
Table des Matières

Santé	2
Principes de base du système de santé	2
Numéros d'urgence	2
Numéros des services d'urgence	3
Assurance maladie	4
Carte de santé	5
Visite chez le médecin	5
Médecins de famille	5
Dentistes	6
Gynécologues (gynécologues-obstétriciens)	6
Pédiatres	7
Pharmacies et médicaments	8
Personnes handicapées	9
Carte d'identité pour personnes gravement handicapées	10
Soins	11

Santé

Principes de base du système de santé

Le système de santé allemand

Soins ambulatoires : vous pouvez obtenir de l'aide auprès des médecins et des pharmacies. Ambulatoire signifie que vous pouvez rentrer chez vous après le traitement. Cela signifie que vous ne devez pas rester à l'hôpital.

Soins hospitaliers: vous recevez de l'aide à l'hôpital. Stationnaire signifie que vous restez à l'hôpital après le traitement.

Le service de santé publique : le [service de santé publique](#) protège contre les maladies et aide les personnes à rester en bonne santé. Ils proposent des offres préventives. Cela signifie que le service de santé publique propose de nombreuses offres. Celles-ci aident les gens à rester en bonne santé et à obtenir plus d'informations sur le thème de la santé. Le service de santé publique a de nombreuses tâches différentes. Vous trouverez ici un **aperçu de toutes les tâches**.



En Allemagne, tout le monde doit être assuré contre la maladie. Vous bénéficiez ainsi de l'aide du système de santé.



En règle générale, vous pouvez décider vous-même du médecin que vous allez consulter. C'est ce qu'on appelle **la liberté de choix**.



Les hôpitaux traitent généralement les personnes gravement malades ou blessées dont la vie est en danger. En cas de blessures ou de maladies légères, vous vous rendez dans un cabinet médical. **Vous trouverez [ici](#) des informations sur les urgences.**

Le système de santé allemand dans de nombreuses langues

 [Guide de santé de Bochum pour les migrants](#)

 [La santé pour tous - un guide du système de santé allemand](#)

Numéros d'urgence

Vous ou une autre personne êtes en **situation d'urgence** et avez besoin d'une **aide immédiate**? Votre vie est menacée ?

Composez les **numéros d'urgence** suivants :

Police :  110

Pompiers et services de secours : 📞112

Au téléphone, vous devez répondre aux questions suivantes :

Qui ?

Votre nom et votre localisation.

Où ?

Où s'est-il passé quelque chose exactement ? Ville, rue, numéro de maison, étage.

Quoi ?

Que s'est-il passé ? Brève description de la situation.

Combien de personnes ?

Combien de personnes ont besoin d'aide ?

Lesquelles ?

Quels sont les problèmes et les blessures que vous pouvez voir ?

Attendez !

Ne raccrochez que lorsque la conversation de l'autre partie est terminée !

Numéros des services d'urgence

Vous avez besoin d'aide ? Votre médecin n'est pas là ?

Les numéros d'urgence sont des numéros de téléphone pour obtenir de l'aide médicale lorsque les médecins ne sont pas disponibles. Par exemple les week-ends ou les jours fériés. Vous trouverez ici les principaux numéros :

- [Numéro de service d'urgence général](#) 📞 116 117
- [Service d'urgence pédiatrique](#)
- **Clinique pédiatrique:** 📍 Alexandrinenstraße 5, 44791 Bochum 📞 0234 50 92 63 1
- **Service d'urgence des médecins généralistes (également ophtalmologues) :** 📞 116 117
- **Cabinet d'urgence de médecins généralistes à Bochum:** 📍 St. Josef-Hospital, Gudrunstraße 56, 44791 Bochum
- **Service d'urgence ORL:** 📍 St. Elisabeth-Hospital, Bleichstraße 15, 44787 Bochum 📞 0234 509-80

- **Service d'urgence dentaire :** ☎ 0234 770-055
- **[Service d'urgence des pharmacies :](#)**
- **Centre antipoison:** ☎ 0228 192-40
- **Service d'urgence vétérinaire :** ☎ 01805 123-411

💡 Vous trouverez [ici](#) d'autres numéros en cas d'urgence ou de crise.

