

Table des Matières

Bienvenue sur	5
Bienvenue à Cottbus	5
Heureux de vous voir !	5
Premiers pas	6
Ce qu'il faut savoir sur Cottbus	7
Centre d'accueil à Cottbus	8
Offices importants	9
Agence pour l'emploi	9
Service des étrangers	10
Bureau d'enregistrement des habitants (bureau municipal)	10
Service des permis de conduire (permis de conduire)	11
Centre pour l'emploi de Cottbus	11
Service d'immatriculation des véhicules	12
Service social	12
Service d'aide au logement	13
À propos d'Integreat	13
Integreat en langue des signes (vidéo)	14
Conseil, droit et aide	14
Conseil anti-discrimination	15
Conseil consultatif sur l'intégration et la migration	17
Centres de conseil en intégration professionnelle et en qualification	17
BIWAQ - intégration professionnelle	18
Réseau IQ - Conseil en matière de reconnaissance et de qualification	20
MY TURN - Travail des femmes dans le monde entier	22
Travail en réseau pour les personnes en fuite	22
WIC - Bienvenue à Cottbus	23
Bureau régional KAUSA du Brandebourg	24
Service de conseil en matière de soins et d'aide sociale	25
ALINA APP	26
Service de recherche de la RDC	26
Conseil en éducation et en famille	27
Regarder et agir - Que faire en cas d'attaque de droite ?	29
Service de migration de la jeunesse de Basse-Lusace (JMD NL)	30
Centres de conseil en migration pour immigrés adultes (à partir de 27 ans)	31
Consultation en ligne	32
Conseil psychosocial pour les personnes issues de l'immigration	33
Retour et départ volontaire	34
Groupes d'entraide	35
Aide à l'Ukraine à Cottbus	35
Bureau de santé et éducation à la santé pour les migrants*.	36
Vie quotidienne et loisirs	37
Banques	37
Bibliothèques	38
Bus, train et vélo	38
Shopping	39
Permis de conduire, conduite et stationnement	40
Offres pour les familles	43
Centres de jeunes	43
Cinéma, culture, musées, art, théâtre	43

Rencontres de quartier	44
Parcs	45
Religion	45
Sport	46
Aires de jeux	46
Informations sur la ville	46
Gestion du quartier	46
Protection des consommateurs	48
Habiter	49
Informations sur le logement	49
Énergie et environnement	50
Règlement intérieur	51
Animaux de compagnie	52
Loyer et contrat de location	53
Meubles et aménagement	55
Tri des déchets et consigne	55
Redevance audiovisuelle	57
Assurances	57
Aide au logement	58
Recherche de logement	58
Langue	59
Interprétation et médiation linguistique	59
Deutsch für den Alltag – Sprachkurs für Familien	60
Cours d'intégration	60
Cours de langue professionnelle (DeuFöV)	61
Cafés de la parole et clubs de lecture	62
Cours de langue en ligne	63
Langues étrangères	63
Formation de base	63
Apprendre une langue par soi-même au quotidien	64
Tester le niveau de langue	65
Enfants, jeunesse et famille	66
Paquet éducation et participation	66
Aperçu pour les enfants, les jeunes et les familles	69
Garde d'enfants pour les enfants jusqu'à 6 ans	69
Qu'est-ce qu'une crèche ?	69
Coûts & informations importantes sur la crèche	71
Crèche, jardin d'enfants ou garderie d'enfants	72
Mon enfant a un handicap	73
Droit à la garde d'enfants	73
Garde d'enfants pour les enfants à partir de 6 ans	74
Inscription à l'école	74
Garderie	75
L'école obligatoire et le système scolaire	76
Changement d'école de la 6e à la 7e classe (procédure Ü7)	77
Obligations des parents	77
Ce que vous devez encore savoir	78
Regroupement familial	79
Trouver des membres de la famille	79
Formation, formation continue et études	80
Formation	80

Formation en alternance	80
Formation professionnelle scolaire	82
Formation continue	83
Études	83
Financement et bourse d'études	85
Pas de droit d'accès à l'enseignement supérieur pour étudier en Allemagne ?	85
Université technique du Brandebourg	86
Recherche de travail et d'emploi	86
Centre pour l'emploi de Cottbus	86
Jobcenter.digital	87
Application Jobcenter	88
Agence pour l'emploi de Cottbus	89
Aperçu général : Travailler en Allemagne	89
Trouver un emploi - conseils et aide	90
Stage	91
Reconnaissance des certificats	92
Reconnaissance des diplômes étrangers	92
Légalisation officielle de certificats	93
Immigration de main-d'œuvre qualifiée	93
Les bases de l'immigration de main-d'œuvre qualifiée	93
Pour les professionnels	93
Pour les employeurs	94
Carte bleue européenne	95
Pour la formation et les études	96
Indépendance	97
Statut de séjour	97
Contrat de travail	99
Candidature et entretiens d'embauche	100
Bénévolat	102
Santé	103
Généralités sur la santé	103
Assurance maladie	104
Visite chez le médecin	104
Médicaments et pharmacies	106
Numéros d'urgence - SOS	106
Services de conseil et d'aide	107
Ligne d'aide contre la violence envers les femmes	107
centre psychosocial Caritas	108
AIDS-Hilfe Lausitz e.V.	109
Soins	109
Personnes handicapées	111
Conseil	111
Conseil consultatif des personnes handicapées	113
dossier électronique du patient (ePA)	113
Service d'aide aux personnes dépendantes	115
Grossesse	117
Grossesse	117
Naissance	119
Consultation en cas de conflit de grossesse / Interruption de grossesse	120
Consultation en matière de grossesse	121

SOS - Informations pour une aide urgente dans les situations d'urgence, de crise et de catastrophe	122
Urgences	122
Crise énergétique et panne d'électricité	124
Comment suis-je averti ?	124
Réserve d'urgence	125
Phares KATS	125
Points d'information KATS	126

Bienvenue sur

Bienvenue à Cottbus

Heureux de vous voir !

Bienvenue à [Cottbus !](#)



Ici, vous pouvez rapidement vous sentir à l'aise.

Cottbus est une ville de 100.000 habitants qui offre de nombreuses possibilités et surprises. Nous sommes particulièrement fiers des nombreux parcs et espaces verts qui invitent à la promenade, au sport ou à la détente. À Cottbus, vous êtes tout près de la nature.

Cottbus est une ville universitaire du Brandebourg, située entre Dresde et Berlin. Des jeunes du monde entier viennent y étudier et y vivre. Cela rend la ville vivante et ouverte.

Et la ville change. Autrefois, elle était connue pour le charbon et l'énergie. Aujourd'hui, il y a beaucoup de nouvelles idées et de nouveaux projets. Cottbus grandit et se développe - une vraie ville en plein boom !

Tout près se trouve la forêt de la Spree. La nature y est unique. Un tour en vélo ou une promenade en barque sur les célèbres canaux sont des expériences inoubliables.

Une particularité de Cottbus/Chósebus : de nombreux panneaux de signalisation, tout comme le nom de la ville, sont bilingues - allemand et sorabe. Les Sorabes sont une minorité qui a sa propre langue et sa propre culture. C'est une partie de notre histoire que nous préservons.

Nous sommes heureux de vous accueillir.

Découvrez Cottbus - cela en vaut la peine !

Votre Tobias Schick
Maire de Cottbus

Premiers pas

Vous êtes nouveau en Allemagne et à Cottbus ? Voici les choses importantes que vous devez faire :

Habiter :

- Trouvez un appartement et des meubles.
- Apposez votre nom de manière lisible sur la boîte aux lettres.

Démarches administratives :

- Inscrivez-vous dans les deux semaines auprès du Einwohnermeldeamt.
- À Cottbus, cela se fait au bureau municipal : [Réservez un rendez-vous](#).
- Si vous venez d'un pays non membre de l'UE, vous devez vous inscrire auprès du service des étrangers.

Santé :

- Souscrivez une assurance maladie (légale ou privée) - c'est obligatoire en Allemagne.

Langue & éducation :

- Si nécessaire : Suivre un cours d'intégration ou un cours de langue allemande
- Garde d'enfants : Inscrivez vos enfants dans une crèche ou une école.
- Chercher une formation, des études ou un emploi

Finances :

- Ouvrez un compte bancaire allemand (utile pour le loyer et le salaire).
- Communiquez vos coordonnées bancaires au Sozialamt, ou Jobcenter, si vous y recevez de l'argent.
- Demandez les allocations familiales auprès de la caisse d'allocations familiales.

Contrats & assurances :

- Si nécessaire : Souscrire un contrat de téléphone portable ou d'Internet (vérifier la durée et les coûts)
- Souscrire une assurance responsabilité civile privée (recommandée)
- Demander l'exonération de la redevance audiovisuelle (si possible)

Animaux domestiques :

- Les chiens doivent être déclarés à la commune.

- Certains propriétaires souhaitent être informés de la présence d'animaux domestiques

Permis de conduire & voiture :

- Avec un permis de conduire étranger, vous pouvez conduire en Allemagne pendant 6 mois. Ensuite, vous aurez peut-être besoin d'un permis de conduire allemand.
- Votre voiture doit être immatriculée (Bürgerbüro ou Kfz-Zulassungsstelle).

Ce qu'il faut savoir sur Cottbus

10 choses à savoir sur Cottbus

1. Cottbus compte 100 000 habitants. Cottbus est la troisième plus grande ville de la région métropolitaine de Berlin-Brandenburg. Située entre Berlin et Dresde, elle offre un bon mélange d'histoire, de culture et de nature. Vous trouverez [ici](#) de plus amples informations à ce sujet.
2. La [ville de Cottbus](#) a une longue histoire. Cottbus existe depuis plus de 900 ans. La ville a toujours été un lieu important d'immigration et de diversité culturelle. Aujourd'hui, on y ressent l'alliance de la tradition et de la modernité.
3. Cottbus est la porte d'entrée du Spreewald et du Lausitzer Seenland. Elle offre aux gens de nombreuses possibilités de se reposer et de faire des excursions. Découvrez [ici](#) ce que vous pouvez faire de bien.
4. Les Sorabes et les Wendes : Des minorités sorabes-wendats se sont installées à Cottbus et en Lusace. Avec leurs traditions séculaires, leur langue slave, ainsi que leurs fêtes vivantes et leurs costumes artistiques, ils contribuent à la diversité culturelle de la région. Si vous voulez en savoir plus, cliquez [ici](#).
5. Avec sa superficie, le lac Baltique de Cottbus est le plus grand lac artificiel d'Europe centrale. Juste devant les portes de la ville, il devient une zone de détente et de grandes expériences. Pour les développements actuels, c'est par [ici](#).
6. Pommes de terre en robe des champs, huile de lin et fromage blanc : ce plat était autrefois le repas des pauvres. Aujourd'hui, on ne peut plus s'en passer dans les restaurants de la Spreewald. L'huile de lin est également utilisée comme remède naturel dans la Spreewald. Si vous aussi, vous voulez l'essayer, utilisez cette [recette](#).
7. Hermann Fürst von Pückler-Muskau a vécu de 1785 à 1871. Il était l'un des plus grands artistes de jardin européens, un écrivain voyageur à succès, un amateur de mets raffinés et a donné son nom à une glace mondialement connue. Le [parc Branitzer](#) de Cottbus a été conçu par Pückler.
8. Le FC Energie Cottbus (nom complet : Fußballclub Energie Cottbus e.V.) est un club de football de Cottbus. Il a été fondé en 1966 et joue actuellement en 3e division. Vous trouverez des informations actuelles [ici](#).
9. L'[Université technique brandebourgeoise](#) de Cottbus-Senftenberg est la seule université technique du Land de Brandebourg. Avec actuellement environ 6.600 étudiants de plus de 100 nations, elle marque depuis longtemps la vie jeune et variée de la ville universitaire.
10. L'[Université de médecine Lausitz-Carl Thiem](#) (en abrégé MUL-CT) est l'hôpital de Cottbus. Elle a été fondée en juillet 2024. Elle est issue de la clinique Carl-Thiem-Klinikum (CTK). Avec environ 3200 employés, c'est le plus grand employeur de la ville de Cottbus.

Centre d'accueil à Cottbus

Le [Welcome Center](#) aide les personnes qui s'installent à Cottbus ou qui reviennent. Nous soutenons tous ceux qui souhaitent vivre et travailler ici.

Les professionnels d'Allemagne et d'autres pays sont les bienvenus chez nous. Le Welcome Center donne une orientation. Il conseille et soutient. Il oriente vers les bons services et les bons endroits et établit des contacts.

Le Welcome Center propose :

- des conseils sur des questions relatives à la vie et au travail à Cottbus
- aide à la reconnaissance des diplômes étrangers
- orientation et mise en contact avec les bons organismes
- Soutien aux entreprises lors de l'arrivée et de l'intégration de personnel qualifié
- coopération avec les autorités, les écoles et les entreprises

Informations et conseils sur :

- cours de langue et offres linguistiques
- Travail et recherche d'emploi
- Logement
- Santé
- Formation (crèche, école, études)
- Culture et loisirs
- Autorités et administration
- Rencontres et engagement

Nos conseils sont gratuits !

Anne Wolf | ausländische Fachkräfte

- [Berliner Straße 157, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- @Anne.Wolf@cottbus.de
- [+493556123421](tel:+493556123421)




Iryna Kaminska | Welcome Center Cottbus

- [Berliner Straße 157, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- <https://www.welcome-cottbus.de/>

Mayeesha Azhar | internationale Studierende

- [Berliner Straße 157, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- @Mayeesha.Azhar@cottbus.de
- [+4915124046819](tel:+4915124046819)

Farzaneh Farahani | internationale Studierende

-  [Berliner Straße 157, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
-  [@Farzaneh.Farahani@cottbus.de](mailto:Farzaneh.Farahani@cottbus.de)
-  [+49 15124046819](tel:+4915124046819)

Les heures d'ouverture :

Chers visiteurs:- Chères visiteuses,
en raison d'une restructuration, nous sommes actuellement et jusqu'à nouvel ordre ouverts
aux heures de consultation suivantes :

lundi 13h-16h

Mercredi 9h-12h

Jeudi 13h-16h

Vous pouvez nous envoyer un e-mail avec votre demande : **welcome@cottbus.de**

Merci de votre compréhension !

L'équipe du Welcome Center

Offices importants

Agence pour l'emploi

L'agence pour l'emploi est responsable de tout ce qui concerne le travail et la formation :

- Vous cherchez un emploi ?
- Vous avez besoin d'aide pour choisir une profession ?
- Vous souhaitez faire reconnaître vos diplômes ?
- Vous souhaitez suivre une formation professionnelle ?



Pour contacter l'agence pour l'emploi de Cottbus :

<https://www.arbeitsagentur.de/service-bereich>

Vous pouvez effectuer de nombreux services en ligne, par exemple vous inscrire au chômage, demander des allocations de chômage, télécharger des documents ou prendre des rendez-vous. Avec nos e-services, vous réglez vos demandes de manière simple, rapide et sûre via votre compte d'utilisateur. Inscrivez-vous [ici](#). Sinon, nous vous montrons comment faire. Participez [ici](#) à notre séance d'information à ce sujet.

Votre procédure d'asile est en cours ? Ou vous êtes toléré(e) ? Dans ce cas, l'agence pour l'emploi est là pour vous aider.

Agence pour l'emploi de Cottbus

-  [Bahnhofstraße 10, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
-  [+49 8004555500](tel:+498004555500)

- [🌐https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/cottbus](https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/cottbus)

[📺Online-Termin](#)

Service des étrangers

Si vous n'êtes pas de nationalité allemande, vous pouvez obtenir de l'aide auprès du service des étrangers de Cottbus. Elle vous soutient pour les questions relatives au séjour et à l'entrée en Allemagne. Cette consultation s'adresse à toutes les personnes qui habitent ici à Cottbus ou dans le district de Spree-Neiße.

📍 [Karl-Marx-Straße 67, 03044 Cottbus](#)

@ auslaenderbehoerde@cottbus.de

☎ [+49 \(0\) 3556123390](tel:+493556123390)

🌐 <https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschäftsbereich-iii-personal-service-or...>

Bureau d'enregistrement des habitants (bureau municipal)

Le bureau municipal de Cottbus propose de nombreux services. Voici le bureau d'enregistrement des habitants. Si vous déménagez à Cottbus, vous devez vous inscrire dans les deux semaines. Après un déménagement, vous devez communiquer votre nouvelle adresse et vous pouvez faire le changement d'adresse ici. Au bureau municipal, vous pouvez également demander des cartes d'identité, des passeports ou des certificats de bonne conduite.

Vous trouverez un aperçu des services [ici](#).

Technisches Rathaus | Stadtbüro

📍 [Karl-Marx-Str. 67, 03044 Cottbus - Chósebus](#)

@ stadtbuero@cottbus.de

☎ [+493556122070](tel:+493556122070)

🌐 <https://www.cottbus.de/stadtbuero>

Horaires d'ouverture :

Uniquement sur rendez-vous, le mardi après-midi est possible sans rendez-vous.

Lundi 08:30 - 13:00

Mardi 08:30 - 12:00 heures, 13:00 - 18:00 heures

Jeudi 08:30 - 12:00 heures, 13:00 - 18:00 heures

Vendredi 08:30 -12:00

Remarque :

Possibilités de prendre rendez-vous :

- sur Internet sous "[Prendre rendez-vous pour votre visite au bureau municipal](#)".
- par le service téléphonique 0355 6123333
- par e-mail en indiquant un numéro de téléphone à stadtbuero@cottbus.de
- via la "boîte aux lettres des rendez-vous" sur place - en remplissant le formulaire de rendez-vous.

Accessibilité pour les personnes handicapées :

Ascenseur disponible : Oui

Accessible aux fauteuils roulants : Oui

Compétent pour :


Cottbus/Chósebus

Service des permis de conduire (permis de conduire)

Si vous voulez conduire une voiture, vous avez besoin d'un permis de conduire. L'autorisation de conduire est également appelée permis de conduire.

Les permis de conduire des pays non membres de l'UE ne sont valables que pour 6 mois en Allemagne. Vous ne pouvez conduire en Allemagne avec un permis de conduire de votre pays d'origine que pendant les 6 premiers mois. Le permis de conduire international n'a pas non plus une durée de validité illimitée. Il perd sa validité au bout de 6 mois. Il doit alors être échangé contre un permis de conduire allemand.

Führerscheinstelle

 [Karl-Marx-Straße 69, 03044 Cottbus - Chósebus](#)

 [@fahrerlaubnis@cottbus.de](mailto:fahrerlaubnis@cottbus.de)

 [+49 \(0\) 3556124788](tel:+4903556124788)

 <https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschäftsbereich-iii-personal-service-or...>

Centre pour l'emploi de Cottbus

Vous êtes au chômage et avez besoin d'aide ? Le site Jobcenter Cottbus aide les personnes qui ont droit à Bürgergeld.

Vous souhaitez :

- Déposer une demande sur Bürgergeld ?
- Continuer à faire approuver votre demande ?
- Ou signaler des changements ?

Vous pouvez le faire [ici](#), en ligne, en toute simplicité.

[Bahnhofstraße 10, 03046 Cottbus - Chósebus](#)

@jobcenter-Cottbus.Eingangszone-Team-715@jobcenter-ge.de

[+49 \(0\) 3556193100](tel:+49(0)3556193100)

<https://cottbus.de/verwaltung/gb-1/dz-1-1/jobcenter-cottbus/>

Si vous avez besoin d'un rendez-vous personnel, vous pouvez le réserver vous-même [ici](#).

Vous trouverez également des nouveautés concernant Jobcenter et des informations actuelles sur notre [canal Instagram](#).

Service d'immatriculation des véhicules

Si vous souhaitez immatriculer ou réimmatriculer un véhicule, le service d'immatriculation des véhicules est le bon endroit pour le faire. Elle s'occupe de tout ce qui concerne l'immatriculation des véhicules et des remorques dans la circulation routière. Si vous avez un véhicule, vous pouvez vous adresser au service d'immatriculation des véhicules.

[Karl-Marx-Straße 69, 03044 Cottbus - Chósebus](#)

@kfz-zulassung@cottbus.de

[+49 \(0\) 3556124777](tel:+49(0)3556124777)

<https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschäftsbereich-iii-personal-service-or...>

Service social

Le service social met en œuvre l'aide sociale. Cette aide comprend :

- un soutien pour la vie quotidienne
- la couverture de base en cas de vieillesse et de maladie
- aide à l'éducation et à la participation à la vie
- Allocation de citoyenneté et aide sociale
- Transport scolaire
- Aide pour la santé
- Aide aux soins
- Aide aux personnes handicapées
- Aide aux demandeurs d'asile et aux personnes étrangères
- Prestations en vertu de la loi régionale sur les allocations de subsistance (Landesteilhabegeldgesetz)

En outre, le service propose des conseils sur le logement afin d'éviter ou de remédier à l'absence de domicile fixe. Vous pouvez poser des questions sur ces sujets et obtenir du soutien.

Sozialamt Cottbus

 [Thiemstraße 37, 03050 Cottbus - Chósebus](#)

 [+49 \(0\) 3556124800](tel:+49(0)3556124800)

 <https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschäftsbereich-i-finanzen-wirtschaft-s...>

Service d'aide au logement

Cette section aide sur ces sujets :

Demande d'aide au logement.

Demande d'une allocation de logement.


Demande d'une allocation de charge.

Attestation de besoin de logement.

Wohngeldstelle

 [Karl-Marx-Straße 67, 03044 Cottbus - Chósebus](#)

 [@wohngeldstelle@cottbus.de](mailto:wohngeldstelle@cottbus.de)

 [+49 \(0\) 3556120](tel:+49(0)3556120)

À propos d'Integreat

Integreat est un guide qui vous aidera dans votre vie quotidienne. Vous y trouverez des adresses importantes, des personnes de contact ainsi que des trucs et astuces qui vous aideront à vous orienter.

Ce guide comporte plusieurs chapitres. Chaque chapitre traite d'un thème différent. Vous trouverez entre autres des informations sur les médecins, les écoles, les cours d'allemand ou d'autres institutions. Il y a également un chapitre avec des idées sur ce que vous pouvez faire pendant votre temps libre. Les informations et les offres de loisirs changent. L'équipe Integreat les met régulièrement à jour. C'est pourquoi il est très utile de consulter souvent votre application mobile. Vous serez toujours au courant des actions et événements en cours. Vous pouvez vous fier aux informations contenues dans Integreat.

Vous pouvez également utiliser cette application hors ligne si vous n'avez pas accès à Internet. Lorsque vous êtes à nouveau en ligne, l'application se met à jour d'elle-même.

Partage d'informations

Les informations importantes que vous souhaitez par exemple transmettre peuvent être téléchargées et partagées au format PDF dans l'application web. Dans l'application mobile, vous pouvez partager directement des contenus intéressants, par exemple via WhatsApp, Facebook ou par e-mail.

