tiene necesidades económicas puede comprar a precios muy asequibles en tiendas especiales.

### Artículos de segunda mano

En Suiza hay muchas tiendas de segunda mano (Brockenhäuser | Brocantes). Allí se pueden comprar artículos de segunda mano muy baratos. En mercados especiales también personas privadas ofrecen objetos de segunda mano, por ejemplo en los rastros, los mercadillos de ropa usada, de artículos de esquí, etc. Asimismo los portales de Internet para compra y venta de artículos de segunda mano son muy populares.

### Deportes / Cultura / Formación

Con la tarjeta "Kulturlegi | CarteCulture", las personas que disponen de poco dinero reciben descuentos en las entradas a actos culturales, deportivos o de formación. Esta tarjeta puede solicitarse a Cáritas, que informa y comprueba si se tiene derecho a la Kulturlegi/CarteCulture.

### Mercado de Cáritas

La gente que dispone de poco dinero puede comprar en tiendas de Cáritas (Caritas Markt | Epicerie Caritas) productos de alimentación y de primera necesidad y consumo diario a precios muy reducidos. Para ello se necesita una tarjeta especial que se debe solicitar a Cáritas. Cáritas informa y comprueba si se tiene derecho a recibirla. En el cantón de Berna hay tiendas en Berna, Biel/Bienne y Thun.

### Tischlein deck dich

La organización "Tischlein deck dich" distribuye gratuitamente alimentos a personas necesitadas. Tanto privados como oficinas de asesoramiento social pueden emitir tarjetas de la organización para recibir alimentos. Dicha tarjeta posibilita además una primera visita a todos los mercados de Cáritas (Caritas Markt | Epicerie Caritas). Allí se puede a continuación pedir una tarjeta personal para los mercados de Cáritas y así comprar con ella a partir de entonces.



## **Ayuda estatal**

Quien dispone de demasiado poco dinero para vivir tiene, en muchos casos, derecho a recibir ayuda estatal. Así, por ejemplo, se pueden solicitar descuentos de las primas del seguro de enfermedad o becas para hacer una formación. En determinadas situaciones se puede cobrar subsidios de los seguros sociales o de la Asistencia Social.

## **Más información (enlaces, direcciones, folletos, hojas informativas)**

[www.hallo-bern.ch/es/dinero-e-impuestos/vivir-con-poco-dinero](http://www.hallo-bern.ch/es/dinero-e-impuestos/vivir-con-poco-dinero)