Vous devez vous rendre à l'hôpital ?

- Prenez votre **carte d'identité et votre carte d'assuré** avec vous !
- Si vous **cherchez l'asile**, vous n'avez en général pas d'assurance maladie. Vous ne pouvez être soigné(e) qu'en cas de maladie ou de grossesse. Pour cela, vous avez besoin d'une **feuille de soins**. Vous l'obtiendrez auprès de l' [Office des affaires sociales](#).
- **En cas d'urgence :** présentez vos documents de séjour à l'hôpital. L'hôpital verra alors que vous êtes demandeur d'asile. En cas d'urgence, l'Office des affaires sociales paie les frais de traitement.

Assurance maladie

Assurance obligatoire

En **Allemagne, il existe une [obligation de s'assurer](#)**. Vous avez un titre de séjour ? Vous devez alors vous inscrire auprès d'une caisse d'assurance maladie régulière. La caisse d'assurance maladie vous remet une **carte d'assuré**. Elle vous permet de bénéficier des mêmes prestations que toute personne en Allemagne.

Choix du médecin

Vous pouvez choisir **un médecin généraliste** (médecin de famille) de votre choix. Vous avez besoin d'un traitement d'un **médecin spécialiste** ? Dans ce cas, vous devez en général d'abord être **adressé** (e) par votre médecin de famille.

💡 Vous devez vous rendre à l'hôpital ? Vous allez chez un(e) thérapeute ? Vous allez chez un(e) médecin ? **Prenez toujours votre carte d'assuré(e) avec vous !**

Vous cherchez l'asile et vous êtes malade ?

En tant que personne réfugiée ou demandeuse d'asile, vous n'avez en général pas d'assurance maladie. Si vous êtes malade et que vous devez consulter un médecin, vous avez besoin d'une **feuille de soins**. Vous l'obtiendrez auprès de l' **Office des affaires sociales**. Avec cette

feuille, la visite chez le médecin est gratuite pour vous.

Vous avez besoin d'une opération et ce n'est pas une urgence ? Dans ce cas, l'[Office des affaires sociales](#) doit autoriser le séjour à l'hôpital. Demandez cette autorisation avant de vous rendre à l'hôpital. Votre médecin vous délivrera un certificat à cet effet. L'[Office des affaires sociales](#) ne prend en charge les frais que pour les interventions médicalement nécessaires.

Vous trouverez ici de plus amples informations pour les demandeurs d'asile :

[Allemand](#) - [Arabe](#) - [Farsi](#) - [Anglais](#) - [Dari](#) - [Kurde](#) - [Paschtu](#)

Carte de santé

Qu'est-ce que la carte de santé électronique (eGK)?

La carte de santé électronique est très importante. Elle vous permet de vous rendre chez un(e) médecin. Le travail des médecins est payé par votre assurance maladie. La carte de santé vous est remise **par votre assurance maladie**.

Quand ai-je besoin de la carte de santé ?

Vous devriez toujours avoir votre carte de santé et celle de vos enfants sur vous. **La carte de santé est importante lors des visites chez le médecin et à l'hôpital.** Les médecins ont besoin de votre carte de santé. Lorsque vous consultez un médecin, vous devez lui présenter votre carte de santé au moins une fois par **trimestre**. Un trimestre correspond à trois mois. L'année compte quatre trimestres. Ceux-ci commencent en janvier, avril, juillet et octobre.



Vous avez reçu une référence pour un spécialiste ? Veillez à ce que le **transfert** soit du trimestre **en cours**. Si le transfert date du trimestre précédent, le transfert n'est plus valable.



De nombreux médecins ne rédigent plus d'ordonnances sur papier. Vos ordonnances se trouvent sur votre carte de santé. Vous avez par exemple besoin d'ordonnances pour aller chercher des médicaments à la pharmacie. Avec la carte de santé, vous pouvez vous rendre à la pharmacie et y obtenir vos médicaments. Cette ordonnance est également appelée **e-prescription**. Vous trouverez de plus amples informations [ici](#).