Dernières nouvelles

L'application pour smartphone d'Integreat vous permet également de recevoir des notifications push. Vous pouvez accepter de les recevoir dans les paramètres de l'application. Les notifications push vous permettent de recevoir des informations importantes ou de dernière minute.

Réactions

Vous pouvez contribuer au développement de l'application Integreat. Vous pouvez donner votre avis à l'aide des icônes de smiley. Ce feedback parvient aux personnes qui créent les contenus. Vous pouvez faire des compliments ou des critiques. Lorsque vous avez des idées ou des critiques, notez autant de détails que possible. Vous pouvez également écrire directement un e-mail : integreat@cottbus.de

Fonction de lecture

Les contenus de l'application Integreat peuvent également être lus à haute voix. Pour cela, la fonction de lecture doit être activée dans les paramètres du smartphone. Cela fonctionne dans toutes les langues. Il est également possible d'utiliser la fonction de lecture intégrée dans Integreat via le menu.

Nous espérons vivement que cette application vous simplifiera la vie à Cottbus.

Integreat en langue des signes (vidéo)

Cette vidéo explique en langue des signes allemande comment fonctionne Integreat. Vous découvrirez toutes les possibilités. Cliquez sur l'image pour accéder à la vidéo sur YouTube.



Conseil, droit et aide

Conseil anti-discrimination

La discrimination signifie que des personnes sont traitées moins bien que d'autres personnes. Un autre mot pour la discrimination est le désavantage. La discrimination fait que les gens se sentent traités de manière injuste.

La discrimination peut par exemple se produire au travail, dans les loisirs ou dans une fonction publique.

Si vous êtes victime de discrimination, vous avez certains droits. Ces droits sont inscrits dans une loi. La loi dit

- Tous les êtres humains doivent être traités de manière égale.
- Aucun être humain ne doit être traité moins bien que les autres.
- Les personnes ont ces droits
- La discrimination est interdite

Il existe de nombreuses raisons de discriminer.
Des personnes discriminent d'autres personnes.
Cela se produit pour différentes raisons.

Raisons de la discrimination

Parfois, les gens font l'expérience de la discrimination.

Cela se produit en raison de leur origine.

Ou à cause de la couleur de leur peau.

Parfois à cause de leurs croyances.

Ou à cause de leur apparence.

Parce qu'ils sont une femme ou un homme.

Ou parce qu'ils ne se sentent pas femme ou homme.

Parce qu'ils pensent différemment.

Parce qu'ils ont un handicap.

Ou parce qu'ils sont vieux ou jeunes.

- aimer une autre personne

Antidiskriminierungsberatung Brandenburg / Opferperspektive e.V.

L'association Opfer-Perspektive aide les gens.

Elle conseille en cas de violence de droite.

Elle conseille en cas de discrimination raciale.

La consultation ne coûte pas d'argent.

La consultation est secrète.

La consultation est destinée aux victimes.

La perspective de la victime aide à résoudre tous les problèmes.

Les problèmes proviennent de la violence de droite.

Nous vous soutenons en cas de discrimination pour

- d'attributions racistes
- du sexe
- de l'identité sexuelle

- d'un handicap ou d'une maladie chronique
- de l'âge
- de la religion
- des convictions philosophiques

Contact : **Bureau à Cottbus**

📍 Dans le Schloßkirchpassage, Brandenburger Platz 11
03046 Cottbus

Siège à Potsdam

📍 Rudolf-Breitscheid-Strasse 164
14482 Potsdam
@a ntidisk_riminierung@opferperspektive.de

☎ 0331 - 58 10 7676

<https://antidiskriminierungsberatung-brandenburg.de/kontakt/>

Aide aux victimes Land Brandenburg e.V.

Un délit change la vie.
De nombreuses personnes sont sous le choc.
Elles doivent témoigner devant un tribunal.
Les conséquences restent souvent longtemps.
Elles se font sentir même après l'acte.

- Conseil aux victimes
- Gestion des traumatismes
- Conseil en matière de stalking
- Accompagnement psychosocial lors des procès
- Offre externe pour les victimes de viols

Conseil aux victimes Cottbus
Maison médicale Cottbus Nord
📍 Gerhart-Hauptmann-Strasse 15, 03044 Cottbus
☎ 0355 729 6052

@

cottbus@opferhilfe-brandenburg.de

Police du Brandebourg

La police peut transmettre des offres d'aide. La police apporte son aide. Elle enregistre les plaintes. La police essaie d'élucider ou de prévenir les crimes.

En cas d'urgence : 110

Contact :

📍 Juri-Gagarin-Straße 16

03046 Cottbus

☎ Téléphone (général) : 0355 4937-1224/ 1225

Conseil consultatif sur l'intégration et la migration

Le conseil consultatif pour l'intégration et la migration représente les personnes issues de l'immigration à Cottbus. Il se fixe des objectifs. Par exemple ceux-ci : Comment améliorer l'intégration des immigrés à Cottbus ? Comment les immigrés peuvent-ils participer aux décisions à Cottbus ? Les offres pour les immigrés à Cottbus sont-elles adaptées à leurs besoins ?

Le comité consultatif travaille bénévolement et compte onze membres. La ville de Cottbus élit les membres pour la durée de la période électorale. Sept membres sont de nationalité étrangère. Quatre membres doivent avoir la nationalité allemande et s'engager à Cottbus pour l'intégration des personnes issues de l'immigration.

Le conseil consultatif propose des permanences le 1er et le 3e mercredi de chaque mois de 14h30 à 16h30. Vous pouvez nous trouver au :

Welcome Center Cottbus

- 📍 [Berliner Straße 157, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- @ welcome@cottbus.de
- ☎ [+49 3556123412](tel:+493556123412)

Il n'est pas nécessaire de s'inscrire.

Conseil consultatif pour l'intégration et la migration de la ville de Cottbus

@ migrationsbeirat@cottbus.de

🌐 [Beirat für Integration und Migration](#)

Vous trouverez ici des informations sur le travail du conseil consultatif :

[Informations actuelles](#)

Centres de conseil en intégration professionnelle et en qualification

Vous cherchez un emploi ? Il existe plusieurs organismes à Cottbus qui vous aident à trouver un emploi.

Si vous êtes encore dans la procédure d'asile et que vous avez un permis ou une tolérance, l'[agence pour l'emploi de Cottbus](#) vous aidera.

Si vous avez un titre de séjour, c'est en général le [Jobcenter Cottbus](#) qui est compétent pour vous.

Les personnes immigrées ont en outre la possibilité de s'adresser aux services de conseil suivants à Cottbus.

BIWAQ - intégration professionnelle

BIWAQ - Aide à la recherche d'emploi

BIWAQ aide les personnes sans emploi.

Tu reçois un soutien pour trouver un travail.

Par exemple, tu peux :

- Mieux apprendre l'allemand
- Rédiger un CV et une candidature
- S'entraîner pour des candidatures
- Aide à la recherche d'emploi
- Accompagnement à des rendez-vous (par ex. à la préfecture ou chez le médecin)
- Conseils pour tes questions

L'offre est :

- gratuite
- bénévole
- dans ton quartier : Neu-Schmellwitz, Sachsendorf ou Sandow

Nous parlons allemand et anglais.


L'aide linguistique est également disponible (après accord) en :
arabe, ukrainien, russe

☐ Interlocuteurs dans les quartiers de la ville

Jörn Körner | Neu Schmellwitz

 [Zuschka 27, 03044 Cottbus - Chósebus](#)

[@joern.koerner@cottbus.de](mailto:joern.koerner@cottbus.de)

 [+49 \(0\) 15124041795](tel:+49(0)15124041795)

Heures de consultation :

Mardi : 10:30-12:00 (Zuschka 27)

Jeudi : 13:00-14:30 (Zuschka 27)

Vendredi : 10:30-12:00 (Am Strom 10)

Gregor Wollenick | Sachsendorf

[📍 Zielona-Gora-Str. 16, 03050 Cottbus - Chósebus](#)

[@gregor.wollenick@cottbus.de](mailto:gregor.wollenick@cottbus.de)

[☎ +49 \(0\) 15124041771](tel:+49(0)15124041771)

Heures de consultation:

Mardi : 13:00-15:00 (Rue Zielona Gora 16)

Mercredi : 13:00-15:00 (Rue Zielona Gora 16)

Janine Wehlan | Sandow

[📍 Hermannstraße 13, 03042 Cottbus - Chósebus](#)

[@janine.wehlan@cottbus.de](mailto:janine.wehlan@cottbus.de)

[☎ +49 \(0\) 15155675789](tel:+49(0)15155675789)

Heures de consultation :

Mardi : 10:00-11:00 (Elisabeth - Wolf - Straße 41 / Kita Pfiffikus via l'entrée Max-Grünebaum-Straße)

Mercredi : 11:00-12:30 (Hermannstraße 13 / magasin de quartier)

☐ Autre aide

Nour Altaha | Allgemeine Beratung auf Arabisch

[📍 Petersilienstraße 22, 03044 Cottbus](#)

[@nour.altaha@cottbus.de](mailto:nour.altaha@cottbus.de)

[☎ +49 \(0\) 15124046830](tel:+49(0)15124046830)

☐ Vendredi : 10:00-12:00 (Petersilienstraße 22)

Liliya Reuß | Sprachmittlung (ukrainisch)

[📍 Neumarkt 5, 03046 Cottbus - Chósebus](#)

[@liliya.reuss@cottbus.de](mailto:liliya.reuss@cottbus.de)

[☎ +49 \(0\) 3556124889](tel:+49(0)3556124889)

[☎ +49 \(0\) 1719117111](tel:+49(0)1719117111)

Contact :

E-mail : BIWAQ@cottbus.de
Adresse : Petersilienstraße 22, 03044 Cottbus.
Site web : BIWAQ Cottbus

Réseau IQ - Conseil en matière de reconnaissance et de qualification

Intégration par la qualification (réseau IQ)

Le "Netzwerk Integration durch Qualifizierung" (réseau IQ du Brandebourg) vous aide à trouver un emploi en Allemagne. Vous recevez des conseils, des cours et des formations continues. Vous apprendrez ainsi mieux la langue et améliorerez vos compétences professionnelles. Vous recevez également de l'aide pour la reconnaissance de vos diplômes.

Le réseau IQ Brandenburg a différents projets :

Faire Integration

Les personnes qui viennent en Allemagne et qui veulent travailler ont de nombreuses questions. Ainsi, il y a souvent des questions sur le contrat de travail, le salaire ou le licenciement. Ce n'est pas facile de comprendre. C'est pourquoi le projet Faire Integration offre un soutien.

Vous pouvez vous informer ici :

 Caritas - Région de Cottbus

Edris Rasuly | Faire Integration

-  [Südstraße 1, 03046 Cottbus](#)
- @edris.rasuly@caritas-goerlitz.de
-  [+4935538003770](tel:+4935538003770)

Conseil en reconnaissance et qualification

Si vous avez un diplôme professionnel, vous avez besoin d'une reconnaissance en Allemagne. C'est important pour que vous puissiez travailler dans votre profession. Lors de la consultation, vous pouvez apprendre ce qui est nécessaire pour cela.

Pussawee Kesornpate | Anerkennungsberatung Cottbus

-  [Querstraße 48, 03044 Cottbus - Chósebus](#)
- @kesornpate@ihk-projekt.de
-  [+49 15125072223](tel:+4915125072223)
-  <https://www.brandenburg.netzwerk-iq.de/angebote/beratung-zur-erkennung-meiner...>

Langues de consultation : Allemand, anglais, thaï

La consultation est possible dans d'autres langues via un service d'interprétation.



💡 Veuillez réserver un rendez-vous via ce [formulaire de contact](#) avant de venir nous voir.

Station:Fachkraft

Vous avez appris un métier à l'étranger ? Par exemple : électronicien, commerçant ou coiffeur. Il se peut que votre diplôme ne soit pas entièrement reconnu. Dans ce cas, vous pouvez suivre une formation continue pour compenser les différences. Ainsi, votre diplôme sera alors équivalent à un diplôme allemand.

 [Station:Fachkraft](#)

Alex Schenk | Projektleitung




-  [Puschkinstraße 12b, 15236 Frankfurt \(Oder\)](#)
- [@schenk@ihk-projekt.de](mailto:schenk@ihk-projekt.de)
-  [+49033560696136](tel:+49033560696136)

Point de service IQ Begleitet. Qualifiziert. Anerkannt.




Vous avez appris à l'étranger un métier dans le domaine de la santé, de la médecine ou des professions médicales. Par exemple : soins infirmiers, sage-femme, médecin ou éducateur. Nous pouvons vous aider dans cette démarche. Notre objectif est que votre diplôme soit entièrement reconnu. Vous aurez alors une chance et pourrez travailler dans votre profession.

Contact :

Anne Dann | Projektleitung

-  [Bahnhofsplatz 2, 16321 Bernau](#)
- [@a.dann@kontakt-eberswalde.de](mailto:a.dann@kontakt-eberswalde.de)
-  [+49033387059430](tel:+49033387059430)
-  https://kontakt-eberswalde.blogspot.com/p/blog-page_19.html

Alexander Leifels | Mitarbeiter

-  [Bahnhofsplatz 2, 16321 Bernau](#)
- [@a.leifels@kontakt-eberswalde.de](mailto:a.leifels@kontakt-eberswalde.de)
-  [+49033387059431](tel:+49033387059431)
-  https://kontakt-eberswalde.blogspot.com/p/blog-page_19.html


Entrée sur le marché du travail pour les universitaires*.

Si vous avez obtenu un diplôme universitaire en sciences sociales, naturelles, juridiques ou artistiques à l'étranger et que vous souhaitez travailler dans ce domaine, nous vous aidons. Nous vous accompagnons et vous soutenons. Pour pouvoir participer, vous devez avoir de bonnes connaissances en allemand. Au moins le niveau B1.

[Qualification et accompagnement d'universitaires internationaux](#)

Contact :

Anne Dann | Projektleitung

-  [Bahnhofsplatz 2, 16321 Bernau](#)
- [@a.dann@kontakt-eberswalde.de](mailto:a.dann@kontakt-eberswalde.de)
-  [+49033387059430](tel:+49033387059430)

MY TURN - Travail des femmes dans le monde entier




Ce projet est une offre pour les femmes avec une histoire d'immigration à Cottbus.

Les femmes ayant leur propre biographie migratoire sont accompagnées sur le chemin de la qualification, de la formation et de l'emploi soumis à l'assurance sociale.




Le projet propose des cours, des ateliers et des conseils afin que les femmes puissent découvrir et renforcer leurs capacités. L'objectif est de leur donner plus de confiance en elles et des chances pour l'avenir. Le projet aide les femmes à trouver une crèche pour leurs enfants. Et il aide en cas de problèmes avec la garderie et l'école.

MY TURN- Travail mondial des femmes

Sascha Kahle | Projektleitung

-  [Berliner Straße 6, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- [@sascha.kahle@cottbus.de](mailto:sascha.kahle@cottbus.de)
-  [+493556123415](tel:+493556123415)
-  <https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschafsbereich-i-finanzen-wirtschaft-s...>

Asal Markazi | Projektmitarbeiterin


-  [Berliner Straße 6, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- [@asal.markazi@cottbus.de](mailto:asal.markazi@cottbus.de)
-  [+493556123414](tel:+493556123414)
-  <https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschafsbereich-i-finanzen-wirtschaft-s...>

Travail en réseau pour les personnes en fuite

Le réseau pour les réfugiés dans le Brandebourg et à Cottbus s'engage au niveau politique pour les réfugiés.

Le réseau organise des événements sur différents thèmes. Vous pouvez y apprendre plus sur des sujets comme l'asile et la migration. Vous pouvez également participer à des discussions. Le Geflüchteten Netzwerk Cottbus informe sur ces thèmes : Asile, séjour, formation et travail, loisirs et vie quotidienne, santé, enfants et jeunes ainsi que cours de langue.

Contact à Cottbus :

 Nabil Abo Nasser
 015750941430

@

gefuechtete.netz.cottbus@gmail.com

 Güterzufuhrstraße 8, 03046 Cottbus

WiC - Bienvenue à Cottbus

"Bienvenue à Cottbus" est un projet. Il aide les personnes qui viennent d'un autre pays ou qui ont fui à trouver un emploi.

Le projet offre des conseils et de l'aide aux professionnels. Le projet s'adresse également aux étudiants et à leurs familles. Peu importe le titre de séjour dont ils disposent. Il n'est pas nécessaire de parler déjà l'allemand.

Le projet aide. Il offre des possibilités d'apprendre l'allemand. Il aide à la reconnaissance des diplômes. Il aide à la recherche d'un emploi. Il y a des ateliers et des manifestations. Lors des rencontres, on peut faire la connaissance d'autres personnes ayant des problèmes similaires.

Les heures de consultation au Welcome Center de Cottbus sont les suivantes :

Lundi : 13:00 à 16:00
Mercredi : 09:00 à 12:00
Jeudi : 13:00 à 16:00 heures

Autres rendez-vous sur demande.



Vous pouvez contacter le projet à l'adresse suivante :

@welcome@cottbus.de



Le projet est soutenu par le Land de Brandebourg et l'Union européenne.

Vous pouvez volontiers vous adresser aux personnes suivantes :

Anne Wolf | ausländische Fachkräfte

-  [Berliner Straße 157, 03046 Cottbus - Chósebuz](#)
- @Anne.Wolf@cottbus.de
-  [+493556123421](tel:+493556123421)

Farzaneh Farahani | internationale Studierende

-  [Berliner Straße 157, 03046 Cottbus - Chósebuz](#)
- @Farzaneh.Farahani@cottbus.de
-  [+49 15124046819](tel:+4915124046819)

Mayeesha Azhar | internationale Studierende

- [📍 Berliner Straße 157, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- [@Mayeesha.Azhar@cottbus.de](mailto:Mayeesha.Azhar@cottbus.de)
- [☎ +4915124046819](tel:+4915124046819)

Iryna Kaminska | Welcome Center Cottbus

- [📍 Berliner Straße 157, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- [🌐 https://www.welcome-cottbus.de/](https://www.welcome-cottbus.de/)

Hebat Hammash | Servicebereichsleitung Integration

- [📍 Berliner Straße 157, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- [@Hebat.Hammash@cottbus.de](mailto:Hebat.Hammash@cottbus.de)
- [☎ +49 3556123416](tel:+493556123416)
- [🌐 https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschäftsbereich-i-finanzen-wirtschaft-s...](https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschäftsbereich-i-finanzen-wirtschaft-s...)

Bureau régional KAUSA du Brandebourg

Le bureau régional KAUSA du Brandebourg informe sur la formation et le travail.

L'accent est mis sur les jeunes avec une expérience de fuite ou de migration et leurs parents. Les entreprises qui souhaitent former des apprentis reçoivent également un soutien.

L'équipe KAUSA t'aide à répondre à toutes les questions concernant la formation :

- **Qu'est-ce qu'une formation en alternance ?**
Nous t'expliquons comment se déroule la formation en entreprise et à l'école professionnelle.
- **De quoi ai-je besoin pour suivre une formation ?**
Nous te disons de quelles conditions et documents tu as besoin.
- **Où puis-je trouver des places d'apprentissage ?**
Nous te montrons où tu peux chercher des places libres - en ligne ou sur place.
- **Quels sont les documents nécessaires à une candidature ?**
Nous te donnons des conseils sur le CV, la lettre de motivation et les certificats.
- **Comment trouver le métier qui me convient ?**
Nous t'informons pour que tu puisses trouver un métier qui correspond à tes intérêts.

Andrea Behrends | KAUSA-Landesstelle Brandenburg: Ausbildung und Migration

• [📍 Sandower Straße 6, 03044 Cottbus](#)

• [@behrends@berlin.arbeitundleben.de](mailto:behrends@berlin.arbeitundleben.de)

• [☎ +49 \(0\) 355301085](tel:+490355301085)

+49 (0) 1622036776

<https://kausa-brandenburg.de/>

Service de conseil en matière de soins et d'aide sociale

Centre de soins de Cottbus

Vous trouverez ici des informations sur les domaines des soins, de la médecine et des affaires sociales. L'objectif est de permettre à chaque personne de mener une vie autodéterminée. Un autre objectif est de soutenir les proches dans leur tâche. Les centres de soins disposent d'un vaste réseau. Les collaborateurs sont certifiés. Ils disposent de connaissances étendues. Les consultations peuvent également avoir lieu par téléphone. Ou à votre domicile. N'hésitez pas à téléphoner. Ou envoyez un e-mail. Les conseils sont gratuits et neutres.

Un soutien peut être trouvé ici :

- Personnes nécessitant des soins
- les personnes handicapées
- Les proches
- Professionnels
- Aidants
- Personnes intéressées

Le point d'appui informe sur :

- les offres de soins à Cottbus
- l'aide de l'assurance dépendance
- l'aide de l'aide sociale
- la démence
- le handicap lourd
- le mandat de protection future
- les directives anticipées du patient
- le logement des personnes âgées
- les formes d'habitat alternatives
- les aides à la vie quotidienne et les aides techniques
- Offres bénévoles de soutien au quotidien

Centre de soins de Cottbus

Am Turm 14, 03046 Cottbus/Chósebus

Heures d'ouverture / heures de consultation

Mardi : 09.00-12.00 heures et 13.00-17.00 heures

Jedi : 09.00-12.00 heures et 13.00-18.00 heures

Téléphone

Conseil en soins

0355 612 2511

0355 612 2514

Conseil social et logement

0355 612 2510

0355 612 2513

Conseil en matière de démence

0355 612 2512

0355 612 2510

Courriel: cottbus@pflegestuetzpunkte-brandenburg.de

Pour plus d'informations, cliquez ici :

<https://pflegestuetzpunkte-brandenburg.de>

ALINA APP

Avec l'application ALINA, vous avez à tout moment à portée de main toutes les informations importantes sur le thème des soins - c'est simple, gratuit et actuel.

Maintenant avec des offres régionales pour Elbe-Elster, Spree-Neiße, Dahme-Spreewald et Cottbus !

vous trouverez ici le lien de téléchargement de l'appli.

[APP d'informations quotidiennes](#) sur des thèmes liés aux soins.

- Social
- Handicap lourd
- Démence
- Habitat

Service de recherche de la RDC

Je cherche mon frère.

Je cherche ma mère.

Je cherche ma fille.

Le Service de recherches de la Croix-Rouge allemande aide les personnes qui ont perdu des proches, par exemple à cause de la guerre ou de la fuite. Le service aide à retrouver les membres de la famille disparus et à rétablir les contacts. Pour ce faire, il collabore avec de nombreux pays et organisations. Le Service de Recherches de la RDC est gratuit et est à la disposition de tous ceux qui ont besoin d'aide pour retrouver leurs proches.