À quoi dois-je faire attention lorsque je voyage à l'étranger ?

Votre carte de santé est une carte de santé européenne. Elle vous permet de consulter un médecin dans tous les **pays de l'UE** et dans certains autres pays. Si vous consultez un médecin à l'étranger, les soins ne sont pas toujours gratuits. Si vous partez à l'étranger, il est judicieux de **souscrire une assurance maladie pour l'étranger**. Vous trouverez de plus amples informations [ici](#).

Visite chez le médecin

Médecins de famille

Quand dois-je consulter un médecin de famille ?

Les médecins de famille effectuent des examens importants. Ils sont les premiers à vous aider en cas de maladie. Ils vous prescrivent les médicaments nécessaires et vous indiquent si vous devez consulter un(e) spécialiste. Les médecins spécialistes effectuent des examens particuliers dans lesquels ils sont spécialisés.

Si vous êtes malade, consultez donc d'abord votre médecin de famille. Celui-ci peut également vous donner un **certificat de maladie ou une attestation** en cas de maladie. C'est important si vous avez besoin d'une preuve que vous êtes malade.

Vous pouvez décider vous-même chez quel médecin de famille vous souhaitez vous rendre. Il est important que vous preniez rendez-vous au préalable.

Vous trouverez [ici](#) un **aperçu des médecins généralistes à Bochum**.



Les médecins de famille sont également appelés **médecins généralistes**.

Le cabinet est fermé ?

Le **service médical d'urgence** vous aide (☎ 116 117). Le service médical d'urgence vous indique quels médecins peuvent vous aider en dehors des heures d'ouverture. Vous trouverez d'autres contacts importants [ici](#).

Dentistes

Vous avez mal aux dents ?

Dans ce cas, consultez un dentiste. Même si vous n'avez pas mal, **consultez régulièrement votre dentiste**. Ces contrôles sont importants pour votre santé. La caisse de maladie paie ces contrôles. Ils ont lieu deux fois par an.

Vous trouverez [ici](#) un aperçu des **dentistes à Bochum**.

Votre dentiste a fermé ses portes ?

Si votre dentiste est **fermé**, vous pouvez contacter le [service d'urgence dentaire](#):

☎ 0234 / 5 87 91 24

Gynécologues (gynécologues-obstétriciens)

Que sont les gynécologues ?

Les gynécologues sont spécialement chargés de soigner les femmes. On les appelle aussi gynécologues ou gynécologues-obstétriciens.

Que font les gynécologues ?

- **Ils font des examens préventifs.** Ils détectent ainsi les maladies à un stade précoce.
- **Ils font des examens contre le cancer.** Par exemple pour le cancer du sein et le cancer du col de l'utérus.
- Ils traitent **les maladies vénériennes**.

- Ils aident en cas de problèmes avec **les hormones**.
- Ils aident les femmes pendant la **grossesse**.
- Ils conseillent sur la **contraception** et le **planning familial**.
- Ils conseillent sur le thème de **la ménopause**.



Prenez rendez-vous à temps. Souvent, il faut attendre longtemps avant d'obtenir un rendez-vous.

Où trouver un(e) gynécologue ?

Vous trouverez [ici](#) un aperçu de tous les gynécologues à Bochum.

Où puis-je trouver d'autres informations sur le thème de la santé des femmes ?

 [Femmes et santé | Ville de Bochum](#)

 [Santé des femmes | BMG](#)

 [Portail sur la santé des femmes](#)

Pédiatres

Que font les pédiatres ?

Les pédiatres examinent les enfants et les adolescents. Il existe des **examens pour** les enfants. Ces examens sont importants pour la santé de votre enfant. Ils visent à détecter ou à prévenir précocement les maladies chez votre enfant. Ces examens sont appelés "**examens de santé**". Les examens doivent être effectués à un moment précis. Ils sont gratuits. Rendez-vous chez le pédiatre.

Votre enfant entre à l'école l'année prochaine ?

L'examen d'entrée à l'école a lieu avant l'entrée à l'école. Il permet de vérifier si votre enfant est apte à aller à l'école. Vous recevrez automatiquement un rendez-vous pour l'examen d'entrée à l'école de votre enfant.

Votre enfant est nouveau en Allemagne ?

Les enfants et les adolescents qui viennent d'arriver en Allemagne sont également invités à l'examen d'entrée à l'école par le service de santé. Pour ces enfants et adolescents, l'examen n'a lieu que lorsqu'ils sont scolarisés.

Vaccins

De nombreux vaccins sont recommandés en Allemagne. Il n'y a pas d'obligation de vaccination. Vous trouverez de plus amples informations [ici](#).

! Des règles particulières s'appliquent à la vaccination contre la rougeole. Vous trouverez des informations [ici](#).

Plus d'informations sur la pédiatrie et la médecine des adolescents

 [Médecins pour enfants et adolescents à Bochum](#)

 [Service de psychiatrie pour enfants et adolescents](#)

 [Service de consultation psychologique scolaire](#)

Pharmacies et médicaments

Que sont les pharmacies ?

Les gens se rendent dans une pharmacie lorsqu'ils ont besoin de médicaments. De nombreux médicaments ne sont disponibles qu'avec une ordonnance d'un médecin. Certains médicaments peuvent également être achetés sans ordonnance. Par exemple les comprimés contre les maux de tête.

Les pharmacies sont généralement ouvertes du lundi au samedi. Les heures d'ouverture varient selon les pharmacies. Vous avez besoin de médicaments en urgence la nuit ou le week-end ? Chaque pharmacie dispose d'un panneau indiquant le nom et l'adresse de la pharmacie avec service d'urgence. Vous trouverez également cette information sur Internet.



Vous trouverez [ici](#) le **service d'urgence des pharmacies** dans votre région.

Qu'est-ce qu'une ordonnance médicale ?

Une ordonnance médicale est un document rédigé par un médecin. Elle vous permet d'obtenir des médicaments à la pharmacie. Il existe différents types d'ordonnances :

- **Ordonnance rose** : l'ordonnance rose est destinée aux assurés légaux. La caisse de maladie paie une grande partie des frais. Souvent, on paie 5 à 10€ comme participation personnelle à la pharmacie.
- **Ordonnance bleue ou blanche** : l'ordonnance bleue est destinée aux assurés privés ou aux médicaments spéciaux. Vous payez d'abord vous-même et pouvez vérifier si l'assurance maladie vous rembourse.
- **Ordonnance verte** : l'ordonnance verte est destinée aux médicaments à base de plantes ou aux médicaments légers. En règle générale, vous devez payer vous-même les médicaments. Certaines mutuelles proposent un budget santé. Tu trouveras de plus amples informations [ici](#).
- **Ordonnance électronique** : de nombreux médecins ne rédigent plus d'ordonnances sur papier. Vos ordonnances se trouvent sur votre carte de santé. Avec la carte de santé, vous

pouvez vous rendre à la pharmacie pour obtenir vos médicaments. Cette ordonnance est également appelée e-prescription. Pour que l'e-ordonnance fonctionne, le médecin doit lire votre carte de santé une fois par trimestre. Veillez à ce que votre carte de santé soit valable.

Personnes handicapées

En Allemagne, près d'une personne sur dix souffre d'un handicap grave. Les personnes handicapées doivent avoir les mêmes chances que les personnes valides. Elles doivent pouvoir participer à la société. C'est ce que dit la loi. Pour cela, il existe des mesures d'**inclusion**. Par exemple, les personnes handicapées peuvent recevoir une aide au travail. Il existe également des aides spéciales pour les jeunes enfants. C'est ce qu'on appelle l '**aide précoce**.