 [Ostrower Damm 2, 03046 Cottbus - Chósebus](#)

@suchdienst@drk-cottbus.de

[+49 \(0\) 0355715061](tel:+49(0)0355715061)

<https://www.drk-cottbus.de/angebote/suchdienst/suchdienst.html>

Conseil en éducation et en famille

Comment puis-je aider mon enfant ? Je suis préoccupé(e) par l'école. Je me sens stressé(e).
Comment gérer la séparation ? Dans une famille, des questions peuvent surgir. Vous trouverez ici des conseils.

[SOS Villages d'Enfants Lausitz - Centre de conseil, de jeunesse et de famille](#)

L'offre de conseil s'adresse aux familles d'accueil, aux familles, aux enfants, aux adolescents, aux jeunes adultes ainsi qu'aux parents et aux grands-parents. Vous avez besoin d'aide ? Vous avez besoin de soutien pour surmonter vos problèmes familiaux ? Vous avez des questions sur l'éducation ?

- Conseil
- Conseil pour les couples
- Médiation en cas de conflit au sein de la famille
- Travail en cas de deuil et d'inquiétude
- Travail en groupe

Vous pouvez venir en consultation. Il existe des offres pour les groupes.

Stephanie Spieske

[Poznaner Straße 1, 03048 Cottbus - Chósebus](#)

@kd-lausitz@sos-kinderdorf.de

[+49 \(0\) 355869587100](tel:+49(0)355869587100)

<https://www.sos-kinderdorf.de/kinderdorf-lausitz/angebote/erziehungs-und-famili...>

Aide à la jeunesse Cottbus . Conseil en éducation et conseil familial

Conseils gratuits pour les parents, les enfants, les jeunes et les personnes concernées.

- éducation adaptée à l'âge, séparation
- divorce et droit de visite
- stress avec les amis, les parents ou les adultes
- peurs, insécurité, abus, violence

Les conseils sont donnés en toute confidentialité. Vous avez des questions sur l'éducation ? Vous vous faites du souci pour un enfant ? Vous avez vécu une mauvaise expérience ? Vous ressentez de la peur ? Ici, vous pouvez parler.

Annemarie Brandel

 [Am Spreeufer 14/15, 03044 Cottbus - Chósebus](#)

 @erziehungsberatung@jhcb.de

 [+49 \(0\) 3554786120](tel:+49(0)3554786120)


 <https://jhcb.de/projekte/erziehungs-und-familienberatungsstelle/>

Le service de conseil en éducation et en famille du service de la jeunesse de la municipalité de Cottbus.

Nadine Hofner

 [Hopfengarten 57, 03044 Cottbus - Chósebus](#)

 @Erziehungsberatung@cottbus.de

 [+49 \(0\) 355861785](tel:+49(0)355861785)

Horaires d'ouverture :

mardi 13.00-17.00 heures

Jeudi 9h00-12h00 et 13h00-18h00

Disponibilité téléphonique :

Lundi : 09:00 à 11:00

Mardi : 09:00 à 11:00 et 13:00 à 17:00

Jeudi : 09:00 à 11:00 et 13:00 à 18:00

Caritas-Région Cottbus - Conseil conjugal, familial et de vie

 [Straße der Jugend 63, 03050 Cottbus - Chósebus](#)

 @efl-beratung.hoyerswerda@caritas-goerlitz.de

 [+49 \(0\) 3554310021](tel:+49(0)3554310021)

 <https://www.caritas-goerlitz.de/angebote/ehe-familien-und-lebensberatung/ehe-fa...>

Accompagnement et soutien par :

- Information et explication
- Décharge de responsabilité
- Trouver ensemble des ressources et éveiller les forces d'auto-assistance
- Aide à la compréhension des liens de cause à effet des problèmes et des conflits
- Prévention des conflits relationnels et des crises pathogènes
- Promotion d'une culture de la relation, de la dispute et de la communication dans le couple et la famille
- Écoute dans un espace protégé

L'offre de consultation est :

- accessible à toute personne en quête de conseils, indépendamment de son origine, de sa position sociale, de son orientation sexuelle, de sa situation familiale et de sa confession
- gratuit (les dons sont les bienvenus)
- volontaire
- confidentiel (secret professionnel)

Regarder et agir - Que faire en cas d'attaque de droite ?

Conseils pour les témoins

1. observer la situation

Tu es témoin d'une attaque de la droite ? Essaie de rester calme et de ne pas paniquer. Obtiens une vue d'ensemble.

- Qui et combien de personnes sont concernées ? Quelqu'un est-il blessé ?
- Qui sont les agresseurs et combien sont-ils ? Qui fait éventuellement partie d'eux ? Sont-ils visiblement armés ?
- Où se trouvent les sorties et les chemins de sécurité ? (p. ex. magasins environnants)
- Qui puis-je aborder pour négocier avec moi ? (p.ex. passants, chauffeurs).

2. s'adresser aux personnes présentes

Ne te mets pas en danger ! Il est plus sûr d'agir à partir d'un groupe. Attire l'attention des autres personnes sur la situation et demande de l'aide.

- Interpeller directement les personnes présentes et leur attribuer des tâches : "Vous avec la veste rouge ! Venez avec moi ! Aidez-moi à intervenir". "Veuillez appeler la police". "Veuillez informer le personnel de conduite".
- Appeler la police via le numéro d'urgence 110 : Règle des 5 W : où se situe l'événement. Qui appelle. Que s'est-il passé. Combien de personnes concernées/auteurs de l'infraction. Attendre les réponses.
- S'adresser aux responsables sur place, par exemple au personnel de conduite du bus ou du train : "Pouvez-vous vous arrêter/monter immédiatement ? Une personne est agressée".

3. agir ensemble

Montre à la personne concernée que tu veux la soutenir. Propose ton aide.

- Adresse-toi aux personnes concernées : "Que puis-je faire pour toi ?"
- Mets les personnes concernées en sécurité/hors de vue. Continue à observer les agresseurs.
- Si cela n'est pas possible : à une distance de sécurité, adressez aux agresseurs un message clair et fort : "Arrêtez ça ! Nous avons appelé la police !"
- Mémorise les caractéristiques des agresseurs(-). Filme les agresseurs sans te mettre en danger.
- Si la personne concernée est blessée : donne les premiers soins. Accompagne-la à l'hôpital si nécessaire. Toutes les blessures doivent être attestées.
- Propose-toi comme témoin et échange tes coordonnées.
- Rédige un procès-verbal (ce qui s'est passé exactement, quand et où).

4. conseil

A Cottbus et dans les environs, il existe différents services de conseil pour les victimes, les proches et les témoins de violences de droite, racistes et antisémites :

Opferperspektive e.V.

www.opferperspektive.de

0331 8170000

info@opferperspektive.de

Offre : monitoring, conseil et soutien

Service de monitoring de la BTU Cottbus-Senftenberg

www.b-tu.de/monitoring-gegen-rechts/vorfall-mitteilen

monitoring-gegen-rechts@b-tu.de

Offre : monitoring & orientation vers des offres de conseil pour les étudiants de la BTU et en cas d'incidents sur le campus.

Aide aux victimes du Brandebourg

www.opferhilfe-brandenburg.de/

cottbus@opferhilfe-brandenburg.de

0355 729 6052

Offre : conseil & soutien

Service de migration de la jeunesse de Basse-Lusace (JMD NL)

Le service de migration pour la jeunesse de Basse-Lusace (JMD NL) aide les jeunes ayant une biographie migratoire. Ces personnes vivent à Cottbus et ont un droit de séjour. Ils ont entre 12 et 26 ans.

Le JMD NL les soutient dans ces domaines :

- école, formation, études et profession
- acquisition de la langue
- questions personnelles et familiales
- regroupement familial
- questions sociales, financières et de droit de séjour

Service de migration pour la jeunesse de Basse-Lusace (JMD NL) à Cottbus

**Corinna Jaunich | Jugendmigrationsdienst - Diakonisches Werk
Niederlausitz gGmbH**

 [Straße der Jugend 33, 03050 Cottbus](https://www.jugendmigrationsdienste.de/jmd/niederlausitz)

 [@info.jmd@diakonie-niederlausitz.de](mailto:info.jmd@diakonie-niederlausitz.de)

 [+493554889988](tel:+493554889988)

 <https://www.jugendmigrationsdienste.de/jmd/niederlausitz>

Centres de conseil en migration pour immigrants adultes (à partir de 27 ans)

La langue, le logement, le travail et la culture sont des thèmes importants pour la vie en Allemagne. Si vous ou votre famille venez d'arriver en Allemagne et que vous avez 27 ans ou plus, vous pouvez demander conseil à ce sujet. Pour cela, vous devez être autorisé à vivre en Allemagne et avoir un titre de séjour. Le conseil est gratuit.


Vous trouverez de l'aide, du soutien, des informations et des explications sur ces thèmes :

- Droit de séjour
- Prestations sociales
- Logement
- Regroupement familial
- Contrats et licenciements
- École et travail
- Éducation et garde d'enfants
- Santé et handicap grave
- Prestations de soins
- Reconnaissance des diplômes professionnels étrangers
- Organisation de cours d'intégration
- Demandes et formulaires

Les conseils sont donnés en allemand et dans de nombreuses autres langues. Le soutien est offert indépendamment de votre origine, de votre religion ou de votre nationalité.

Service de conseil en matière de migration de l'AWO

Migrationssozialarbeit für Erwachsene


 [Straße der Jugend 33, 03050 Cottbus - Chósebus](#)

 [@msa-cottbus@awo-bb-sued.de](mailto:msa-cottbus@awo-bb-sued.de)


 [+49 \(0\) 035548646300](tel:+49(0)035548646300)

 <https://www.awo-bb-sued.de/de/topic/56.einrichtung.html?id=75>

Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte

 [Straße der Jugend 33, 03050 Cottbus - Chósebus](#)

 [@migrationsberatung@awo-bb-sued.de](mailto:migrationsberatung@awo-bb-sued.de)

 [+49 \(0\) 03554837394](tel:+49(0)03554837394)

Conseil en matière de migration de la Zentralwohlfahrtsstelle der Juden in Deutschland e. V. (ZWST)

Heures de consultation :

Lundi : 10:00 - 12:00 et 13:00 - 16:00

Mardi : 10:00 - 12:00 et 13:00 - 16:00


Jeudi : 10:00 - 12:00 et 13:00 - 16:00

Les rendez-vous ont lieu uniquement sur rendez-vous.

Valerie Vorkul | Migrationsberatung

 [Spremlberger Str. 29, 03046 Cottbus](#)

 @vorkul@zwst.org

 [+49 \(0\) 35535541966](tel:+49(0)35535541966)

 <https://zwst.org/de/angebote/migrationsberatung-mbe>

Consultation en ligne

mbeon - Conseil multilingue par chat

En Allemagne, il existe de nombreux services de conseil locaux sur place. Si le centre de conseil est fermé ou éloigné de votre domicile, un conseil numérique par chat peut vous aider.

Avec mbeon, vous pouvez facilement trouver des informations en ligne. Vous pouvez également demander conseil par chat.

mbeon permet le conseil par chat. Tous les conseillers et conseillères sont des professionnels qualifiés du service de conseil en migration pour immigrants adultes (MBE). Ils garantissent une réponse dans les 48 heures. Ils aident à répondre à toutes les questions et à résoudre tous les problèmes que pose la vie dans un nouvel environnement. Les conseils sont anonymes, sécurisés et gratuits.

L'application contient également de nombreuses informations sur des sujets tels que le travail et la profession. Vous trouverez également des informations sur la santé et l'apprentissage de l'allemand. Le logement, la famille et le séjour sont d'autres thèmes. De plus, mbeon vous met en contact avec des services de conseil en matière de migration et d'autres points de contact importants.

L'application est disponible en allemand, en anglais, en russe et en arabe. Il est possible d'obtenir des conseils dans plus de 19 langues différentes.

L'appli présente de nombreux avantages :

- L'appli est flexible. Elle peut être utilisée partout et à tout moment.
- Les conseils sont donnés dans votre langue maternelle.
- L'app est sûre pour les données. Les documents peuvent être envoyés rapidement et en toute sécurité.
- L'appli et la consultation sont gratuites.
- La consultation est anonyme.

L'application gratuite peut être téléchargée sur Google Play Store et AppStore.

 [mbeon im Google Play Store](#)


 [mbeon im AppStore](#)

Des informations complémentaires sont disponibles sur le [site web multilingue](#) et la [page Facebook](#).

Conseil psychosocial pour les personnes issues de l'immigration

Service socio-psychiatrique de l'administration municipale de Cottbus

Le service socio-psychiatrique offre des conseils et un soutien personnalisés. Sur demande, les conseils peuvent être anonymes. Il conseille les membres de la famille et l'environnement social. Il aide en cas de crise et tente de prévenir de nouvelles maladies ou des problèmes sociaux. Après une maladie aiguë, il soutient les personnes jusqu'à ce qu'elles soient rétablies. Il les aide également à participer à nouveau à la vie sociale et à bénéficier d'une sécurité financière. Le service organise également des séjours hospitaliers si nécessaire. Il peut en outre entamer des procédures de prise en charge, donner des conseils socio-juridiques et effectuer des visites à domicile.

 [Karl-Marx-Straße 69, 03044 Cottbus](#)

 [@gesundheitsamt@cottbus.de](mailto:gesundheitsamt@cottbus.de)

 <https://cottbus.de/verwaltung/gb-3/dz-3-1/fb-53-gesundheit/spdi/>


 Les [horaires d'ouverture de la municipalité de Cottbus/Chósebus](#)


Le centre psychosocial de Caritas

La consultation psychosociale est une aide que l'on peut obtenir en dehors de l'hôpital. Elle s'adresse aux personnes souffrant de maladies psychiques ou ayant vécu de graves événements. Les familles et les amis de ces personnes peuvent également obtenir cette aide.

Herr Jens Leuner | Projektleitung Psychosoziales Zentrum der Caritas

 [@jens.leuner@caritas-goerlitz.de](mailto:jens.leuner@caritas-goerlitz.de)

 [+4935538003770](tel:+4935538003770)

 [+49 \(0\) 15257281069](tel:+49(0)15257281069)

 <https://www.caritas.de/onlineberatung>

Centre de conseil Albatros Brandenburg


La consultation est ouverte et gratuite. Elle est ouverte à tous les réfugiés à partir de 14 ans. Vous devez cependant être encore dans la procédure d'asile. Ou vous êtes déjà reconnu comme réfugié.

Nous vous aidons dans les domaines suivants :


- conseil en cas de problèmes psychiques ou émotionnels
- Diagnostic du psychisme
- Conseil en matière de santé

Nous parlons ces langues : Arabe, farsi/dari, pachtou, français, maninka, pular, susu, bemba, russe, ukrainien, biélorusse, anglais

Beratung Albatros

 [Am Altmarkt 21, 03046 Cottbus](#)

 [@j.lauer@albatrosggmbh.de](mailto:j.lauer@albatrosggmbh.de)

 [+49 \(0\) 15780513508](tel:+49(0)15780513508)

 <https://albatros-bz.de/de>


Veillez prendre rendez-vous avec nous avant de nous rendre visite.

KommMit

L'association aide les personnes souffrant de stress psychique. Elle aide également en cas de problèmes sociaux. Vous recevez des conseils dans différentes langues.

 Veuillez toujours prendre rendez-vous.

Conseil psychosocial :

 [Lutherstr. 16, 03050 Cottbus](#)

 [@psz-cottbus@kommmmit.eu](mailto:psz-cottbus@kommmmit.eu)

 [+49035512110404](tel:+49035512110404)

 <https://www.kommmmit.eu/de>

Voici le dépliant pour le projet Hürden nehmen. Il existe en plusieurs langues :

 [Projekt "Hürden nehmen"](#)

Retour et départ volontaire

L'Office fédéral de l'immigration et des réfugiés (BAMF) n'a pas encore statué sur votre demande d'asile ? Vous souhaitez néanmoins déjà retourner dans votre pays d'origine ? Mais vous ne savez pas comment récupérer votre passeport ? Vous avez besoin d'une aide financière pour le voyage de retour ? La consultation est ouverte à tous les résultats. Vous décidez vous-même après la consultation. Vous pouvez quitter le pays volontairement. Ou vous pouvez continuer à rester. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à vous adresser au

Service des étrangers de Cottbus

 [Karl-Marx-Straße 67, 03044 Cottbus](#)

 [@auslaenderbehoerde@cottbus.de](mailto:auslaenderbehoerde@cottbus.de)

 [+49 \(0\) 3556123390](tel:+4903556123390)


 <https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschäftsbereich-iii-personal-service-or...>

 [Prise de rendez-vous en ligne](#)

Groupes d'entraide

SHIA e.V. Landesverband Brandenburg Groupes d'entraide

SHIA est l'abréviation de Selbsthilfegruppen Alleinerziehender (groupes d'entraide de parents isolés). SHIA s'engage pour le renforcement, l'égalité et l'égalité des chances des familles monoparentales et de leurs enfants. On peut s'y informer sur de nombreuses questions concernant le thème "seul avec un ou des enfants".

 [Bahnhofstraße 4, 15711 Königs Wusterhausen](#)

 [@post@shia-brandenburg.de](mailto:post@shia-brandenburg.de)

 [+49 \(0\) 3375294752](tel:+4903375294752)

 <http://shia-brandenburg.de/>

Aide à l'Ukraine à Cottbus

Nous offrons des conseils généraux sur ces sujets aux réfugiés de guerre d'Ukraine :

- Apprentissage des langues
- Cours d'intégration
- école et travail
- reconnaissance des diplômes
- Séjour en Allemagne
- Prestations sociales
- Santé et handicap
- Prestations de soins
- Mariage et famille
- Éducation et garde d'enfants
- Logement
- Loisirs
- Aide en cas de crise
- Soutien pour les demandes
- Services d'interprétation
- Cours et ateliers
- Coopération avec les écoles

- Programmes de vacances pour les enfants et les jeunes

Des informations pour les Ukrainiens de Cottbus sont également disponibles sur le groupe Telegram. Il est possible d'y obtenir des informations à court terme sur les différents thèmes. Vous trouverez ici le canal et pourrez vous y abonner : <https://t.me/+5NwRcm8ueaYxY2My>

Nous faisons partie du réseau ukrainien de Cottbus. Celui-ci compte de nombreux partenaires fixes. D'autres partenaires y apportent leur aide. Ils aident avec des dons et des conseils.

Nous travaillons en étroite collaboration avec le Welcome Center de Cottbus.

Les consultations ne sont possibles que sur rendez-vous.

Julia Herkt / Roman Efimenco | Ukraine-Hilfe

 [Berliner Straße 6, 03046 Cottbus - Chósebus](#)

@ukrainehilfe@cottbus.de

 [+49 \(0\) 3556123422](tel:+49(0)3556123422)

Bureau de santé et éducation à la santé pour les migrants*.

Projet Bureau de santé

Le projet aide les personnes ayant des perspectives de rester. Il est gratuit pour les participants. Il explique le système de santé allemand. Le projet est situé dans la ville de Cottbus.

Le projet reçoit de l'argent du fonds d'asile et de migration et du Land de Brandebourg.

Nous proposons :

Nous vous accompagnons chez les médecins.
Nous parlons l'arabe, l'ukrainien, le russe et le persan.
Nous vous conseillons en matière de santé.
Nous donnons des informations et aidons à la prévention.
Nous avons des heures de consultation ouvertes et sommes facilement accessibles.

Nous donnons également des conseils d'orientation. Cela signifie que nous vous indiquons où vous pouvez obtenir de l'aide.

Apportez vos documents d'identité.
Apportez également vos documents de santé.

Heures de consultation ouvertes

Mardi 9.00 - 12.00 heures et
mercredi 13.00 - 15.00 heures
dans la Petersilienstraße 22, 03044 Cottbus

Prise de rendez-vous, pour les demandes de consultation et l'accompagnement en langue maternelle :

gesundheitsbuero@cottbus.de

Collaborateurs du projet

Julia Herkt

@julia.herkt@cottbus.de

☎0171 5443995

Josefine Buder

@josefine.buder@cottbus.de

☎0151 6106 7708

Direction de projet

Elisabeth Bichler

@elisabeth.bichler@cottbus.de

☎0151 2404 6226

Vie quotidienne et loisirs

Banques

Vous souhaitez payer de l'argent via une banque ? Alors vous avez besoin d'un compte courant. Votre argent est disponible à tout moment sur votre compte courant. Vous souhaitez retirer de l'argent de votre compte ? Ou vous voulez payer sans argent liquide ? Pour cela, vous devez avoir suffisamment d'argent sur votre compte. Sinon, vous devez payer des intérêts à la banque.

Avec un compte courant, vous pouvez :

- effectuer des virements
- Recevoir des paiements sans espèces (les versements des administrations / autorités / prestations sociales sont souvent uniquement versés sur un compte courant).
- mettre en place des ordres permanents
- participer à des prélèvements automatiques
- encaisser des chèques, payer sans argent liquide avec la carte EC ou Maestro
- retirer des espèces au guichet de la banque ou au distributeur automatique de billets
- imprimer vos extraits de compte

Ouvrir un compte

Décidez auprès de quelle banque vous souhaitez avoir un compte. Prenez rendez-vous pour l'ouverture du compte. Apportez l'un de vos documents de légitimation. Il s'agit notamment du certificat d'arrivée, du permis de séjour ou de la carte d'identité. Si aucune adresse actuelle n'est indiquée sur le document de légitimation, veuillez également apporter une attestation de domicile ou un document similaire.

Vous avez ouvert le compte. Vous recevrez alors par la poste une carte EC avec un code PIN à quatre chiffres. Signez la carte EC au dos et apprenez le code PIN par cœur. Vous avez besoin du code NIP pour les paiements sans numéraire. Vous avez besoin du code NIP pour retirer de l'argent aux distributeurs automatiques de billets. Conservez impérativement la carte et le code NIP séparément !

Retirez de l'argent aux distributeurs automatiques de votre banque. Le retrait ne coûte alors rien. Si vous saisissez trois fois un code PIN erroné, la banque retire votre carte et la bloque. Dans ce cas, vous devez demander à votre banque.

Vous avez perdu votre carte EC ? Votre carte EC a été volée ? Dans ce cas, faites immédiatement bloquer votre carte EC en appelant ce numéro : ☎ 116116. Dites votre code bancaire et votre numéro de compte. Ensuite, demandez une nouvelle carte EC à votre banque.

Plusieurs banques proposent des comptes courants à des conditions différentes. Renseignez-vous précisément sur le prix d'un compte courant chaque mois. Comparez les services que la banque propose en échange.