Il existe différents types de handicaps :

- **Handicap physique** : lorsque le corps est limité. Par exemple, lors de la marche, de la préhension ou des mouvements.
Exemple : quelqu'un est en fauteuil roulant ou a une prothèse.
- **Handicap sensoriel**: lorsque la vue ou l'ouïe sont limitées.
Exemple : quelqu'un est aveugle ou malentendant.
- **Handicap mental** : lorsque l'apprentissage, la réflexion ou la compréhension sont plus difficiles.
Exemple : quelqu'un a besoin de plus de temps pour apprendre ou comprendre quelque chose.
- **Handicap psychique**: lorsque les sentiments ou le comportement sont fortement perturbés - souvent par des maladies psychiques.
Exemple : quelqu'un souffre de fortes angoisses ou de dépressions qui influencent fortement sa vie.
- **Handicap d'apprentissage**: lorsque l'apprentissage est durablement difficile.
Exemple : quelqu'un a de très grandes difficultés à lire, à écrire ou à calculer.
- **Maladies chroniques** : Les maladies chroniques sont des maladies que l'on a de manière permanente, comme par exemple : le diabète, les maladies cardiaques et la dépression.

Qu'est-ce que l'inclusion ?

Aktion Mensch dit : "L'inclusion, c'est le fait que **chaque personne** en fait naturellement partie. Ou autrement dit : l'inclusion, c'est quand **tout le monde peut participer**. Peu importe ton apparence, la langue que tu parles ou si tu as un handicap.

Par exemple : les enfants avec et sans handicap apprennent ensemble à l'école. Quand tout le monde peut être présent partout, au travail, au domicile ou dans les loisirs : c'est ça l'inclusion".

Toutes les personnes doivent avoir **les mêmes chances**. Ils ne doivent pas se sentir exclus ou désavantagés. Selon le principe d'inclusion, toutes les personnes participent de manière égale à la vie avec et dans la société.

! Le handicap comme insulte

Il est **acceptable** de dire: "Cette personne a un handicap" ou "Une personne handicapée a besoin d'aide".

C'est **respectueux et objectif**.

Il n'est **pas correct** de dire : "Tu es handicapé !" (en tant qu'insulte). (comme une insulte) ou : "Il est complètement handicapé !"

De telles phrases sont **blessantes et discriminatoires**.

Qu'est-ce que l'encouragement précoce ?

L'[encouragement précoce](#) est une aide pour les enfants qui se développent plus lentement, qui ont un handicap ou qui pourraient en avoir un. L'encouragement précoce existe de la naissance à l'âge scolaire. Il soutient non seulement l'enfant, mais aussi les parents et la famille.

L'encouragement précoce aide par exemple à :

- Apprendre à parler
- Se déplacer et marcher
- Voir ou entendre

Objectif: l'enfant doit pouvoir se **développer correctement** et **vivre** de manière aussi **autonome** que possible.

Où puis-je trouver de l'aide et des conseils ?

Vous trouverez [ici](#) des offres de conseil et des informations pour les personnes handicapées

Carte d'identité pour personnes gravement handicapées

Vous souhaitez demander, prolonger ou modifier une carte pour personnes gravement handicapées ?

Pour demander, prolonger ou modifier une [carte pour personnes gravement handicapées](#), vous avez besoin d'un formulaire. Ce formulaire est disponible dans votre bureau local des citoyens. Vous pouvez également y faire une première demande ou une demande de modification. Vous trouverez [ici](#) les bureaux du citoyen les plus proches de chez vous.

Vous devez envoyer le formulaire rempli au [Versorgungsamt de Dortmund](#).

Vous trouverez plus d'informations sur la procédure de demande sur les pages du Versorgungsamt. Vous trouverez le formulaire de demande [ici](#). Vous pouvez également faire la demande en ligne via le portail [ELSA.NRW](#).

Soins

Que signifie prendre soin ?

Prendre soin signifie s'occuper de quelqu'un. Cela peut se faire à domicile ou dans une maison de soins. Les soins sont importants lorsqu'une personne **est malade, âgée ou handicapée et a besoin d'aide**. La plupart du temps, ces personnes ne peuvent plus s'occuper d'elles-mêmes.