Bibliothèques

Dans une bibliothèque ou une librairie, vous pouvez emprunter des livres, des CD, des DVD, du matériel d'apprentissage et des aides à l'apprentissage pour la maison. Vous y trouverez également de nombreux dictionnaires et du matériel d'apprentissage pour apprendre l'allemand. Pour cela, vous avez besoin d'une carte de bibliothèque. Vous pouvez l'obtenir dans votre bibliothèque locale moyennant une petite cotisation annuelle. Il est également possible d'y étudier ou d'y lire en toute tranquillité et, la plupart du temps, d'utiliser le WLAN.

A Cottbus, il y a ces bibliothèques :

[Bibliothèque municipale et régionale](#)

[Bibliothèque de Sandow](#)

[Bibliothèque universitaire de Cottbus-Senftenberg](#)

Bus, train et vélo

Bus et train

Pour vous rendre à votre destination à Cottbus, vous pouvez utiliser les transports en commun comme le bus et le train. Veuillez noter que :

- Vous devez acheter un ticket pour l'utiliser.
- Les billets sont valables dans différentes zones tarifaires.

- Certains billets doivent être validés après l'achat. Veillez également à ce que votre billet soit limité dans le temps et dans l'espace.
- La conduite sans billet est punie d'une amende.

Vous trouverez les horaires et les lignes sur les pages de [Cottbusverkehr](#).

Votre enfant doit prendre le bus ou le train pour se rendre à l'école ? Dans ce cas, ces frais peuvent être partiellement payés par le transport scolaire.

Vélo

Règles de circulation importantes pour les cyclistes (sélection) :

- Roulez toujours sur le côté droit de la chaussée.
- Ne roulez pas les uns à côté des autres, mais les uns derrière les autres.
- S'il y a une piste cyclable, vous devez rouler sur la piste cyclable (toujours du côté droit de la route dans le sens de la circulation).
- Les enfants jusqu'à 11 ans peuvent utiliser les chemins piétonniers à vélo.
- Il est interdit de téléphoner avec un téléphone portable à vélo.

Votre vélo doit être équipé comme suit pour être en sécurité sur la route. Sinon, vous devrez payer une amende en cas de contrôle par la police.

- Feux à l'avant et à l'arrière
- Réflecteur à l'avant et à l'arrière
- réflecteurs dans les rayons (2 par roue)
- Réflecteurs sur les pédales
- Sonnette
- Deux freins indépendants l'un de l'autre

Shopping

En Allemagne, les magasins sont ouverts du lundi au samedi. Le dimanche ainsi que les jours fériés légaux, ils sont fermés (à quelques exceptions près dans l'année). Les horaires d'ouverture des magasins peuvent varier. Vous pouvez vous renseigner sur Internet ou à l'entrée de chaque magasin. Les restaurants, les cafés et les centres de loisirs (par exemple les piscines, les musées, les cinémas) sont souvent ouverts le dimanche ainsi que les jours fériés.

Vous pouvez faire vos achats ici :

- Discounters
Les magasins discount permettent d'acheter des produits alimentaires moins chers. L'assortiment de marchandises est relativement limité et présenté simplement. On trouve des magasins discount dans presque toutes les villes.
- Supermarché
Dans les supermarchés, vous pouvez surtout acheter des aliments un peu plus chers. Vous y trouverez également de nombreux produits de marque. Une plus grande importance est accordée à la présentation des marchandises que dans les discounters.

- **Marché hebdomadaire**
Sur les marchés hebdomadaires, vous pouvez surtout acheter des aliments régionaux (par exemple des fruits, des légumes, des œufs, du pain). Les marchés hebdomadaires n'ont lieu que certains jours de la semaine et généralement le matin. Il n'y a cependant pas de marché hebdomadaire dans chaque localité.
- **Magasin spécialisé**
Les magasins spécialisés sont des magasins dans lesquels vous pouvez acheter principalement des marchandises d'une certaine catégorie. Ce sont par exemple des boulangeries, des boucheries, des magasins de sport et de chaussures et des magasins de bricolage.
- **Magasin de détail avec des produits étrangers**
Il existe également à Cottbus des magasins dans lesquels vous pouvez acheter des produits étrangers. Il y a par exemple des magasins arabes, polonais ou asiatiques.
- **Drugstores**
Les drogueries sont des magasins spécialisés proposant un large assortiment. Vous pouvez surtout y acheter des produits d'hygiène (par exemple du shampoing) ou des produits de nettoyage (par exemple de la lessive en poudre, du liquide vaisselle).

C'est bon à savoir :

- Les produits ont presque toujours des prix fixes. Le marchandage n'est pas une pratique courante en Allemagne.
- Les marchandises neuves sont souvent couvertes par une garantie. Grâce à la garantie, vous pouvez exiger du fabricant un nouvel appareil ou une réparation en cas de panne ou de défaut de fonctionnement.
- Les marchandises achetées sur Internet ou dans les grands magasins et les grandes surfaces peuvent généralement être échangées ou retournées. Il existe pour cela des délais (14 jours, 2 ans,...) que vous devez respecter.
- Les produits alimentaires bon marché se trouvent généralement en bas des rayons.
- Faites attention aux offres. Consultez les prospectus d'offres que vous trouverez dans votre boîte aux lettres.

Permis de conduire, conduite et stationnement

Votre permis de conduire est-il valable en Allemagne ?

Vous souhaitez conduire vous-même en Allemagne ? Dans ce cas, vous avez besoin d'un permis de conduire d'Allemagne ou d'un autre pays de l'UE. Les permis de conduire de pays non membres de l'UE ne sont valables que 6 mois en Allemagne. Vous ne pouvez conduire en Allemagne avec un permis de conduire de votre pays d'origine que pendant les 6 premiers mois. Les 6 mois commencent à partir de votre première déclaration à la police en Allemagne. Vous devez toujours avoir votre permis de conduire sur vous lorsque vous conduisez. En outre, vous devez également avoir sur vous une traduction de votre permis de conduire en allemand. L'Allemagne ne renonce à la traduction que pour quelques pays. Le permis de conduire international n'a pas non plus une durée de validité illimitée. Il perd également sa validité au bout de six mois. Il doit alors être échangé contre un permis de conduire allemand.

Comment transcrire votre permis de conduire ?

Présentez-vous à l'autorité locale chargée des permis de conduire ou au service des permis de conduire. Contactez le service compétent avant l'expiration de votre permis de conduire de 6 mois. Vous devez vous rendre personnellement au bureau des permis de conduire. Vous devrez y présenter différents documents :

- carte d'identité ou passeport
- attestation de résidence (inscription à la police)
- photo d'identité biométrique
- attestation de test de la vue (délivrée par un opticien ou un ophtalmologue)
- Attestation de participation à un cours de premiers secours
- votre permis de conduire étranger en original (un permis de conduire international ne suffit pas). En règle générale, vous devez également présenter une traduction allemande certifiée.
- Une déclaration selon laquelle votre permis de conduire étranger est encore valable.

Le service des permis de conduire décidera alors si votre permis peut être transcrit sans examen. Sinon, vous devrez d'abord passer l'examen théorique et pratique. Cela dépend du pays dans lequel vous avez obtenu votre permis de conduire.

Avant de passer l'examen, il est bon de suivre une auto-école. L'Allemagne a un très grand nombre de règles de circulation et de panneaux. Mais contrairement à ceux qui passent leur permis pour la première fois, vous ne devez pas prendre de leçons de conduite.

L'[autorité compétente en matière de permis de conduire](#) peut répondre à vos questions sur votre permis de conduire.

Comment obtenir un permis de conduire allemand ?

Pour passer un permis de conduire pour la première fois, procédez comme suit :

- Inscrivez-vous dans une auto-école.
- Participez à un cours de premiers secours.
- Passez un test de la vue chez un opticien ou un ophtalmologue.
- Faites-vous prendre une photo d'identité biométrique.

Vous devez payer vous-même votre permis de conduire. À partir de 18 ans, vous pouvez conduire une voiture seul. Les jeunes peuvent obtenir le permis de conduire dès l'âge de 17 ans. Ils ne peuvent toutefois conduire qu'avec un adulte. On appelle cela la "conduite accompagnée".

Si vous achetez votre propre voiture pour conduire, vous devez souscrire une assurance automobile.

Le permis de conduire peut-il vous être retiré ?

Si vous ne respectez pas d'importantes règles de circulation, vous pouvez perdre votre permis de conduire. On distingue ici l'interdiction de conduire et le retrait du permis de conduire.

En cas d'interdiction de conduire, vous devez remettre votre permis de conduire au service des contraventions pendant quelques mois. Pendant cette période, vous ne pouvez pas conduire vous-même. Une fois ce délai écoulé, vous pouvez récupérer votre permis de conduire.

En cas de retrait de permis, votre permis de conduire perd sa validité. Cela signifie que vous ne pouvez plus conduire vous-même et que vous ne pouvez pas non plus passer un nouveau permis pendant une certaine période (période d'interdiction).

Vous avez mis en danger la circulation routière ? Vous avez conduit en état d'ivresse ? Vous avez accumulé 8 points de pénalité ? Ce sont des raisons pour lesquelles votre permis de conduire peut vous être retiré.

Vous recevez des points de pénalité pour différentes infractions, par exemple si vous roulez trop vite. Les points de pénalité sont également appelés "points Flensburg" dans le langage courant.

Vous venez d'obtenir votre permis de conduire pour voiture ? Vous êtes alors en période probatoire depuis deux ans. Vous avez enfreint le code de la route pendant la période probatoire ? Vous devez alors suivre un stage de sensibilisation à la sécurité routière pendant votre période probatoire. Dans certains cas, vous devrez également suivre une consultation psychologique. En outre, votre période probatoire est prolongée de deux années supplémentaires. Vous ne participez pas au stage de sensibilisation ? Dans ce cas, votre permis de conduire vous sera retiré. Voici quelques exemples d'infraction au code de la route : griller un feu rouge, conduire de nuit sans lumière, conduire en état d'ivresse. Le stationnement interdit n'est pas une infraction au code de la route. Dans ce cas, vous devez seulement payer l'amende.

Stationnement

En tant que résident, vous pouvez demander une carte de stationnement résidentiel pour votre voiture personnelle ou votre moto, ou pour un véhicule à moteur que vous utilisez en permanence. Cette carte vous permet de garer votre voiture à proximité de votre domicile, même si le stationnement y est normalement interdit ou si des places ne sont disponibles que pendant certaines périodes.

La carte de stationnement résidentiel n'est valable que dans une zone spécialement désignée (zone de stationnement résidentiel).

Vous pouvez demander personnellement une carte de stationnement résidentiel au service de la circulation routière pendant les heures de consultation.

Horaires d'ouverture :

Mardi : 9:00 à 12:00

Jeudi : 13:00 à 18:00 heures

Adresse :

Service inférieur de la circulation routière
6, rue de Berlin
03046
Cottbus

Tél : 0355 612-4710

Télécopieur : 0355 612-13 4749

strassenverkehrsbehoerde@cottbus.de

Adresse postale

Neumarkt 5

03046 Cottbus/Chósebus

(Service de l'ordre et de la sécurité/ Service de l'autorité inférieure de la circulation routière)

<https://www.cottbus.de/strassenverkehr>

En cliquant sur ce lien, vous pouvez également remplir le formulaire de demande de carte de stationnement résidentiel en ligne et obtenir toutes les informations importantes sur la procédure :

<https://cottbus.de/leistungen/bewohnerparkausweis-erteilung/>

Offres pour les familles

Il existe de nombreuses offres pour les familles à Cottbus. Le [site familial de la ville de Cottbus](#) en donne un aperçu.

Des conseils sont également disponibles sur les pages de [Cottbus Service](#).

Une sélection des lieux de rencontre pour les familles est disponible ici

:

- [Centre familial de Ströbitz](#)
- [Rencontre familiale SOS 'Punkt](#)
- [Rencontre familiale SOS B.i.S.S.](#)
- [Centre familial Hopfengarten](#)
- [Rencontre parents-enfants à la maison familiale](#)
- [Centre familial Caritas de Cottbus](#)
- [Centre communautaire de la GPWO](#)
- [Arrêt de bus](#)

Centres de jeunes

Les jeunes ont des intérêts différents. Il existe différentes possibilités de se rencontrer. Les centres de rencontre pour jeunes sont répartis dans toute la ville. Ils proposent différentes offres.

Un aperçu des possibilités à Cottbus [se trouve ici](#).

Il existe également une vue d'ensemble de l'animation jeunesse de la ville de Cottbus. [Cette page se trouve ici](#).

Cinéma, culture, musées, art, théâtre

Cottbus a une très grande offre culturelle. Le [service Cottbus](#) et le [calendrier de la ville de Cottbus](#) donnent un bon aperçu de presque tous les événements. On y trouve également les dates actuelles de ces lieux culturels :

Cinémas :

[UCI Kinowelt](#)

[Weltspiegel](#)

[Obenkino](#)

Musées :

[Musée de la ville](#)

[Musée Wendisch](#)

[Musée de la pharmacie](#)

[Musée de l'aérodrome](#)

[Musée Gallinchen](#)

[Musée d'art moderne \(BLMK\)](#)

[Musée Fürst-Pückler](#)

Galleries d'art :

[Galerie HAUS 23](#)

[Galerie Fango](#)

[Galerie Brandenburg](#)

Concerts :

[GLADHOUSE](#)

[Salle municipale de Cottbus](#)

Théâtre :

[Théâtre national de Cottbus](#)

[théâtre piccolo](#)

[ThéâtreNatif C](#)

[Scène 8](#)

Il y a souvent une réduction pour les personnes à faibles revenus. Entre autres aussi pour les enfants et les retraités. Il convient de le demander avant d'acheter le billet.

Rencontres de quartier

A Cottbus, il existe un lieu de rencontre de quartier au sud et un autre au nord. Ceux-ci s'appellent des centres socioculturels. Ils proposent différentes offres pour les enfants, les jeunes et les adultes. Les lieux de rencontre sont ouverts à tous, indépendamment de leur

origine sociale, culturelle ou religieuse.

[Centre socioculturel](#)

Zielona-Gora-Str.16

03048 Cottbus

Centre culturel et de rencontre Schmellwitz 7512

Am Fließ 10

03044 Cottbus

Parcs

Cottbus est le paradis des amateurs de parcs. Depuis l'exposition horticole fédérale de 1995, le nouveau Spreeauenpark, le parc animalier et le parc paysager Branitz du prince Hermann von Pückler-Muskau, mondialement connu, s'entrechoquent aux portes de la ville. Les parcs anciens et nouveaux, qui s'étendent jusqu'au centre-ville immédiat, sont devenus la marque de fabrique de la ville.

- [Parc de Branitz](#)
- [Parc Carl-Blechen](#)
- [Parc Goethe](#)
- [Parc Elias](#)
- [Parc de la Spreeauen](#)
- [Parc animalier](#)

Religion

En Allemagne, la liberté de religion s'applique.

Elle est garantie par la Loi fondamentale. Vous pouvez vivre votre foi comme vous l'entendez. Une seule règle s'applique : vous ne devez pas enfreindre la loi fondamentale. Vous ne devez pas être discriminé en raison de votre religion, par exemple lors de la recherche d'un emploi. La liberté de religion implique également d'accepter la foi des autres. L'Allemagne n'a pas d'église d'État. L'État et la religion sont séparés.

Cela signifie par exemple :

- Toutes les personnes peuvent choisir leur religion et leur croyance et les pratiquer librement.
- Tous les hommes ont la liberté de ne pas être religieux - celui qui ne croit pas en Dieu peut le dire publiquement.
- Les personnes de religions et de croyances différentes peuvent se marier entre elles.
- Le mariage n'est légal que s'il est célébré à l'état civil. Les mariages conclus exclusivement dans le cadre d'une religion ne sont pas juridiquement contraignants en Allemagne.
- Les lois religieuses ne déterminent pas le système juridique en Allemagne.

Pratique religieuse

En Allemagne, il existe de nombreuses religions différentes. De nombreuses personnes suivent une religion particulière. Elles s'organisent dans leurs propres communautés. Par exemple, dans une église, une mosquée ou une synagogue.

Sport

Le sport à Cottbus/Chósebus est important depuis longtemps. Il apporte de nombreux succès et rend la vie des gens et des visiteurs plus agréable. Dans le passé, Cottbus a compté de nombreux champions d'Europe, champions du monde et champions olympiques dans différentes disciplines sportives.

Le [Stadtssportbund Cottbus](#) est une organisation qui relie de nombreuses associations sportives. Il organise de nombreuses manifestations sportives. L'offre est très variée. Il existe par exemple des cours allant de l'aérobic au yoga.

Il y a beaucoup de possibilités de faire du sport à Cottbus. Il y a des salles de fitness, un parcours de fitness public et gratuit au bord de la Spree, ainsi que plusieurs terrains de football et de basket-ball. Il y a également deux installations de BMX et une grande piscine : la [Lagune Cottbus](#).

Uni-Sport

La B-TU Cottbus-Senftenberg propose de nombreux cours de sport universitaire. Ceux-ci coûtent de l'argent, mais il existe des réductions pour les étudiants, les apprentis, les seniors et les personnes qui vont à l'école.

www.b-tu.de/sport

Aires de jeux

La ville de Cottbus gère 73 aires de jeux et 20 terrains de football. Elle veille à ce que ceux-ci puissent être utilisés en toute sécurité.

Des informations, des photos et des évaluations de certaines aires de jeux de Cottbus sont disponibles sur les sites spielplatznet.de et www.spielplatztreff.de.

En outre, il existe à Cottbus une [aire de jeux couverte](#) et un [parc de trampolines](#).

Informations sur la ville

Service Cottbus

Chez Cottbus Service, on trouve des conseils pour des excursions, des recommandations personnelles et de nombreuses informations sur Cottbus et la région. On peut également y acheter des billets pour des manifestations. On y apprend des choses sur la mer Baltique de Cottbus et sur le conducteur de la poste de Cottbus. On y explique également pourquoi les panneaux de signalisation sont bilingues à Cottbus.

www.cottbus-tourismus.de

Gestion du quartier

Le management de quartier de Cottbus est une institution importante. Cette institution s'occupe du développement et de l'amélioration des quartiers. L'objectif est que les gens s'y sentent bien. Le management de quartier aide à renforcer les voisinages et à rendre les quartiers plus attrayants.

Les collaborateurs travaillent en collaboration avec les personnes qui vivent dans les quartiers. Ils discutent également avec les associations, les entreprises et d'autres groupes. Ensemble, ils planifient des projets et des idées, par exemple sur l'aménagement urbain, l'environnement, la culture ou la cohabitation sociale.

Si vous êtes nouveau à Cottbus, le management de quartier est un bon point de départ. Vous pouvez vous y informer, rencontrer de nouvelles personnes et participer. Il y a souvent des manifestations, des rencontres ou des ateliers. Vous pouvez y poser des questions et échanger des idées.

QUARTIER DE SANDOW

La boutique de quartier est le point de rencontre central pour les habitants de Sandow.

C'est ici que se réunissent les organes décisionnels importants comme le conseil citoyen et le comité de pilotage. Les initiatives citoyennes, les associations et les institutions peuvent faire des suggestions pour l'aménagement urbain, culturel et social futur de Sandow dans la boutique de quartier. En cas de problèmes, des solutions rapides sont recherchées et des contacts sont établis. Des informations sur les planifications et les projets actuels y sont disponibles.

Magasin de quartier de Sandow
13, rue Hermannstraße
03042 Cottbus

Les manifestations et les offres du quartier de Sandow sont communiquées dans la "fenêtre du quartier".

Horaires d'ouverture :

Lundi : 14:00 - 18:00

Mardi : 9:00 - 14:00 heures

Mercredi : 9:00 - 14:00

Jeudi : 9:00 - 14:00

Vendredi : 14:00 - 18:00

Contact :

Téléphone : 0355 75579931

Mobile : 015205115482

info@sovi-cottbus.de

www.sovi-cottbus.de

QUARTIER DE SCHMELLWITZ

À Schmellwitz, il existe un point d'accueil central au 27, Zuschka. Il est accessible aux personnes handicapées.

Ici, tu peux obtenir :

- des conseils personnalisés,
- des infos sur les changements dans le quartier,
- de l'aide en cas de problèmes,
- contact avec d'autres personnes et groupes.

C'est un point de contact qui ne s'adresse pas seulement aux citoyens. C'est aussi un lieu de rencontre pour les réseaux et les acteurs qui agissent dans le quartier. C'est ici que l'association citoyenne e.V. Schmellwitz et le réseau ouvert Schmellwitz donnent des conseils.

Le manager du quartier :
Stefan Schurmann

Téléphone : 03 55 - 86 69 50 9

Portable : 01 52 - 52 31 25 43

Télécopieur : 03 55 - 52 71 93 4

Courrier électronique : stm@regionalwerkstatt-brandenburg.de

QUARTIER MADLOW-SACHSENDORF

Le management de quartier travaille en étroite collaboration avec l'association des citoyens. Tous deux apportent leur aide pour :

- questions,
- des conseils,
- participation aux décisions,
- de nouvelles idées pour le quartier.

La boutique de quartier située au 11 de la Heinrich-Mann-Str. sur le boulevard Gelsenkirchener Allee sert de point de contact.

Association des citoyens et magasin de quartier

Magasin de quartier Sachsendorf-Madlow

Heinrich-Mann-Str. 11
(accès par Gelsenkirchener Allee)

03050 Cottbus

Téléphone : 0355 58507955

Portable : 0176 12606826

Courrier électronique : kontakt@sachsendorf-madlow.de

Protection des consommateurs

Centre des consommateurs

L'association des consommateurs est une organisation indépendante. Elle aide les gens lorsqu'ils ont des problèmes avec des entreprises. Les collaborateurs conseillent les gens, donnent des conseils et fournissent des informations. Ils aident à répondre aux questions sur les contrats, les assurances, le logement, l'électricité, le chauffage, l'argent, les crédits,

l'alimentation et la nutrition.

Il existe [des conseils gratuits](#) pour de nombreux sujets. Les conseils sont également disponibles dans [d'autres langues](#). Et sous forme de vidéo explicative ou à écouter. Il y a aussi [des modèles de lettres importantes](#). Par exemple si vous voulez [résilier](#) un [contrat](#).

L'association des consommateurs a un bureau de consultation à Cottbus :

- [📍 Rosenstraße 1, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- [☎ +4933198229995](#)
- [🌐 https://www.verbraucherzentrale-brandenburg.de/beratungsstellen/cottbus/beratun...](#)

Consultation uniquement sur rendez-vous :

<https://www.verbraucherzentrale-brandenburg.de/terminbuchung>

Une consultation coûte à partir de 25 EUR.

Vous êtes étudiant ? Vous recevez des allocations de citoyenneté ou de chômage ? Dans ce cas, la consultation coûte 5 EUR.