Où puis-je trouver de l'aide ?

Souvent, les personnes concernées et leurs familles ont de nombreuses questions sur les soins. Le [bureau régional de la Ruhr](#) peut vous **aider** pour toutes les **questions relatives aux soins** .



Vous trouverez [ici](#) des **conseils en matière de soins pour les membres de la famille**.



La plupart des **caisses d'assurance maladie proposent leurs propres conseils en matière de soins** . Renseignez-vous toujours **d'abord auprès de votre caisse d'assurance maladie**.

Qu'est-ce que l'assurance dépendance ?

L'assurance dépendance est une assurance sociale en Allemagne. Elle **aide les personnes qui, en raison d'une maladie ou de l'âge, ont besoin d'un soutien au quotidien**. Par exemple pour se laver, s'habiller ou manger.

Qui est couvert par l'assurance dépendance ?

Toutes les personnes qui sont affiliées à l'assurance maladie obligatoire sont automatiquement affiliées à l'assurance dépendance. Les personnes qui ont une assurance maladie privée ont besoin d'une assurance dépendance privée.

Qui a droit aux prestations de soins ?

Toute personne qui a besoin de soins peut bénéficier de prestations de l'assurance dépendance. Dépendant signifie que l'on ne peut plus faire seul les choses importantes de la vie quotidienne, par exemple à cause d'une maladie, d'un accident ou de la vieillesse.

La personne dépendante a-t-elle un **permis de séjour ou une autorisation de séjour** ? Dans ce cas, elle n'est **pas automatiquement** inscrite à l'assurance dépendance.

Vous avez besoin de soins et vous n'avez **pas d'assurance dépendance** ? C'est alors l' [Office des affaires sociales](#) qui s'occupe de vous et non votre assurance maladie. Ce n'est que deux ans après votre permis de séjour que la période d'assurance commence.



Une personne doit avoir **été assurée pour les soins pendant au moins deux ans au cours des dix dernières années** pour pouvoir bénéficier de prestations de soins.

Quelles sont les prestations de soins disponibles ? Qu'est-ce qu'un niveau de soins ?

L'aide que l'on reçoit dépend du [degré de dépendance](#) . Le degré de dépendance détermine les prestations de soins que la personne malade peut recevoir. Il s'agit par exemple de l'allocation de soins, mais aussi d'aides telles qu'un lit médicalisé. Plus le niveau de soins est élevé, plus les prestations sont importantes.

Il existe au total **cinq niveaux de soins**. C'est le service médical qui détermine le niveau de soins qu'une personne reçoit. Un **expert** se rend chez la personne et décide du degré de dépendance sur la base de différents facteurs. Parmi ces facteurs, il y a l'observation de l'autonomie de la personne dans la vie quotidienne et de ses conditions de logement. Vous trouverez [ici](#) de plus amples informations sur les degrés de soins.

Combien d'allocations de soins une personne dépendante reçoit-elle ?

L'allocation de soins est versée soit à la personne dépendante elle-même, soit à la personne qui s'occupe d'elle. L'allocation de soins dépend du niveau de soins. Les personnes dépendantes ne reçoivent des prestations de soins qu'à partir d'un niveau de soins 2.

Vous trouverez [ici](#) un aperçu des prestations de soins.

Centres de conseil



La plupart des caisses d'assurance maladie proposent leurs propres services de conseil en matière de soins. Pour toute question, contactez d'abord votre caisse d'assurance maladie.



[Ville de Bochum - conseil aux seniors](#)



[Bureaux des seniors à Bochum](#)



[Conseil en soins - Clinique catholique de Bochum](#)



[Conseil en soins - BG Uninvestitätsklinikum Bergmannsheil Bochum](#)



[Conseil en soins - Caritasverband Ruhr-Mitte e. V.](#)



[Conseil en soins - DRK Kreisverband Bochum e. V.](#)



[Soins familiaux et infirmiers Bochum](#)