Association des locataires de Cottbus

Elle conseille sur toutes les questions relatives au loyer et peut être contactée ici à Cottbus :

- [📍 Oberkirchplatz 9, 03046 Cottbus - Chósebus](#)
- [@0355702204@t-online.de](#)
- [☎ +49355702204](#)
- [🌐 https://www.mieterbund-cottbus.de/index.php/start.html](#)

Habiter

Informations sur le logement

Visite et aménagement de l'appartement

Vous visitez l'appartement avec le bailleur ou la bailleuse. Ou vous visitez l'appartement avec l'agent immobilier.

En Allemagne, il est courant de louer un appartement vide. Cela signifie qu'il n'y a pas de meubles dans l'appartement.

Vous recevez des prestations du Jobcenter ? Vous pouvez alors demander un premier équipement en meubles et en objets d'ameublement. Vous recevez pour cela un montant forfaitaire. Celui-ci dépend du nombre de personnes, de la taille du logement et de l'équipement nécessaire. Le premier équipement comprend par exemple des meubles, des matelas et des articles ménagers. Les ustensiles de cuisine et la vaisselle, par exemple, font partie de l'équipement ménager. S'il n'y en a pas dans le logement, les appareils électriques en font également partie. Il s'agit par exemple de la cuisinière, du réfrigérateur et de la machine à laver. Il est important que la demande soit faite auprès du Jobcenter avant l'achat des meubles.

Informations pour les réfugiés : si vous quittez un logement collectif (GU), vous ne pouvez pas emporter vos meubles. C'est pourquoi vous avez besoin de nouveaux meubles pour votre

premier logement. Vous pouvez faire une demande de premier équipement auprès du Jobcenter.


Attention : il peut s'écouler un certain temps avant que l'argent pour le premier équipement ne soit versé. Le Jobcenter peut visiter le logement. Ainsi, le Jobcenter peut vérifier si un premier équipement est nécessaire. Pour cette vérification, des collaborateurs du Jobcenter se rendent à votre domicile. Avez-vous déjà des meubles dans votre logement qui n'ont pas été empruntés (par écrit !) (par exemple un lit d'urgence) ? Dans ce cas, vous n'avez pas droit à une aide financière pour ces objets (premier équipement).

Points de contact pour l'achat de meubles et d'objets d'aménagement

Les meubles et autres objets d'aménagement peuvent être achetés dans des magasins de meubles. Achetez des objets d'occasion. Il peut s'agir de meubles. Il peut également s'agir de vêtements, de jouets ou d'autres objets utiles. Les objets d'occasion sont souvent de bonne qualité. Ils sont moins chers que les objets neufs.

Vous souhaitez vous installer dans votre nouvel appartement ? Mais il vous manque des outils ? Vous pouvez aussi emprunter des outils.

[KostenNixLaden](#)

 Karlstraße 69
03044 Cottbus

Heures d'ouverture

mardi 11-14 h

jeudi 15-18 h

le samedi de 11 à 14 heures

Veillez déposer vos affaires jusqu'à 30 minutes maximum avant la fermeture du magasin.

Vous y trouverez gratuitement des vêtements, de la vaisselle et des meubles.

Bourse aux meubles

Dans une bourse aux meubles, vous pouvez recevoir gratuitement des meubles. Ceux-ci sont d'occasion et ont été donnés. Dans une bourse aux meubles, vous ne pouvez obtenir des objets que si vous recevez de l'argent du Jobcenter ou des services sociaux.

[Atelier régional](#)

Énergie et environnement

Vous avez besoin de gaz et d'électricité pour votre logement. Vous utilisez ainsi différents appareils. Vous cuisinez probablement à l'électricité ou au gaz. Votre machine à laver a aussi besoin d'électricité. Et votre téléphone portable de toute façon. Certains appareils consomment plus que d'autres. C'est pourquoi vous devriez toujours faire attention à la consommation d'énergie lorsque vous achetez un nouvel appareil. De nombreux appareils consomment encore de l'électricité en mode veille alors qu'ils sont éteints. Le meilleur remède est une multiprise commutable. En un seul clic, plusieurs appareils sont déconnectés du réseau électrique.

Dans de nombreuses maisons, le chauffage fonctionne au gaz. Souvent, vous payez chaque mois à l'avance à votre fournisseur. Ensuite, la facture est recalculée une fois par an. Parfois, vous devez payer un supplément. Parfois, on vous rembourse. Si l'électricité et le gaz sont chers, il vaut la peine d'économiser de l'argent chaque mois. Vous aurez ainsi suffisamment d'argent si vous devez payer un supplément.

💡 Si vous utilisez l'énergie avec parcimonie, vous économisez de l'argent. En outre, c'est bon pour l'environnement. Vous pouvez également lire [ici](#) comment bien chauffer, aérer et économiser de l'énergie .

Vous avez surtout besoin d'eau dans la salle de bains. Mais aussi dans la cuisine, pour cuisiner et faire la vaisselle. Économiser l'eau est rentable à plus d'un titre. Vous payez moins cher l'eau, les eaux usées et l'énergie pour chauffer l'eau.

💡 Conseils pour économiser l'eau : Installer un pommeau de douche économique. Prendre une douche plutôt qu'un bain. Réparer les robinets qui gouttent. Installer un bouton d'arrêt de la chasse d'eau dans les toilettes.

Vous trouverez d'autres conseils et des connaissances utiles auprès de l'[association des consommateurs](#).

Acheter de nouveaux appareils

Lors de l'achat de nouveaux appareils, vérifiez toujours l'étiquette énergie. Celui-ci vous indique l'efficacité du nouvel appareil. Le label énergétique se trouve sur les produits les plus divers. Par exemple sur les ampoules, les machines à laver, les téléviseurs ou les chauffages. Les classes d'efficacité énergétique et les informations sur les caractéristiques des produits, telles que la consommation d'électricité et d'eau ou le volume sonore, permettent de comparer facilement les différents appareils. Les appareils efficaces sur le plan énergétique peuvent faire économiser plusieurs centaines d'euros par an.

💡 Il existe une application pour le label énergétique. Elle aide à comparer les informations relatives à l'énergie de produits sélectionnés. L'appli donne des indications supplémentaires sur l'utilisation efficace des appareils. L'application est disponible gratuitement en allemand et en anglais sur [Google Play](#) et l'[App Store d'Apple](#).

Règlement intérieur

La cohabitation de nombreuses personnes dans une maison nécessite des égards et de la tolérance. Il est important que tout le monde fasse preuve d'égards. Le bailleur peut fixer certaines règles pour la cohabitation des locataires dans un immeuble collectif. Ces règles se trouvent dans le règlement intérieur (Hausordnung).

Que dit un règlement intérieur ?

- En Allemagne, les heures de repos sont particulièrement importantes. Pendant ces heures, il est interdit de faire du bruit. (Par exemple à partir de 22 heures, ou le dimanche).
- Des informations sur le tri et l'élimination des déchets.
- Comment utiliser les espaces communs (par exemple la cage d'escalier, le jardin...).
- Ce à quoi vous devez faire attention lorsque vous aérez.

Le mieux est de traduire le règlement intérieur dans votre langue à l'aide d'un logiciel de traduction.

En cas d'infraction au règlement intérieur, vous pouvez vous adresser au bailleur.

Animaux de compagnie

Si vous souhaitez avoir un animal de compagnie, il y a certaines choses à respecter en Allemagne. Les informations les plus importantes à ce sujet sont résumées ici.

1. accord du bailleur

Appartements et animaux domestiques :

Si vous vivez dans un appartement loué, il est important de vérifier le contrat de location. De nombreux contrats de location précisent si les animaux domestiques peuvent être détenus et lesquels. En cas d'incertitude, vous devez absolument informer le bailleur ou la gérance de l'immeuble et demander une autorisation écrite, en particulier pour les chiens et les chats. Vérifiez votre contrat de location ou adressez-vous à votre gérance immobilière.

Vous trouverez [ici](#) des informations générales sur le droit de location.

2. enregistrement et taxe

Taxe sur les chiens :

A Cottbus, les propriétaires de chiens sont soumis à l'impôt sur les chiens. Chaque chien doit être enregistré auprès du service des impôts de la ville dans les deux semaines suivant son acquisition ou son arrivée à Cottbus. Le montant de l'impôt sur les chiens est variable, il est généralement d'environ 72 euros par an pour le premier chien. Pour le deuxième chien et les suivants, il faut compter 108 euros. Des taux d'imposition plus élevés peuvent s'appliquer à certaines races de chiens. La situation en 2022 est ; Pour les chiens dangereux, le taux d'imposition est de 270 euros.

[Les formulaires d'inscription](#) à l'impôt sur les chiens sont disponibles sur le site officiel de la ville de Cottbus.

Chats et autres animaux domestiques :

Les chats et autres petits animaux (p. ex. hamsters, lapins) ne sont pas soumis à l'impôt. Toutefois, les animaux exotiques ou dangereux doivent, le cas échéant, être déclarés auprès des autorités compétentes.

Déclaration obligatoire des reptiles : dispositions des Länder

Les informations que vous devez déclarer sont indiquées dans le formulaire prévu à cet effet. En général, les points suivants sont demandés :

- Nombre
- Espèce animale avec son nom français et son nom scientifique
- Sexe
- Âge
- Signe distinctif
- Lieu de détention
- Date d'acquisition
- Nom et adresse complète de l'ancien ou du nouveau détenteur (selon que tu cèdes l'animal ou que tu l'accueilles)
- Certificat CITES, certificat CE, preuve d'achat, certificat de l'éleveur (certificat d'origine)
- en cas de perte, indiquer si l'animal est décédé ou s'il s'est échappé.
- Un changement d'adresse doit également être signalé

Le tout porte le nom de notification de changement d'effectif. Tu trouveras [ici](#) des informations sur l'autorité compétente et les formulaires pour les différents Länder.

Loyer et contrat de location

Vous avez trouvé un logement. Toutes nos félicitations.

Votre propriétaire va conclure un contrat de location avec vous. Vous recevrez une clé de l'appartement. Vous allez maintenant recevoir des informations importantes sur l'emménagement. Vous recevrez des informations supplémentaires sur différents contrats.

Contrat de location

Un contrat de location n'est valable qu'avec la signature (du locataire ET du bailleur). Dans le contrat de location, vous trouverez toutes les informations importantes, comme :

- le nom et l'adresse du bailleur
- Nom et adresse du locataire + votre numéro de contrat de location
- Situation, taille et équipement du logement (combien de pièces, de mètres carrés, éventuellement des meubles et des appareils électroménagers)
- Début du bail (et fin du bail en cas de contrat à durée déterminée)
- Montant du loyer (loyer net + charges = loyer total)

Procès-verbal de remise

Le bailleur et le futur locataire établissent ensemble le procès-verbal de remise. Tous deux examinent l'appartement de très près et relèvent l'état des lieux. Faites attention entre autres aux points suivants :

- les murs (papier peint, peinture, trous de perçage)
- le sol (rayures, traces, dommages)
- portes (intactes ? complètes ?)
- fenêtres (étanches ? moisissures ?)
- Chauffage (tous les radiateurs chauffent-ils en permanence ?)

- Prises de courant et interrupteurs (endommagés ?)
- Relevé du compteur (où se trouve votre compteur électrique ? Relevé correct du compteur ?)

Posez des questions : Y a-t-il des installations dans l'appartement qui ne sont pas d'origine et qui doivent être démontées lors du déménagement ? (Plaques de plafond, carrelage, passe-plat...)

Certificat de logement

L'attestation de logement est un document important. Elle confirme que vous avez emménagé dans un logement.

- Vous obtenez cette attestation auprès du bailleur ou de l'organisme de logement.
- Vous l'obtenez lorsque vous emménagez dans un nouveau logement.
- Le bailleur remplit le formulaire et vous le remet.
- Vous avez besoin de l'attestation pour vous inscrire au bureau du citoyen. Sans ce document, vous ne pouvez pas déclarer officiellement votre domicile.
- Chaque personne qui emménage dans le logement doit être mentionnée dans l'attestation, y compris les enfants.

Ce à quoi vous devez absolument faire attention en matière de contrat de location !

Il existe les contrats de location les plus divers. Voici un aperçu des plus importants :

Contrat de location à durée indéterminée :

Le contrat n'a pas de date de fin. Vous pouvez y rester aussi longtemps que vous le souhaitez.

Contrat de location à durée déterminée :

Le contrat a une date de fin fixe, par exemple pour la durée d'une formation ou pour une période déterminée.

Bail de longue durée :

Ici, vous pouvez utiliser le logement à long terme. On trouve souvent ce type de contrat dans les coopératives.

Contrat de sous-location :

Lorsque le locataire principal sous-loue une partie du logement à quelqu'un.

Contrat de location échelonné :

Le loyer est augmenté par paliers fixes en l'espace de quelques années. La plupart du temps, le loyer ne peut pas augmenter de plus de 20 % en trois ans.

Contrat de location indexé :

Le loyer peut être adapté chaque année à l'indice des prix fixé par l'Office fédéral de la statistique.

Points importants du contrat de location

Un contrat de location doit contenir au moins ces points :

- Qui est le **locataire** et qui est le **bailleur**.
- Quel **appartement** ou quelle **maison** est loué(e)
- Le **début** du bail
- Le **montant du loyer**
- Qui est responsable des **frais d'exploitation** et comment ceux-ci sont facturés
- Qui est responsable des **réparations esthétiques** et des tâches telles que le **déneigement**?

Le contrat peut contenir bien d'autres choses encore. [La caution](#), [les droits de résiliation](#) ou le [règlement intérieur](#). Mais attention : toutes les clauses ne sont pas autorisées !

Meubles et aménagement

Si vous recevez des prestations sociales, vous avez la possibilité d'obtenir de l'argent pour aménager votre logement. Veuillez vérifier votre droit auprès des services compétents.

Si vous n'avez pas beaucoup d'argent, vous pouvez aussi acheter des meubles et des équipements dans [les grands magasins](#). Ici, les prix ne sont pas si élevés. [Les portails de petites annonces](#) sont également une très bonne option.

Tri des déchets et consigne

Le tri des déchets signifie que différents types de déchets sont collectés et recyclés séparément. En Allemagne, le tri des déchets commence directement chez le consommateur. Cela signifie que chaque ménage doit trier lui-même ses déchets et les jeter dans différents bacs et conteneurs. Une grande partie des déchets en Allemagne est recyclée et compostée, ce qui permet de préserver les ressources et de protéger l'environnement. En principe, éviter les déchets est encore le moyen le plus simple d'agir contre les montagnes de déchets croissantes.

Si vous jetez quelque chose dans la mauvaise poubelle, les collaborateurs ou les centres de tri des centres de recyclage et de valorisation doivent procéder à un nouveau tri. Si nous trions tous correctement, nous éviterons cet effort, nous réduirons les coûts et nous agirons pour l'environnement.

Que mettre dans quelle poubelle ?

Les poubelles en Allemagne ont différentes couleurs. Les couleurs vous indiquent quels déchets peuvent être mis dans quelle poubelle. Dans les grandes villes, les poubelles se trouvent souvent directement à côté de la maison. A la campagne, vous devrez peut-être vous rendre dans une déchetterie ou un centre de recyclage pour trouver toutes les poubelles. Ou alors, vous pouvez attendre la prochaine date de collecte de certains déchets. En attendant, vous stockez les déchets dans votre garage ou votre cave, par exemple. Pour savoir quand tel ou tel déchet est collecté, consultez le "calendrier des déchets" que vous trouverez chaque année dans votre boîte aux lettres ou que vous pourrez retirer à la mairie.

💡 Seuls certains déchets peuvent être jetés dans chaque poubelle !

🌐 [Calendrier des déchets à Cottbus](#)

[Centres de matériaux](#)

Dois-je trier mes déchets ?

Oui, le tri des déchets est obligatoire en Allemagne. Tout le monde doit trier correctement ses déchets et les jeter dans les bonnes poubelles. Si vous ne respectez pas les règles de tri des déchets, votre propriétaire peut vous adresser un avertissement. Si vous ne changez alors pas votre comportement, vous pouvez même perdre votre logement. De plus, votre propriétaire vous facturera les frais occasionnés par le mauvais tri des déchets. Si vous avez votre propre maison, le mauvais tri des déchets augmente votre facture pour l'élimination des déchets. Le mauvais tri des déchets est en outre une infraction au code de la route. Si vous vous faites prendre, vous devrez payer une amende. Si vous ne triez pas ou mal vos déchets à plusieurs reprises, cette amende peut même s'élever à plusieurs centaines ou milliers d'euros.

[Que mettre dans quelle poubelle ?](#)

Ensemble pour une ville propre

Depuis longtemps déjà, nous sommes tous préoccupés par le thème de l'élimination illégale des déchets et par le souhait d'une image de ville encore meilleure et plus propre. Travaillons ensemble pour y parvenir. Regardons tous et apportons activement notre contribution.

DÉCHETS ENCOMBRANTS

L'enlèvement gratuit des déchets encombrants, de la ferraille ainsi que des déchets d'équipements électriques et électroniques est effectué, après inscription préalable par téléphone (0355/ 7508-700), par le ALBA GmbH.

EMPLACEMENTS POUR CONTENEURS

De nombreux conteneurs de matières recyclables sont à votre disposition à Cottbus pour l'élimination du papier, des emballages et du verre usagé.

BUREAUX DE VALEUR

Dans les [centres de recyclage](#), les habitants de la ville de Cottbus/Chósebus ont la possibilité de déposer leurs déchets des ménages privés sans frais. de les déposer gratuitement.

INFRACTIONS ET ÉLIMINATION ILLÉGALE DES DÉCHETS

Les dépôts d'encombrants, d'ordures ménagères ou de gravats sur les trottoirs, dans les espaces verts ou dans la nature défigurent notre paysage urbain, mettent en danger l'environnement et entraînent des frais d'élimination élevés - aux frais de la collectivité. L'élimination illégale de déchets constitue une infraction à l'ordre public. Le service de l'ordre effectue régulièrement des contrôles - en particulier aux endroits connus pour être problématiques et dans les zones sensibles de la ville.

Toute personne qui enfreint les règles s'expose à une amende. Selon le type et l'ampleur du dépôt, cela peut aller jusqu'à plusieurs centaines d'euros.

PORTAIL DE SIGNALEMENT MAERKER

Vous avez découvert une pollution ? Signalez les dépôts de déchets illégaux rapidement et facilement via le [MAERKER-Portal](#).

Que dois-je savoir sur la "consigne" ?

En Allemagne, il existe ce que l'on appelle une "Pfandpflicht" ("[Pfandpflicht](#)") pour certains emballages de boissons. Si vous achetez des bouteilles en plastique ou en verre ou des canettes au supermarché, vous payez quelques centimes de plus. Si vous les rendez plus tard vides au point de collecte des emballages vides d'un supermarché (généralement un distributeur automatique), vous récupérez cet argent. C'est ce qu'on appelle la "consigne". Il existe deux types de ces bouteilles spéciales :

Sur les **bouteilles à usage unique** (qui sont recyclées), vous trouverez un signe carré avec une canette et une bouteille entourées d'une flèche. Il s'agit du logo de la Deutsche Pfand-System GmbH. Sur les bouteilles ou canettes portant un tel symbole, vous récupérez 25 centimes de consigne.

Sur les **bouteilles réutilisables** (qui sont lavées et remplies à nouveau), vous trouverez soit aucun marquage, soit un "ange bleu", soit les mots "bouteille (réutilisable)", "bouteille de prêt" ou "bouteille consignée". Pour les bouteilles réutilisables, vous récupérez 15 centimes de consigne. Pour les bouteilles de bière, c'est 8 centimes.

💡 Les cartons à boissons ne sont pas consignés.

💡 Si vous n'avez pas le temps ou l'envie de rapporter vous-même vos bouteilles consignées, vous pouvez aussi les placer bien en vue à côté d'une poubelle dans la rue. Il y a beaucoup de gens en Allemagne qui collectent ces bouteilles et gagnent ainsi un peu d'argent supplémentaire.

Redevance audiovisuelle

L'information indépendante est très importante. En Allemagne, il existe une radio, une télévision et des offres en ligne indépendantes. ARD, ZDF et Deutschlandradio le proposent. Elles diffusent des informations libres de toute influence économique et politique. Pour cela, tout le monde paie de l'argent. C'est ce qu'on appelle la contribution à la radiodiffusion.

La loi stipule qu'en Allemagne, une contribution à la radiodiffusion doit être payée pour chaque logement. Mais une seule personne par logement doit payer la contribution à la radiodiffusion. Cela coûte 18,36 € par mois. L'argent doit être versé au service de contribution d'ARD, ZDF et Deutschlandradio. Vous trouverez de plus amples informations dans la [fiche d'information](#) suivante. Ici en [langue facile](#). Alternativement, sur le [site web de la contribution à la radiodiffusion](#). Le site est disponible en plusieurs langues.

Certaines personnes peuvent se faire exempter de ce paiement. Par exemple, si vous recevez des prestations en vertu de la loi sur les demandeurs d'asile ou d'autres prestations sociales. Pour être exempté de la contribution à la radiodiffusion, il faut introduire une demande.

Vous trouverez la demande d'exonération [ici](#).

Assurances

Deux assurances sont obligatoires en Allemagne : l'assurance maladie et l'assurance responsabilité civile pour les propriétaires de voitures. Il existe en outre une multitude d'offres pour d'autres assurances. Celles-ci sont facultatives. Lorsque l'on loue un appartement, ces

assurances sont utiles :

Assurance ménage

Une assurance ménage protège en cas de dommages dans l'appartement : la porte d'entrée est forcée, le vélo est volé, un incendie se déclare ou une conduite d'eau éclate. Mais comme partout, il est important de regarder ce qui est écrit en petits caractères. Par exemple, toutes les assurances ne paient pas si un vélo est volé la nuit.

Assurance responsabilité civile privée

Elle prend en charge les dommages que l'on cause accidentellement à autrui. L'assurance paie donc si l'enfant casse une vitre avec un ballon ou si le père renverse un piéton à vélo sur le chemin du travail et que celui-ci ne peut plus marcher après une chute.

Aide au logement

Vous trouverez [ici](#) des informations sur l'allocation logement .

Vous gagnez peu d'argent. Toutes les personnes de votre ménage gagnent peu d'argent. Dans ce cas, vous pouvez obtenir un logement subventionné. Pour cela, vous avez besoin d'un [certificat d'autorisation de logement \(WBS\)](#). Sous certaines conditions, vous avez également droit à une aide au logement. Vous et votre famille recevez de l'argent de l'État. Dans ce cas, vous n'avez généralement pas besoin de faire une demande d'aide au logement.

Vous devez demander un certificat d'autorisation de logement dans le Land ou la ville (administration communale, service du logement) où vous cherchez un logement social.


Vous avez un certificat de reconnaissance de l'[Office fédéral de l'immigration et des réfugiés \(BAMF\)](#). Dans ce cas, vous pouvez en principe obtenir un WBS. Même si aucun titre de séjour n'a encore été délivré.

Stadtverwaltung Cottbus

 [Karl-Marx-Straße 67, 03044 Cottbus - Chósebus](#)

 <https://cottbus.de/leistungen/wohngeld-erstmalig-oder-neu-beantragen/>

 [@wohngeldstelle@cottbus.de](mailto:wohngeldstelle@cottbus.de)

 Il est recommandé de [prendre rendez-vous](#).

Recherche de logement

Vous cherchez votre propre logement ? Il peut être difficile de trouver son propre logement. Il faut parfois plusieurs mois pour trouver un logement adéquat.

Posez-vous les questions suivantes avant de commencer votre recherche :

- Que cherchez-vous exactement ?
- Souhaitez-vous avoir votre propre appartement ou plutôt une chambre dans une colocation ?
- Quelles exigences l'appartement doit-il remplir ?

- De combien de pièces avez-vous besoin ?
- Où doit se trouver l'appartement ?
- L'appartement doit-il être accessible aux personnes handicapées ?
- Quel peut être le montant du loyer ?

Veillez également tenir compte des indications concernant les prestations possibles du Jobcenter. Cette [liste aide à](#) comprendre [les abréviations](#).

Ici, vous pouvez chercher un logement :

Journal

De nombreux bailleurs et propriétaires publient des annonces de logement dans les quotidiens.

Internet

Vous trouverez la plupart des offres sur Internet. Sur de nombreuses plates-formes, vous avez besoin d'un compte. Vous aurez ainsi accès aux données de contact. Vous recevez des informations importantes. Vous trouverez par exemple des offres de logement sur les portails en ligne populaires suivants :

- [Immobilenscout 24](#)
- [Bourse aux logements](#)
- [Immowelt](#)
- [Immonet](#)
- [WG-gesucht](#)
- [Petites annonces](#)
- Facebook (Il y a ici différents groupes avec des offres de logement à Cottbus.)

Sociétés de construction de logements et [coopératives de construction de logements](#) GWC. Utilisez le [formulaire de contact](#).

Les sociétés et coopératives de construction de logements proposent des logements privés. Faites part de vos besoins. Vous pouvez demander une réservation.

Langue

Interprétation et médiation linguistique

Dans le Brandebourg, de nombreux domaines tels que la garderie, l'école, la santé, les autorités et les services de conseil peuvent utiliser un [outil d'interprétation](#) par téléphone et [par vidéo](#). Demandez simplement au secteur si vous en avez besoin.

Certaines autorités ont également leurs propres interprètes ou traducteurs. Ceux-ci peuvent vous aider lors des entretiens. Demandez toujours si les interprètes sont gratuits.

Service d'interprétation communautaire

Le [centre de placement](#) d'ISA e.V. permet de trouver des interprètes pour des interventions sur place. L'intervention coûte de l'argent. On trouve les coûts sur le site Internet.

Deutsch für den Alltag – Sprachkurs für Familien

Vous souhaitez parler et comprendre l'allemand avec plus d'assurance au quotidien ? Notre cours "Deutsch für den Alltag" s'adresse aux familles et aux parents/tuteurs dans le cadre familial - en particulier aux familles issues de l'immigration.

- Entretiens avec les administrations, le Jobcenter, les médecins ou les caisses d'assurance-maladie
- Communication avec l'école ou la crèche (p. ex. excuses, rendez-vous)
- Comprendre et rédiger soi-même des formulaires et des lettres importants.

Pratique et facile à comprendre

- Jeux de rôle et entraînement au dialogue
- Entraînement à l'écriture avec des modèles (p. ex. rendez-vous, demande, excuses)
- Activités communes (par ex. cuisiner) pour apprendre au quotidien.

Objectif :

Vous gagnez en assurance dans la langue allemande et pouvez mieux exprimer vos demandes dans la vie quotidienne et en contact avec les administrations/les médecins* et l'école.

Où ? Centre familial Haus Jule, Berliner Str. 54, 03046, 1er étage

Contact : hanna.sartorius@bb.stiftung-spi.de, Tel : 0355 49470998

Horaires des cours : (attention : les horaires des cours pourraient être modifiés en fonction des besoins des participant(e)s, il est donc préférable de s'inscrire rapidement :)

Mardi : 09:30-11:00 et 11:30-13:00

Mercredi : 09:30-11:00, 11:30-13:00 et 14:00-15:30

Soutenu par le Fonds social européen (FSE)

Cours d'intégration

Si vous souhaitez vivre en Allemagne, vous devriez apprendre l'allemand. C'est important si vous cherchez du travail, si vous devez remplir des demandes, si vous voulez aider vos enfants à l'école ou si vous voulez rencontrer de nouvelles personnes.

Comment trouver un cours d'intégration ?

Une fois que vous avez reçu votre certificat d'autorisation, vous pouvez choisir un organisme de cours. Dans le BAMF-NAVI, vous trouverez un aperçu actuel de tous les organismes de cours autorisés. [Vous trouverez ici les coordonnées des organisateurs de cours dans la ville de Cottbus.](#)

Dès que vous avez trouvé un organisateur de cours, vous devez vous rendre chez lui. Vous donnez à l'organisateur du cours l'autorisation ou l'obligation de participer. Vous vous inscrivez auprès de l'organisateur du cours. L'organisateur de cours vous aidera à choisir le cours qui vous convient. Il vous indiquera également la date de début du prochain cours.

Vous pouvez également [consulter le BAMF-NAVI](#). Là aussi, vous trouverez où et quand des cours d'intégration sont proposés à Cottbus. Vous y trouverez également s'il y a des places libres.

Quel est l'objectif ?

Le cours d'intégration vous permet d'acquérir des connaissances en allemand. En outre, vous apprenez quelque chose sur la vie quotidienne en Allemagne et sur l'ordre juridique. Vous apprenez quelque chose sur la culture et l'histoire de l'Allemagne. Vous apprenez des choses sur la démocratie, l'égalité des droits et la liberté de religion.

A la fin du cours d'intégration, vous disposez de connaissances suffisantes de la langue allemande (à l'oral et à l'écrit). Cela correspond au niveau B1. L'objectif des cours d'alphabétisation est différent. L'objectif minimum est le niveau A2.

Qui délivre une autorisation ou une obligation de participation ?

L'autorisation ou l'obligation de participation est délivrée par le Jobcenter, le service social ou le service des étrangers. Vous n'avez pas été autorisé à participer ? Mais vous souhaitez participer à un cours ? Vous pouvez alors [faire une demande de cours d'intégration auprès de l'Office fédéral pour la migration et les réfugiés \(BAMF\)](#). Les rapatriés tardifs reçoivent une autorisation de participation de l'Office fédéral d'administration.

Combien coûte le cours d'intégration ?

Pour participer au cours d'intégration, vous devez payer une contribution aux frais. Vous recevez des prestations sociales, par exemple une allocation de citoyenneté ou une aide sociale ? Vous pouvez alors faire une demande d'exonération des frais. Si vous êtes exempté de ces frais, une subvention pour les frais de transport est également possible.

Comment le cours est-il structuré ?

Le cours d'intégration se compose d'un cours de base et d'un cours d'approfondissement. Il est suivi d'un cours d'orientation.

Le cours d'alphabétisation est structuré différemment. Il se compose de deux cours d'approfondissement.

Quels sont les examens à passer ?

Le cours d'intégration se termine par l'examen "Deutsch-Test für Zuwanderer" (DTZ) et par l'examen "Leben in Deutschland" (LiD).

Le site Internet "[Cours d'intégration en détail](#)" est une offre de l'Office fédéral pour la migration et les réfugiés (BAMF). Vous y trouverez des informations sur le contenu, le déroulement et les examens finaux. Vous y trouverez également des questions fréquemment posées et des réponses à ce sujet. Le site est multilingue.

Cours de langue professionnelle (DeuFöV)

Dans ce cours de langue, vous pouvez améliorer vos connaissances en allemand. Vous élargissez votre vocabulaire pendant le cours. Vous apprenez des mots dont vous avez besoin dans votre travail. Dans les cours, vous apprenez des choses sur certains métiers et secteurs. Il y a des cours de base. Et il y a des cours spécialisés avec différents points forts. Suivez ce cours avec un niveau de langue B1. Suivez ce cours par exemple après avoir suivi un cours d'intégration.

Le cours de langue professionnelle se termine par un examen de certificat.

Pour participer à un cours de langue professionnelle, vous avez besoin d'une autorisation de participation. Vous pouvez l'obtenir auprès du Jobcenter ou de l'agence pour l'emploi. Ou vous pouvez obtenir une autorisation de participation sur demande auprès de l'Office fédéral pour l'immigration et les réfugiés (BAMF).

Demandez à votre conseiller ou conseillère du Jobcenter ou de l'agence pour l'emploi. Ils vous aideront. Car ils savent quelles écoles de langues proposent des cours. Et ils savent si vous devez suivre un cours spécial.

Vous trouverez de plus amples informations sur les cours de langue professionnelle sur le [site Internet de l'Office fédéral pour la migration et les réfugiés \(BAMF\)](#). Vous y apprendrez comment les cours sont structurés. Vous y apprendrez également qui peut y participer.

Sur [KURSNET de l'Agence fédérale pour l'emploi](#), vous pouvez rechercher des cours de langue professionnelle dans votre région.

Cafés de la parole et clubs de lecture

Cafés de la parole et clubs de lecture

Dans les cafés de parole, il y a beaucoup de bénévoles qui vous aident à apprendre l'allemand. Dans les Sprechcafés, vous pouvez rencontrer d'autres personnes et parler allemand avec elles. Vous pratiquez ainsi votre allemand et apprenez de nouveaux mots. Et vous vous ferez peut-être de nouveaux amis en même temps. Dans les cafés linguistiques, peu importe que vous ayez des connaissances préalables ou non. Tout le monde s'assoit ensemble en petits groupes et discute simplement.

Café de la parole au Regenbogenkombinat de Cottbus

Le Sprechcafé a toujours lieu le 1er et le 3e mardi du mois de 17h00 à 19h00. Nous parlons allemand ensemble, passons un bon moment et apprenons à nous connaître. Autour de petites tables, il y a des thèmes que l'on choisit soi-même. Avec cette offre, nous voulons rendre visible et soutenir la diversité culturelle dans la ville. Nous complétons les cafés de parole déjà existants à Cottbus. La rencontre est ouverte à tous et gratuite.

Pour plus d'informations, [cliquez ici](#).


Un aperçu de quelques cafés de parole et clubs de lecture à Cottbus est disponible sur la [page de l'agence du bénévolat](#).

Les dates des cafés de discussion figurent également dans l' [aperçu des événements](#) de l'application.


Dictionnaires et matériel d'apprentissage

Dans la [bibliothèque municipale et régionale de Cottbus](#), vous trouverez de nombreux dictionnaires et matériels d'apprentissage pour apprendre l'allemand. De plus, vous pouvez y étudier en toute tranquillité et utiliser le WLAN. L'utilisation est soit gratuite, soit très bon marché.

Stadtverwaltung Cottbus

 [Berliner Straße 13/14, 03046 Cottbus - Chósebus](#)

 [@info@bibliothek-cottbus.de](mailto:info@bibliothek-cottbus.de)

 [+49355380600](tel:+49355380600)

 <https://www.bibliothek-cottbus.de/>

Cours de langue en ligne

Vous pouvez apprendre l'allemand, soit avec votre téléphone portable, soit avec votre ordinateur. Voici des offres gratuites :

[Deutsche Welle Basis-Kurs](#): un cours en ligne qui aide à apprendre l'alphabet et la langue professionnelle. Il y a aussi un test pour voir si vous connaissez déjà bien l'allemand.

["La ville des mots"](#) : une application et un site web de l'institut GOETHE. Elle vous permet d'apprendre de nouveaux mots de manière ludique. C'est pour les débutants et en plusieurs langues, par exemple en anglais et en français.

[Portail d'apprentissage VHS](#): vous y trouverez des cours d'allemand gratuits. Vous pouvez également apprendre à écrire, à lire et à calculer. Il y a aussi de l'aide pour le certificat de fin d'études en allemand, maths et anglais.

Langues étrangères

Les cours de langues étrangères sont dispensés ici à Cottbus :

[Université populaire de Cottbus](#)

[Urania Cottbus](#) (seulement anglais)

[Sorbisch-wendische Sprachschule](#) (uniquement sorabe/wendisch et polonais).

Pour ces cours, des frais sont à payer.

Un conseil pour les personnes qui apprennent une langue :

Les langues étrangères peuvent être testées lors de speak-dating. Ici, des locuteurs natifs rencontrent des locuteurs natifs et s'enseignent mutuellement l'autre langue. Le speak-dating a lieu tous les mardis de 16h30 à 18h00 au Stadtmuseum Cottbus, au troisième étage. L'accès est accessible aux personnes handicapées.

Formation de base

Cours de formation de base

Que sont les cours de formation de base ?

Les cours de formation de base s'adressent aux personnes qui souhaitent améliorer leurs compétences en lecture, en écriture et en calcul. Ces cours sont gratuits. Dans les cours, on apprend en petits groupes et à son propre rythme. Il y a suffisamment de temps pour les questions et les révisions.

Conditions préalables pour les cours

La condition préalable est que les participants aient une bonne compréhension de la langue allemande et qu'ils la parlent couramment. En outre, les participants doivent être âgés d'au moins 16 ans et résider dans le Land de Brandebourg. Un entretien de conseil est nécessaire avant le cours.

Les thèmes des cours de formation de base sont les suivants : Mathématiques ; ordinateur, médias numériques et communication ; apprendre à apprendre ; famille, santé et affaires sociales ; profession, monde du travail et finances ; connaissances d'orientation en politique, société, environnement, développement durable et droit ; ainsi que connaissances de base en anglais.

De nouveaux cours débuteront en septembre à Cottbus :

- Travail et finances
- Profession, famille et affaires sociales
- Lire, écrire et se parler
- Apprendre à apprendre

Inscription personnelle jusqu'au 22.08.2025.

Heures de consultation

Lundi : 08:00 - 12:00 heures

Adresse pour les visiteurs : Berliner Straße 6, 03046 Cottbus

Personne de contact:

Daisy Gutsche

Collaboratrice pédagogique du projet Cours de formation de base

Téléphone : +49 355 6123410

Portable : 0151 19437892

Courriel : Daisy.Gutsche@cottbus.de

Soutenu par des fonds de l'Union européenne et du Land de Brandebourg.



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Apprendre une langue par soi-même au quotidien

Voici quelques conseils pour apprendre l'allemand gratuitement au quotidien.

Pages Internet :

☐ <https://www.goethe.de/de/spr/ueb.html>

☐ <https://www.vhs-lernportal.de/wws/9.php#/wws/home.php>

☐ <https://learngerman.dw.com/de/deutsch-lernen/s-9095>

☐ <https://www.deutschakademie.de/online-deutschkurs/>

☐ <https://sprachekulturkommunikation.com/>

☐ <https://www.deutsch-perfekt.com/#feature-1601538296>

☐ <https://deutschtraining.org/deutschkurs-online/deutschkurs-kostenlos/>

Cours pour élèves (à partir de 6 ans) de A1 à B1 (en ligne sur Zoom)

https://www.lern-fair.de/schueler/deutsch-kurse?gad_source=1&qclid=EAlaIqobChMI...

Apprendre une langue par le chat avec l'IA

Vous pouvez utiliser l'IA (par ex. Chat GPT) pour élaborer un plan détaillé d'exercices pour vous, développer des compétences de communication dans les dialogues, faire des exercices écrits en mettant l'accent sur la grammaire, élargir votre vocabulaire.

Films et séries en allemand, par ex :

A1 "Nicos Weg", ainsi que des films pour enfants ou des films d'animation simples comme "Der kleine Drache Kokosnuss" ou "Biene Maja".

A2 "Le chemin de Nico", "Heidi", "Le petit fantôme", "Vickie le Viking".

B1- "Lola rennt", "Good Bye, Lenin" (2003), "Le miracle de Berne".

B2- "Turc pour débutants" "Tschick", "Soleil et béton" (2023)

C1 - "Der Untergang", "Inglourious Basterds" (avec son et sous-titres allemands)

APPS gratuits :

- ☐ Duolingo
- ☐ Bonjour l'allemand
- ☐ Memrise
- ☐ Babbel
- ☐ FluentU

Bibliothèque :

- City and Regional Library (Berliner Str. 13/14, 03046)

- IKMZ - BTU Cottbus-Senftenberg (Place de l'unité allemande 2, 03044)

Tester le niveau de langue

Il existe six niveaux : A1, A2, B1, B2, C1 et C2. Dans votre langue maternelle, vous avez C2. Les six niveaux signifient en détail :

A1 : Débutant / Débutante

Vous pouvez comprendre et utiliser des mots et des phrases simples.

Vous pouvez vous présenter et présenter les autres.

Vous pouvez poser des questions sur une personne.

Vous pouvez répondre à des questions.

Une personne parle lentement et distinctement. Vous pouvez tenir une conversation avec elle.

A2 : Connaissances de base

Vous pouvez comprendre des phrases et des mots fréquemment utilisés.

Vous pouvez communiquer dans des situations simples de la vie quotidienne. Vous pouvez décrire votre origine, votre formation et votre environnement.

B1 : Utilisation avancée de la langue.

Vous pouvez comprendre beaucoup de choses. Vous pouvez dire quelque chose sur des sujets familiers et des intérêts personnels. Vous pouvez parler d'expériences et d'événements, de rêves, d'espoirs et d'objectifs. Vous pouvez donner de brèves justifications ou explications sur des projets et des opinions.

B2 : Utilisation autonome de la langue

Vous pouvez comprendre le contenu principal de textes complexes sur des sujets concrets et abstraits. Vous comprenez également des discussions spécialisées dans votre domaine de spécialisation.

Vous pouvez communiquer spontanément et couramment à l'oral. Vous pouvez justifier un point de vue sur une question d'actualité avec ses avantages et ses inconvénients.

C1 : Connaissances linguistiques spécialisées

Vous pouvez comprendre une grande partie de textes longs et exigeants. Vous saisissez également des significations implicites.

Vous pouvez vous exprimer de manière claire, structurée et détaillée sur des sujets complexes.

C2 : (Presque) connaissance de la langue maternelle.

Vous pouvez comprendre sans effort pratiquement tout ce que vous lisez ou entendez.

Vous pouvez résumer des informations provenant de différentes sources écrites et orales. Vous pouvez présenter des justifications et des explications de manière cohérente. Vous pouvez vous exprimer spontanément, très couramment, avec précision et nuance.

Vous pouvez tester gratuitement votre niveau d'allemand, d'anglais, de français, d'espagnol et d'italien ici : www.sprachtest.de

Enfants, jeunesse et famille

Paquet éducation et participation

Qu'entend-on par prestations d'éducation et de participation ?

Il s'agit d'argent destiné aux enfants et aux jeunes issus de familles à faibles revenus. Les parents reçoivent cet argent pour certaines prestations qui aident les enfants et les jeunes. Notamment lors d'événements à la garderie ou à l'école.

Les prestations du paquet éducation sont généralement des prestations en espèces ou en nature (sous forme de bons). Vous les recevez de votre ville ou de votre commune.

Qui peut bénéficier des prestations d'éducation et de participation ?

Les parents peuvent demander des prestations pour l'éducation et la participation. Ils peuvent le faire pour tous les enfants vivant dans le ménage. Pour être éligibles, les parents doivent recevoir l'une des prestations suivantes :

- Allocation de logement
- Allocation pour enfant
- Allocation de citoyenneté
- Aide sociale
- Prestations pour demandeurs d'asile

Vous ne recevez aucune des prestations susmentionnées ? Vous ne pouvez pas couvrir les besoins spécifiques de votre enfant en matière d'éducation et de participation ? Dans ce cas, vous avez peut-être droit à des prestations du "Bildungspaket" selon le SGB II. Vous pouvez vous renseigner auprès du [Centre pour l'emploi de Cottbus](#) compétent.

Les élèves ayant besoin d'aide reçoivent des prestations pour l'éducation jusqu'à l'âge de 25 ans révolus. Ces élèves doivent fréquenter un établissement d'enseignement général ou professionnel. Ils ne doivent pas non plus recevoir d'allocation de formation.

Une partie des prestations d'éducation est également versée aux enfants ayant besoin d'aide dans les crèches (Kitas) et dans les services de garde d'enfants.

Les enfants et les jeunes reçoivent des prestations de participation jusqu'à l'âge de 18 ans. Un soutien est également possible pour les enfants en bas âge.

De quelles prestations s'agit-il ?

Prestations pour l'éducation

Excursions et voyages scolaires

Les frais réels des excursions d'une journée à l'école ou dans les garderies. Il est possible de collecter des décomptes via les écoles lors d'excursions d'une journée. Les frais réels des sorties de plusieurs jours dans les classes et les garderies. Pour les voyages scolaires, l'argent peut être versé directement aux enfants ou à leurs parents. 💡 Demandez au préalable la prise en charge des frais d'un voyage ou d'une excursion scolaire auprès de l'Office des affaires sociales et de la participation ([Amt für Soziales und Teilhabe](#)) ou du Jobcenter de Cottbus. **Fournitures scolaires personnelles** Un total de 174 euros de fournitures scolaires personnelles est reconnu par année civile, à savoir 116 euros pour le premier semestre scolaire et 58 euros pour le deuxième semestre scolaire, jusqu'à la 10e année scolaire. Les fournitures scolaires comprennent par exemple un cartable, du matériel de sport, du matériel pour écrire, calculer et dessiner. Si vous avez plusieurs enfants scolarisés, vous recevez l'argent pour chacun d'entre eux. **Transport scolaire**

Les frais de transport réels des élèves pour se rendre à l'école.

Cette prestation est fournie sous forme d'argent, dans la mesure où il n'y a pas de règlement direct avec la société de transport local.

Aides à l'apprentissage

Les coûts réels des aides à l'apprentissage, comme le soutien scolaire.
Mais parlez-en d'abord avec l'enseignant(e) de votre enfant. Ils doivent attester du besoin de soutien.

Repas de midi pour l'école, la crèche et la garderie

Repas de midi dans les écoles à plein temps, les garderies ou les crèches sans frais supplémentaires pour les parents

Prestations pour la participation

Les parents peuvent recevoir de l'argent pour la participation à la culture, au sport et aux loisirs de leurs enfants, par exemple lorsque les enfants sont en âge de scolarité :

- prennent des cours de musique,
- sont membres d'un club de sport,
- suivent des cours dans des universités populaires,
- se rendent dans un musée, un théâtre ou une comédie musicale.

Pour chaque enfant, les parents peuvent recevoir 15 euros par mois à cet effet.

Où et comment demander les prestations d'éducation et de participation ?

Il y a deux façons d'introduire une demande d'aide à l'éducation et à la participation :

1. Vous recevez une aide sociale, un supplément pour enfants ou une allocation de logement ?
Dans ce cas, vous devez faire la demande auprès de la commune. Les formulaires de demande sont [disponibles ici](#).
2. Vous recevez l'allocation de citoyenneté ? Vous devez alors faire la demande auprès du Stadt Rostock - Hanse Jobcenter de votre lieu de résidence.

Possibilité de consultation

Si vous avez des questions concernant la demande, l'équipe du service de conseil "Bildung und Teilhabe" vous aidera.

Vous pouvez contacter le service de conseil BuT de la manière suivante :

📍 Département des affaires sociales Thiemstraße 37
03050 Cottbus

📍 Karl-Marx Straße 69 03046 Cottbus

☎ 0355 612 48 00

La consultation est gratuite. Elle peut également avoir lieu en anglais, en arabe, en russe et en turc.

Aperçu pour les enfants, les jeunes et les familles

En Allemagne, les enfants, les jeunes et les familles bénéficient d'une protection particulière.

Pour que les jeunes grandissent en sécurité et en bonne santé, ils doivent être protégés des dangers, de la violence et des influences néfastes. C'est pourquoi il existe des règles claires en Allemagne.

La loi sur la protection de la jeunesse veille à ce que :

- Les enfants ne doivent pas être battus ou maltraités. La violence est interdite.
- Les films, les jeux et les sites Internet doivent être adaptés aux enfants. Les contenus dangereux ne sont pas autorisés.
- L'alcool et les cigarettes ne peuvent être achetés qu'à partir d'un certain âge.
- Les enfants ne doivent pas être seuls dans certains endroits le soir.

Ces règles s'appliquent partout : à la maison, à l'école, en ville ou sur Internet. Elles contribuent à ce que les enfants grandissent en toute sécurité.

École et santé - qu'est-ce qui est important ?

- Les enfants ont droit à l'éducation. En Allemagne, tous les enfants doivent aller à l'école dès l'âge de 6 ans. L'éducation est importante pour l'avenir.
- La santé des enfants est également importante. Les parents doivent emmener régulièrement leurs enfants chez le médecin pour certains examens. Là, leur santé et leur développement sont contrôlés.

Qui s'occupe des enfants ?

Les parents sont responsables de leurs enfants. Ils veillent à leur sécurité et à leur éducation. Si un enfant ne va pas bien à la maison, l'État l'aide et le protège. Différentes autorités peuvent vous aider en cas de difficultés.

Toutes les familles ont la même valeur

En Allemagne, toutes les formes de famille sont protégées par la loi. Peu importe qu'une famille soit composée d'une mère, d'un père et d'un enfant, qu'il y ait deux mères, deux pères ou des parents adoptifs. Il est également possible qu'un parent élève seul ses enfants. Toutes les familles sont précieuses et ont les mêmes droits.

Garde d'enfants pour les enfants jusqu'à 6 ans

Qu'est-ce qu'une crèche ?

Une garderie est un lieu pour les enfants qui ne vont pas encore à l'école. Votre enfant peut aller à la garderie à partir d'un an. Certains établissements accueillent également les enfants de moins d'un an. Il y est pris en charge, joue et apprend beaucoup de nouvelles choses.

Pourquoi la garderie est-elle importante ?

- Votre enfant apprend la langue allemande.
- Il est préparé à l'école.
- Il peut jouer et apprendre avec d'autres enfants.

Qui peut aller à la garderie ?

Tous les enfants peuvent aller à la garderie, quelle que soit leur langue, leur origine ou leur religion. Les enfants handicapés ou ayant des besoins particuliers sont également les bienvenus.

Quelles sont les heures d'ouverture de la garderie ?

Les garderies sont ouvertes du lundi au vendredi. Parfois, les garderies ont des périodes de fermeture. Celles-ci sont toujours communiquées à temps.

Y a-t-il différentes garderies ?

Oui !

- Il y a des crèches municipales gérées par la ville de Cottbus.
- Il y a des garderies privées qui sont gérées par d'autres organismes.

Après l'école primaire, les enfants peuvent aussi aller à la garderie. La garderie fait partie de la garderie et accueille les enfants après l'école.

Comment puis-je obtenir une place en crèche ?

Vous pouvez choisir vous-même la crèche et vous devez y inscrire votre enfant.

Quand dois-je m'inscrire ?

Le plus tôt possible ! De préférence dès la grossesse ou juste après le déménagement. Au moins six mois avant.

Comment inscrire mon enfant ?

Cherchez une crèche qui vous plaît. [Vous trouverez ici](#) une liste de toutes les crèches de Cottbus et de nombreuses informations importantes sur la demande d'inscription auprès de la ville de Cottbus.

Consultez le site web de la crèche. Vous y trouverez souvent des formulaires d'inscription et des informations.

Téléphonez à la crèche ou rendez-lui visite personnellement.

Que faire s'il n'y a pas de place disponible ?

Demandez à plusieurs garderies - inscrivez-vous sur plusieurs listes d'attente.

Si vous avez déjà un enfant dans une crèche, demandez-leur d'abord une place pour votre

deuxième enfant.

Demandez régulièrement, surtout avant la rentrée scolaire à la fin de l'été (fin août).

Si vous ne trouvez pas de place, vous pouvez vous adresser au service de la jeunesse et faire une déclaration de besoin : [Cliquez ici pour vous inscrire.](#)

Vous avez besoin d'aide ?

Pour remplir les formulaires ? [Les services de conseil en matière de migration](#) vous aideront.

Pour l'organisation de la prise en charge ? Alors contactez le service d'orientation pour la garde d'enfants : Ewa Zadrozna - téléphone : 0355 6123414.

Profitez de cette possibilité - la garderie aide votre enfant à avoir un bon avenir !

Coûts & informations importantes sur la crèche

Combien coûte la garderie ?

À partir de 3 ans, la garde est gratuite dans le Brandebourg. En dessous de 3 ans, les coûts dépendent de la durée de la garde et du revenu. La direction de la garderie répond aux questions à ce sujet.

Les parents paient pour les repas, c'est-à-dire le petit-déjeuner, le déjeuner et le goûter. Une aide est possible. Il existe des subventions pour les repas, les excursions et les activités de loisirs via "Bildung & Teilhabe". La direction de la garderie ou les services de conseil aux migrants aident à faire la demande.

Règles importantes pour la crèche :

Un bilan de santé et des vaccinations sont nécessaires. Avant de commencer la garderie, un médecin doit vérifier l'état de santé de l'enfant. La vaccination contre la rougeole est obligatoire à partir de l'âge d'un an. Il faut en avoir la preuve. Sans vaccination, on ne peut pas aller à la garderie.

Acclimatation - les premiers jours à la crèche

- La première période à la crèche s'appelle l'acclimatation.
- Les parents devraient prévoir suffisamment de temps pour cela - une acclimatation en douceur est importante.
- Vous trouverez [ici](#) des informations pour les parents sur l'acclimatation.

Ce que l'on attend des parents à la crèche

Collaboration et communication

- Discussions régulières sur le développement de l'enfant

- Réactions lors des réunions de parents et des entretiens de développement
- Être disponible en cas d'urgence
- Ponctualité

Amener & récupérer l'enfant aux heures convenues

- Donner des informations en cas de maladie ou de retard

Engagement

- Aider lors de fêtes, d'excursions & de projets
- En option : représenter les parents

Santé & hygiène

- Pas de fréquentation de la crèche en cas de maladie contagieuse
- Apporter des vêtements propres & des articles d'hygiène (couches, dentifrice, etc.)

Équipement & matériel

- Vêtements adaptés aux conditions météorologiques, pantoufles, vêtements de rechange
- Si nécessaire : Apporter un petit déjeuner/snacks

Finances

- Paiement ponctuel des frais de garderie (si pas gratuit)
- Frais supplémentaires pour les excursions ou les événements spéciaux

Respect et promotion

- Respecter les règles de la crèche
- Se montrer aimable avec les éducateurs/trices et les autres parents
- Encourager l'enfant à la maison (par ex. lecture, bricolage, transmission de valeurs)

Crèche, jardin d'enfants ou garderie d'enfants

Qu'est-ce que la crèche ?

La crèche est destinée aux enfants de 0 à 3 ans. Ils y sont accueillis en petits groupes par un personnel spécialement formé. Les éducateurs s'occupent particulièrement du développement, de l'attention et de l'encouragement des enfants.

Qu'est-ce que le jardin d'enfants ?

Le jardin d'enfants est destiné aux enfants à partir de 3 ans jusqu'à leur entrée à l'école.

Ici, les enfants peuvent :

- jouer, peindre et bricoler avec les autres
- apprendre de nouvelles choses
- participer à l'école maternelle en dernière année pour se préparer à l'école.

Qu'est-ce que la garde d'enfants ?

La garde d'enfants est une alternative à la crèche pour les enfants de moins de 3 ans.

- Prise en charge en petits groupes (maximum 5 enfants).
- Par une maman ou un papa de jour
- Le plus souvent dans un environnement familial (par exemple au domicile de la personne qui s'occupe de l'enfant).

Vous craignez de confier votre enfant à une structure d'accueil de jour ?

Parlez-en avec Madame Zadrozna, l'animatrice de la crèche.

Ewa Zadrozna | Stadtverwaltung Cottbus

 [Berliner Straße 6, 03044 Cottbus - Chósebus](#)

 [@ewa.zadrozna@cottbus.de](mailto:ewa.zadrozna@cottbus.de)

 [+49 \(0\) 3556123414](tel:+49(0)3556123414)

Mon enfant a un handicap

Un interlocuteur important :

Votre pédiatre est la première personne à contacter pour toute question relative au handicap de votre enfant.

Possibilités de prise en charge :

Les enfants handicapés peuvent, selon leurs besoins :

- fréquenter une crèche normale à proximité
- fréquenter une crèche d'intégration (les enfants avec et sans handicap sont accueillis ensemble)
- utiliser une place de garde d'enfants (par exemple chez une maman ou un papa de jour).

 Vous trouverez ici de plus amples informations sur les possibilités de soutien :

 [Encouragement précoce à Cottbus](#)

Droit à la garde d'enfants

A partir de 1 an jusqu'à la 4e classe

En Allemagne, chaque enfant peut aller à la garderie ou à l'école maternelle dès son premier anniversaire. Ce droit est valable jusqu'à ce que l'enfant entre en 5e année.

Avant l'école (Kita) :

Votre enfant peut être accueilli au moins 6 heures par jour.

A l'école primaire (garderie) :

Votre enfant peut être pris en charge au moins 4 heures après les cours.

Si vous travaillez plus longtemps, le temps de garde peut être prolongé. Pour cela, vous devez faire une demande.

Enfants de moins d'un an ou en 5e et 6e année.

Il existe également une prise en charge pour les enfants de moins d'un an ou en 5e et 6e année. Cela est possible si votre famille a besoin de soutien.

Pour les familles réfugiées

Si vous habitez à Cottbus en tant que famille réfugiée (après le premier accueil), vous pouvez demander une place à la garderie.

Garde d'enfants pour les enfants à partir de 6 ans

Inscription à l'école

Quand mon enfant doit-il aller à l'école ?

Tous les enfants qui atteignent l'âge de 6 ans avant le 30 septembre d'une année donnée doivent aller à l'école.

Quelle école mon enfant fréquente-t-il ?

Votre enfant se voit attribuer une école publique. Le choix de cette école dépend de l'adresse de votre domicile. Chaque adresse fait partie d'un district scolaire. Les districts scolaires se trouvent ici :

 [Districts scolaires à Cottbus](#)

Quand et comment inscrire mon enfant ?

- L'inscription a lieu au début de l'année.
- Demandez à l'école compétente la date exacte des inscriptions.
- Inscrivez également votre enfant à la garderie si vous souhaitez qu'il y aille.

Qu'est-ce que l'évaluation des compétences linguistiques ?

- Avant le début de l'école, les éducateurs de la garderie vérifient le niveau d'allemand de votre enfant.
- Votre enfant n'a pas fréquenté de crèche ? Dans ce cas, le test linguistique doit être effectué auprès du service de santé publique. Veuillez vous informer ici :
[Évaluation des compétences linguistiques à Cottbus](#)

Qu'est-ce que l'examen d'entrée à l'école ?

- Au printemps précédant le début de l'école, vous recevez une invitation à passer un examen auprès du service de la santé publique.
- Votre enfant y sera examiné afin de déterminer s'il est prêt à aller à l'école.
- Vous devez vous rendre à ce rendez-vous avec votre enfant.

[Service 53 - Santé](#)

📍 Hôtel de ville technique, Karl-Marx-Str. 67
03044 Cottbus/Chósebus

📞 0355 612-3215

Fax +49 355 612-3504

✉ @gesundheitsamt@cottbus.de

🌐 <https://www.cottbus.de/gesundheit>

Mon enfant peut-il commencer l'école un an plus tard ?

Oui, dans certains cas, votre enfant peut être scolarisé un an plus tard. C'est ce qu'on appelle un report.

- Vous devez tout de même vous présenter à l'école concernée.
- Vous devez communiquer votre décision par écrit.

Où puis-je obtenir de l'aide pour l'inscription ?

- Dans votre logement communautaire
- Dans les centres de conseil pour la migration et l'intégration

Vous trouverez de plus amples informations ici :

🌐 [Inscription scolaire dans le Brandebourg](#)

Garderie

La garderie est destinée aux enfants de 6 à 12 ans et a lieu l'après-midi après l'école.

Que se passe-t-il à la garderie ?

- soutien pour les devoirs

- jouer et participer à différentes activités

Important :

Une place en garderie n'est pas automatiquement attribuée à l'entrée à l'école.
Les parents devraient déjà s'occuper d'une place à la garderie avant l'entrée à l'école.

L'école obligatoire et le système scolaire

En Allemagne, l'école est obligatoire.

La scolarité obligatoire dure 12 ans.

Pendant au moins 9 ans, les enfants doivent fréquenter une école primaire (de la 1re à la 6e classe) et une école secondaire.

Les écoles secondaires (à partir de la 7e classe) sont :

- les Gesamtschulen,
- écoles secondaires
- ou des lycées

Après la 9e classe, il est possible de fréquenter l'école professionnelle. Si aucune autre école ne doit être fréquentée, la scolarité obligatoire est de 10 ans. L'obligation scolaire prend fin à l'âge de 18 ans.

Les parents ont l'obligation d'envoyer leurs enfants à l'école.

Si votre enfant ne peut pas fréquenter l'école pour cause de maladie, il doit être désinscrit à l'école.

La scolarisation dans les écoles publiques et municipales est gratuite.

La fréquentation des écoles libres et privées peut être soumise à des frais de scolarité.

Vous trouverez [ici](#) un aperçu de toutes les écoles de Cottbus.

École dans le Brandebourg

Dans le Land de Brandebourg, les compétences en matière d'école sont partagées :

- les affaires scolaires intérieures sont réglées par l'office scolaire (ministère)
- les affaires scolaires extérieures sont réglées par l'autorité scolaire (ville de Cottbus).

En Allemagne, l'éducation est réglementée différemment selon les Länder.

Si vous changez de lieu de résidence dans différents Länder, vous devez vous informer séparément sur les dispositions respectives du Land en matière d'écoles.

Vous trouverez [ici](#) un aperçu des différents types d'écoles dans le Brandebourg.

Changement d'école de la 6e à la 7e classe (procédure Ü7)

Qu'est-ce que la procédure Ü7 ?

Le passage en 7e année s'appelle la procédure Ü7. Voici une brève explication de la procédure.

Que se passe-t-il après la 6e année ?

Après la 6e année, votre enfant passe de l'école primaire à une école secondaire. Cela peut être :

- Oberschule
- Gesamtschule
- Gymnasium

Comment décide-t-on de l'école que fréquente votre enfant ?

La décision dépend de :

- de votre souhait en tant que parents
- des capacités et des notes de votre enfant
- De l'évaluation de l'école primaire et du bulletin semestriel de la 6e année.

Vous trouverez plus d'informations et de soutien ici :

 [Procédure Ü7 dans le Brandebourg](#)

Obligations des parents

Quelles sont les obligations des parents pour l'école ?

En Allemagne, l'école est obligatoire. Cela signifie que :

- Votre enfant doit aller à l'école.
- Votre enfant doit être à l'heure et assister régulièrement aux cours.
- Si votre enfant est malade, vous devez en informer l'école.

Autres obligations importantes pour les parents

- Les parents doivent lire et signer les informations importantes.
→ Par exemple : les bulletins de notes, les invitations aux réunions de parents ou les autorisations pour les excursions.
- Participation aux événements scolaires importants.
→ Les parents doivent venir aux réunions de parents d'élèves ou aux entretiens avec les enseignants.

- Aide aux devoirs et à l'apprentissage.
→ Les parents doivent aider leur enfant à apprendre, mais ne doivent pas faire les devoirs à sa place.
- Informer l'école de tout changement.
→ Si vous avez une nouvelle adresse ou un nouveau numéro de téléphone, vous devez en informer l'école.
- Prendre si possible les rendez-vous médicaux en dehors des heures d'école.
→ Si un rendez-vous est nécessaire pendant les heures d'école, les parents doivent en informer l'école au préalable.

Ce que vous devez encore savoir

Qu'apprennent les enfants à l'école ?

Outre les maths, l'allemand et d'autres matières, il y a aussi :

- **L'éducation physique**
Votre enfant fait du sport à l'école.
- **Cours de natation**
Beaucoup d'enfants apprennent à nager.
- **Entraînement à vélo**
À l'école, les enfants apprennent à faire du vélo en toute sécurité.

En Allemagne, il va de soi que tous les enfants apprennent ces choses - **garçons et filles**.

Il est donc important que les parents soutiennent leurs enfants dans cette démarche et leur permettent de participer aux cours.

Les excursions et les voyages scolaires sont également une partie importante de l'apprentissage. Ils aident les enfants à faire de nouvelles expériences et à développer un sentiment de communauté. Les parents devraient considérer ces activités comme une chance et encourager leurs enfants à y participer.

Que se passe-t-il si un enfant se blesse à l'école ?

- Il existe une assurance accident à l'école.
- Votre enfant est assuré s'il a un accident à l'école ou sur le chemin de l'école.
- L'école vous informe s'il se passe quelque chose.
- **Important** : après un accident, les parents ne devraient pas aller directement chez le pédiatre. Au lieu de cela, il faut consulter un médecin de passage (médecin D). Ces médecins sont spécialisés dans les accidents scolaires et les accidents du travail. L'école peut vous indiquer un médecin approprié.

Travail social en milieu scolaire - soutien pour les enfants et les parents

De nombreuses écoles disposent d'assistants sociaux scolaires. Ils sont des personnes de contact pour **les enfants et les parents**.

Les travailleurs sociaux scolaires aident en cas de problèmes à l'école ou à la maison. Ils offrent :

- des conseils et un soutien en cas de difficultés,
- un travail de groupe et des projets avec les classes,
- une écoute pour les enfants et les parents - les entretiens sont **volontaires, gratuits et confidentiels**.

Les assistants sociaux scolaires travaillent à l'école, mais ne sont **pas des enseignants**. Ils apportent leur aide lorsque les enfants ont des soucis ou que les parents ont besoin de soutien.

Vous trouverez ici un aperçu des écoles dans lesquelles des travailleurs sociaux scolaires sont actifs :

 [Écoles avec travailleurs sociaux scolaires](#)

Regroupement familial

Le regroupement familial signifie que les membres de la famille peuvent venir en Allemagne.

C'est possible si quelqu'un vit déjà en Allemagne avec une protection. Font partie de la famille : le conjoint, les propres enfants, les parents d'enfants mineurs. Les personnes protégées peuvent déposer une demande de regroupement familial. Les bénéficiaires d'une protection sont : Les personnes qui ont obtenu l'asile, les réfugiés selon la Convention de Genève, les personnes bénéficiant d'une protection subsidiaire et les mineurs non accompagnés reconnus. Pour le regroupement familial, les membres de la famille doivent déposer une demande de visa auprès de l'ambassade ou d'un consulat allemand.

Il est important de se faire conseiller et d'obtenir de l'aide pour la demande.

On peut s'adresser à ces centres de conseil :

Lien vers le [service de conseil aux réfugiés et à l'intégration](#)

Lien vers le [service de migration pour les jeunes](#)

Lien vers le [conseil en migration](#)

Trouver des membres de la famille

Vous recherchez des membres de votre famille, des proches ou des amis ?





Vous avez perdu le contact à cause de ?

- des conflits armés
- catastrophes
- fuite
- ou autres situations d'urgence humanitaire

perdu votre contact ?

Le service de recherche de la Croix-Rouge allemande vous aide dans vos recherches.

DRK- Association régionale Cottbus-Spree-Neiße-West e.V.

 Mme Susann Lebelt
 Ostrower Damm 2, 03046 Cottbus
 0355 715061
 @suchdienst@drk-cottbus.de

Trace the Face- Restoring Family Links :

[Ici](#), vous pouvez rechercher vous-même des photos en ligne.

Formation, formation continue et études

Formation

Formation en alternance

Formation en alternance

En Allemagne, il est très avantageux d'avoir un **diplôme professionnel**.

Les personnes ayant un diplôme professionnel :

- gagnent plus d'argent au cours de leur vie,
- sont moins souvent au chômage,
- ont moins souvent des contrats de travail à durée déterminée que les personnes qui cherchent du travail sans diplôme professionnel.

En Allemagne, il existe deux types de formation

La formation scolaire dans une école professionnelle (Schulische Ausbildung) :
Les apprentis ne fréquentent que l'école et y apprennent tout.

Le système dual :
Les apprentis apprennent

- 1/3 du temps à l'**école professionnelle**
- 2/3 du temps dans une **entreprise de formation**
- La théorie et la pratique sont associées.

Pendant l'apprentissage, on gagne un salaire mensuel fixe.

Cette vidéo explique clairement la formation en alternance : [Formation en alternance](#).
Cliquez ici pour voir la vidéo en [arabe](#) (🌐), en [dari](#) (🌐), en [tigrinya](#) (🌐) et en [ukrainien](#) (🌐).
Cliquez ici pour voir la [vidéo en langue des signes](#) sur 🌐.

La formation en alternance se retrouve le plus souvent dans les métiers commerciaux et les métiers industriels et techniques. En fonction du type de métier que l'on souhaite apprendre, on s'adresse à l'organisme adéquat :

Berufs- und Studienberatung de l'agence pour l'emploi de Cottbus.

Il n'est pas toujours facile de trouver le métier qui convient. Il existe de nombreuses possibilités pour la période postscolaire. Mais quel métier me convient vraiment ? Le service d'orientation professionnelle et universitaire dans le sud du Brandebourg conseille, soutient et sert d'intermédiaire.

Plus d'informations :

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/cottbus/berufsberatung-studienberatung>

Chambre des métiers de Cottbus (HWK)

La HWK est compétente pour les métiers artisanaux comme par exemple boulanger, maçon, peintre ou coiffeur. Elle apporte son soutien dans la recherche d'une formation ou d'une qualification initiale qui peut précéder une formation. Il existe une offre spéciale pour les jeunes issus de l'immigration qui souhaitent commencer une formation artisanale. Vous trouverez de plus amples informations [ici](#).

 [Altmarkt 17, 03046 Cottbus - Chósebus](#)

 [@hwk@hwk-cottbus.de](mailto:hwk@hwk-cottbus.de)

 [+493557835444](tel:+493557835444)

 <https://www.hwk-cottbus.de/>

Chambre de commerce et d'industrie de Cottbus (IHK)

L'IHK est compétente pour les professions commerciales et techniques. La CCI soutient les personnes avant, pendant et après leur formation.

L'équipe conseille sur toutes les questions relatives à la formation : par exemple les défis à relever à l'école professionnelle ou en entreprise, la préparation aux examens, les droits et les devoirs pendant la formation.

Les entretiens individuels sont gratuits.

Vous trouverez de plus amples informations [ici](#).

 [Goethestraße 1, 03046 Cottbus - Chósebus](#)

 [@ihkcb@cottbus.ihk.de](mailto:ihkcb@cottbus.ihk.de)

 [+493553650](tel:+493553650)

 <https://www.ihk.de/cottbus/>

Vous cherchez d'autres conseils ? Le [service de migration des jeunes](#) vous conseille.

Corinna Jaunich | Jugendmigrationsdienst - Diakonisches Werk Niederlausitz gGmbH

 [Straße der Jugend 33, 03050 Cottbus](#)

 [@info.jmd@diakonie-niederlausitz.de](mailto:info.jmd@diakonie-niederlausitz.de)

 [+493554889988](tel:+493554889988)

 <https://www.jugendmigrationsdienste.de/jmd/niederlausitz>

KAUSA-Landesstelle Brandenburg :


Informen, éclairer, motiver et accompagner les jeunes ayant une expérience de fuite ou de migration pour une formation professionnelle.


Pour plus d'informations, [cliquez ici](#)

Andrea Behrends | KAUSA-Landesstelle Brandenburg: Ausbildung und Migration

 [Sandower Straße 6, 03044 Cottbus](#)

 [@behrends@berlin.arbeitundleben.de](mailto:behrends@berlin.arbeitundleben.de)

 [+49 \(0\) 355301085](tel:+49(0)355301085)

 [+49 \(0\) 1622036776](tel:+49(0)1622036776)

 <https://kausa-brandenburg.de/>

Formation professionnelle scolaire

Formation à l'école professionnelle

En Allemagne, il existe deux types de formation :

Système dual (formation en alternance) :

Les apprentis apprennent à la fois dans une école professionnelle et dans une entreprise de formation.

Formation scolaire dans une école professionnelle spécialisée (Berufsfachschule)

Les apprentis ne fréquentent que l'école et y apprennent tout.

La formation scolaire dure généralement de 1 à 3 ans.

Selon l'école, il existe différentes orientations et conditions d'admission. Tu peux obtenir des informations précises directement auprès de l'école.

La formation en école concerne généralement des professions dans les domaines de la technique, de la santé et du social, des arts, des langues étrangères.

 [En savoir plus](#)

Selon la situation personnelle, il est possible d'obtenir une aide de l'État. Le "BAföG" en est un exemple. Tu peux obtenir des informations à ce sujet auprès de l'Office de promotion de la formation.

Formation continue

Mon Now

Le [portail en ligne](#) pour la formation professionnelle continue propose toutes les informations sur une seule plateforme. Quelle que soit la raison pour laquelle on souhaite se perfectionner. La plate-forme apporte un soutien dans ce sens. Les possibilités y sont nombreuses. Par exemple :

- avec des informations sur la formation continue
- avec des informations sur et la reconversion professionnelle
- avec la recherche de formations continues adaptées
- avec des tests en ligne
- en donnant des conseils sur les possibilités de financement
- avec des services de conseil

Agence pour l'emploi

Formation continue, reconversion ou réinsertion professionnelle : l'Agence fédérale pour l'emploi vous accompagne dans votre prochaine étape de carrière. Avec des conseils et des aides financières. Vous trouverez [ici](#) de plus amples informations. Par exemple sur l'acquisition de nouvelles compétences. Ou comment obtenir un nouveau diplôme. Ainsi, vous pouvez progresser professionnellement.

 [Bahnhofstraße 10, 03046 Cottbus - Chósebus](#)

 [+49 \(0\) 8004555500](tel:+49(0)8004555500)

 <https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/cottbus>

Études

Étudier en Allemagne

Tout le monde a la possibilité d'étudier en Allemagne, même si vous avez obtenu votre diplôme de fin d'études secondaires à l'étranger. Vous devez toutefois remplir les mêmes conditions que les étudiants allemands.

1) Vous avez besoin d'un certificat spécial. Ce certificat s'appelle [Hochschulzugangsberechtigung \(HZB\)](#).

2) Vous devez en principe avoir un très bon niveau. <https://www.study-in-germany.de/de/studium-planen/voraussetzungen/deutschkenntn...> (en général C1, au moins B2). Il existe toutefois des programmes d'études en anglais.

3) Mais il existe en outre des programmes qui vous préparent aux études et vous soutiennent pendant celles-ci.

Si vous n'avez pas le baccalauréat allemand, il faut vérifier si vous pouvez étudier en Allemagne avec le diplôme de fin d'études secondaires de votre pays d'origine. Vous pouvez effectuer vous-même cette recherche sur les portails d'information "Anerkennung in Deutschland" ([anabin](#)) ou [uni assist](#) .

Vous trouverez [ici](#) des informations générales sur les conditions préalables aux études.

En Allemagne, il existe de nombreux cursus et [types d'établissements d'enseignement supérieur](#).

- Universités : orientées vers la science, adaptées au doctorat.
- Fachhochschulen : orientées vers la pratique
- Hautes écoles en alternance : combinent études et travail
- Écoles supérieures d'art, de cinéma et de musique : orientées vers l'art : Arts plastiques, art dramatique, danse, design industriel et de mode, graphisme, musique instrumentale ou chant ainsi que médias modernes.

Il existe des écoles supérieures publiques et privées. Les écoles supérieures privées coûtent souvent plus cher.

Renseignez-vous directement auprès de l'établissement où vous souhaitez étudier. La plupart des établissements d'enseignement supérieur proposent des services de conseil à cet effet.

Faites attention aux délais dans lesquels vous pouvez postuler pour une filière d'études !

Vous pouvez obtenir plus d'informations sur les études auprès de

Service d'orientation professionnelle et universitaire de l'agence pour l'emploi de Cottbus.

Il n'est pas toujours facile de trouver les études qui vous conviennent. Mais quelles sont les études et l'université/la haute école qui me conviennent ? Le service d'orientation professionnelle et universitaire du sud du Brandebourg conseille et soutient.

Pour plus d'informations : <https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/cottbus/studienberatung>

D'autres liens sont disponibles :

- Vous trouverez toutes les filières d'études en Allemagne [ici](#) .
- Vous trouverez un aperçu des études dans le Brandebourg [ici](#) .
- Vous trouverez des informations pour les personnes ayant fui [ici](#) .
- Vous trouverez des informations pour l'orientation universitaire [ici](#) .

Aperçu des informations importantes :

- Les écoles supérieures et les universités vérifient si vous remplissez les conditions requises.
- L'examen d'allemand peut avoir lieu à l'université / la haute école.
- Les certificats de telc et du Goethe Institut sont également acceptés comme preuve du niveau de langue.
- Le statut de séjour ne joue aucun rôle pour les études.

Mots-clés : études, doctorat, haute école, université

Financement et bourse d'études

Bafög

BAfög est l'abréviation de "loi fédérale sur l'aide à la formation". C'est de l'argent de l'État pour soutenir les étudiants. Il faut faire une demande et remplir certaines conditions. L'argent est versé chaque mois et doit permettre de financer les études. La moitié de l'argent doit être remboursée après les études. Les règles du BAfög changent parfois, il faut donc les consulter régulièrement. Plus d'informations sont disponibles ici :

[Site web BAfög pour les réfugiés et les migrants](#)

[Site web BAfög - toutes les informations en un coup d'œil](#)

Bourse d'études

Une bourse est également une aide financière pour les étudiants. Il n'est pas nécessaire de rembourser l'argent. Les bourses sont souvent attribuées pour des performances particulières. Les bonnes notes et l'engagement bénévole sont importants à cet égard. En principe, quelqu'un qui reçoit le BAfög peut aussi demander une bourse. Organisations proposant des bourses d'études :

- [Friedrich-Ebert-Stiftung \(FES\) - Bourses d'études pour réfugiés](#)
- [Konrad-Adenauer-Stiftung \(KAS\) - Bourses d'études pour réfugiés](#)
- [Villigst - Notre bourse pour les réfugiés](#)
- [Brot für die Welt - Programme de bourses pour réfugiés](#)
- [Garantiefond Hochschule de la fondation Otto Benecke à Bonn](#)
- [Fondation Hans Böckler](#)
- [Bourse d'Allemagne : devenir boursier](#)
- [Fondation de l'Université allemande](#)
- [Fondation Heinrich Böll](#)

Vous trouverez de plus amples informations sur le site web de l' [action universitaire pour les réfugiés](#) et dans la base de données du [Service allemand d'échanges universitaires \(DAAD\)](#).

Pas de droit d'accès à l'enseignement supérieur pour étudier en Allemagne ?

Vous n'êtes pas autorisé à étudier en Allemagne ? Un Studienkolleg aide les étudiants internationaux. Vous y apprenez des matières importantes et améliorez votre allemand. Vous serez ainsi mieux préparé pour étudier en Allemagne.

Il n'existe pas de Studienkolleg dans le Brandebourg. Mais il existe le programme [ESiSt](#). Ce programme aide les étudiants internationaux à se préparer à des études dans le Brandebourg. Il est proposé en collaboration avec l'université de Potsdam. Il prépare aux études à l'université de Potsdam, à la Fachhochschule Potsdam, à la Technische Hochschule Brandenburg et à la TH Wildau. Vous trouverez plus d'informations [ici](#).

Si vous souhaitez en savoir plus sur les Studienkollegs dans d'autres Länder, vous pouvez consulter [ce lien](#).

Université technique du Brandebourg


L'Université technique brandebourgeoise de Cottbus-Senftenberg (BTU C-S) propose un large éventail d'études. Vous pouvez vous informer sur l'université en consultant la page de la [BTU C-S](#). Vous trouverez [ici](#) un aperçu des filières d'études.

La BTU C-S propose des services de conseil pour les personnes intéressées.

Zentrale Studienberatung

 [Platz der deutschen Einheit 1, 03046 Cottbus](#)

 @studium@b-tu.de

 [+490355693800](tel:+490355693800)

 <https://www.b-tu.de/studium/informationen-beratung/persoенliche-beratung/studie...>


Bureau des relations internationales

Les étudiants internationaux peuvent s'adresser à l'[International Relations Office](#).

International Relations Office

 [Platz der deutschen Einheit 1, 03046 Cottbus](#)

 @internationaladmission@b-tu.de

 [+490355692105](tel:+490355692105)

 <https://www.b-tu.de/international>

[Vous trouverez](#) de plus amples informations [ici](#).

Préparation aux études

La BTU C-S propose différents cours d'allemand intensifs dans le cadre du [programme Brücke zum Studium](#).

Si vous souhaitez étudier à la BTU Cottbus-Senftenberg, mais que votre niveau scolaire n'est pas suffisant pour cela, il existe une solution. Vous pouvez suivre un cours dans le programme [ESiSt](#). Vous y apprendrez les connaissances techniques et améliorerez vos compétences linguistiques. À la fin, vous recevrez une autorisation d'étudier en Allemagne. Ensuite, vous pouvez directement postuler pour un bachelor.

Recherche de travail et d'emploi

Centre pour l'emploi de Cottbus

Bienvenuechez Jobcenter Cottbus

Nous sommes là pour vous si vous cherchez du travail ou si vous avez besoin de soutien.

Le site Jobcenter aide les personnes qui n'ont pas de travail ou pas assez d'argent pour vivre. Nous vous conseillons personnellement et trouvons ensemble des chemins vers le travail, la formation ou la formation continue.

Si vous avez des questions ou besoin de soutien, nous sommes là pour vous. Informez-vous ici sur nos offres ou rendez-nous visite personnellement sur place.

Nos heures d'ouverture :

Lundi : 08:00 - 13:00 heures

Mardi : 08:00 - 13:00 heures et 14:00 - 16:00 heures

Mercredi : pas d'heures de consultation

Jeudi : 08:00 - 13:00 et 14:00 - 18:00

Vendredi : 08:00 - 12:30 heures

N'hésitez pas à utiliser notre service téléphonique, confortablement installé chez vous, au tarif local.

Que pouvez-vous clarifier ?

- Renseignements généraux et individuels
- Informations sur les demandes
- Prise ou annulation de rendez-vous
- recevoir des informations sur les changements (par exemple, un emploi secondaire, une prise de travail)
- se faire porter pâle
- demander des formulaires ou des demandes
- poser des questions sur le paiement du Bürgergeldes

Vous pouvez nous joindre tous les jours par téléphone, du lundi au vendredi, en appelant la hotline :

0355 619-3100.

N'hésitez pas à utiliser les numéros d'appel direct figurant sur toutes les notifications de Jobcenters Cottbus.



Jobcenter.digital

Jobcenter.digital - Vos services en ligne

Avec jobcenter.digital, vous pouvez facilement effectuer de nombreuses démarches en ligne.

Vous n'avez pas besoin de vous rendre spécialement à Jobcenter pour cela. Vous pouvez par exemple prolonger votre demande sur Bürgergeld ou informer le Jobcenter si quelque chose a changé - par exemple si vous avez déménagé, si vous avez un nouveau travail ou si votre numéro de compte a changé. Vous pouvez également y télécharger facilement des documents importants. Si vous avez des questions, vous pouvez écrire un message au Jobcenter via cette page.

Il vous suffit d'avoir un téléphone portable, un ordinateur ou une tablette avec Internet et vos données d'accès de Jobcenter, que vous pouvez vous attribuer vous-même. Vous pouvez ensuite utiliser le service 24 heures sur 24, confortablement installé chez vous. L'utilisation est simple et sûre.

Qu'est-ce qui est possible ?

- Faire des demandes (par exemple la demande de Bürgergeld).
- communiquer des changements
- télécharger des documents
- écrire des messages

[Utiliser directement maintenant !](#)

Tout ce dont vous avez besoin, c'est d'un compte d'utilisateur. L'inscription est gratuite et sécurisée. Vous trouverez [ici](#) un guide étape par étape pour réussir votre inscription.

Application Jobcenter

Avec Jobcenter App, vous pouvez facilement et confortablement consulter des informations, des demandes, des nouvelles et des rendez-vous où que vous soyez.

Vous pouvez télécharger l'application directement ici dans les magasins d'applications pour [Android](#) ou [iOS](#)!

L'application vous facilite la communication avec votre Jobcenter. Vous accédez facilement à votre compte d'utilisateur sur jobcenter.digital via votre smartphone. Pour obtenir des informations régionales, saisissez votre code postal.

Conditions préalables pour la zone inscrite :

- Vous avez déposé une demande sur Bürgergeld
- Vous avez un interlocuteur personnel au Jobcenter
- Vous avez des données d'accès (adresse e-mail et mot de passe) pour jobcenter.digital

Voici les avantages que vous apporte l'appli :

- Faites des demandes directement via l'appli
- Téléchargez des documents depuis votre smartphone
- Communiquez les changements
- Échangez des messages

N'hésitez pas à essayer l'application. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter.

Agence pour l'emploi de Cottbus

L'agence pour l'emploi de Cottbus est responsable de tout ce qui concerne le travail et la formation :

- Vous cherchez un emploi ?
- Vous avez besoin d'aide pour choisir une profession ?
- Vous souhaitez faire reconnaître vos diplômes ?
- Vous souhaitez suivre une formation professionnelle ?

Vos voies de contact avec l'agence pour l'emploi de Cottbus :

 [Offres en ligne, contact téléphonique et rendez-vous personnel](#)

Utilisez notre [recherche d'emploi numérique](#).

Aperçu général : Travailler en Allemagne

Travailler en Allemagne - Un premier aperçu

L'Allemagne a une économie forte et offre de nombreuses possibilités de travail. Vous trouverez ici un aperçu de ce que vous devez savoir à ce sujet.

A Cottbus, on a particulièrement besoin de personnes dans les domaines suivants :

- Santé publique : Personnel qualifié dans les soins ou le domaine médical
- L'artisanat : des métiers comme électricien, menuisier ou plombier
- Les services divers : Employés dans la vente, le tourisme et la gastronomie.

Permis de travail et visa

Les personnes originaires de l'UE peuvent travailler en Allemagne sans visa.

Vous ne venez pas de l'UE ? Dans ce cas, vous avez généralement besoin d'un visa ou d'un permis de travail pour travailler en Allemagne. Renseignez-vous au préalable auprès de l'ambassade ou du consulat allemand de votre pays d'origine.

Recherche d'emploi

En Allemagne, les offres d'emploi sont publiées. De nombreuses personnes y ont ainsi accès. Vous pouvez postuler à ces emplois. Parfois, la réponse de l'employeur prend plusieurs semaines.

Les bourses de l'emploi en ligne les plus populaires sont : StepStone, Indeed ou la [bourse de l'emploi de l'agence pour l'emploi](#).

Les réseaux comme LinkedIn ou les contacts personnels peuvent également aider. Les quotidiens ou les plateformes de médias sociaux proposent également souvent des emplois vacants.

Contrat de travail et conditions

Avant de commencer à travailler, vous recevez un contrat de travail. Le service des étrangers vérifie si un permis de travail peut être délivré.

Le contrat de travail contient toutes les informations importantes :

- combien d'argent vous gagnez
- combien d'heures vous devez travailler
- combien de jours de congé vous pouvez prendre
- combien de temps le contrat est valable
- quels délais doivent être respectés pour un licenciement.

Les entreprises doivent payer un salaire minimum légal. Les horaires de travail sont généralement de 35 à 40 heures par semaine, selon le secteur.

Assurance sociale et impôts

En Allemagne, il existe des assurances sociales. Ainsi, les personnes sont soutenues en cas de maladie ou de chômage. En font partie les assurances sociales :

- Assurance maladie
- Assurance pension
- Assurance chômage
- Assurance dépendance

Lorsque vous travaillez ici, vous payez automatiquement pour ces assurances. Une partie de votre salaire est prélevée à cet effet. Les impôts doivent également être payés. Pour cela, chaque travailleur reçoit un numéro d'identification fiscale de l'administration fiscale.

Culture et vie professionnelle

Sur le lieu de travail, les règles et la hiérarchie sont souvent claires. Il est important d'être ponctuel et de respecter les accords. C'est ainsi qu'une bonne collaboration peut s'instaurer. Le respect et la politesse vont de soi.

Conclusion

Travailler offre de nombreuses opportunités pour un bon avenir en Allemagne.

Le travail est important :

- pour gagner son propre argent
- pour une bonne intégration
- pour améliorer la langue

Trouver un emploi - conseils et aide

Il existe différents services à Cottbus qui vous aident à trouver un emploi.




💡 Si vous êtes en procédure d'asile et que vous avez un permis ou une tolérance, l'[agence pour l'emploi](#) vous aidera .

💡 Si vous avez un titre de séjour, c'est en général le [Jobcenter Cottbus](#) qui est compétent pour vous.

Il vous aide à trouver un emploi et une qualification en fonction de vos besoins individuels. Il vous soutient également dans l'orientation professionnelle ou la reconnaissance des diplômes. Vous trouverez ici de plus amples informations sur le conseil et le placement sur le marché du travail :

- [Bureau régional KAUSA du Brandebourg](#)
- [BIWAQ](#)
- [Bienvenue à Cottbus](#)

Il existe d'autres portails d'emploi sur Internet où l'on peut rechercher des postes vacants :

-  [Jobsuche bei der Agentur für Arbeit](#)
-  [StepStone](#)
-  [jobware](#)

Stage

Pour acquérir une première expérience et se familiariser avec le monde du travail, un stage est particulièrement adapté. Il s'agit d'une activité dans une entreprise ou un établissement pendant une période limitée.

Un stage offre la possibilité de découvrir un métier spécifique, d'acquérir de nouvelles connaissances ou d'avoir un aperçu pratique d'un domaine de travail particulier. Il convient donc particulièrement bien aux personnes qui débutent dans la vie professionnelle après l'école ou les études, ou à celles qui souhaitent changer de carrière.

Pendant le stage, vous recevez parfois de l'argent. Toutefois, ce n'est pas toujours le cas et cela dépend de

- du type
- de la durée
- du secteur d'activité du stage.

Tout comme pour un emploi régulier, les stagiaires ont toujours droit à un certificat et devraient le réclamer rapidement si nécessaire.

À quoi faut-il faire attention ?

Votre titre de séjour détermine si vous avez la possibilité d'effectuer un stage ou si vous devez obtenir l'accord préalable des autorités. Avant de commencer, parlez-en impérativement d'abord avec votre conseiller à l'[agence pour l'emploi](#) ou au [Jobcenter Cottbus](#) et renseignez-vous auprès du [service des étrangers](#).

💡 Si vous recevez des prestations en espèces du Jobcenter, vous devez déclarer votre stage. Un stage qui n'est pas déclaré et autorisé est en principe considéré comme du "travail au noir" et constitue un délit. Le fait qu'une rémunération soit versée ou non n'a aucune importance. Si une rémunération est versée, elle doit être déclarée comme revenu au Jobcenter communal.

Faites particulièrement attention à la durée d'un stage non rémunéré. Si la durée est longue, on peut soupçonner que le stage ne sert plus à déterminer l'aptitude ou à acquérir de nouvelles compétences sous la direction d'un professionnel, mais uniquement à fournir une main-d'œuvre gratuite. Il devient alors contraire aux bonnes mœurs (ce qu'on appelle un stage fictif).

Veillez noter que les stages non déclarés ne sont pas non plus couverts par une assurance accident.

Où trouver une place de stage ?

- demander à l'entreprise de votre choix
- demander à l'agence pour l'emploi ou au jobcenter
 - [Praktikum Lausitz](#) (pour les élèves)
 - [Agence pour l'emploi](#)
 - [Bourse de stages de l'IHK](#)

Reconnaissance des certificats

Reconnaissance des diplômes étrangers

Les certificats sont très importants en Allemagne. On les obtient à l'école. Ou pendant les études. Ou encore au travail. Dans la profession, ils sont appelés certificats de travail. Avec les certificats, vous prouvez ce que vous avez déjà appris et réalisé. Les certificats sont la condition préalable décisive pour obtenir un emploi. Vous avez également besoin d'un certificat pour être admis à l'école ou à l'université.

Vous avez déjà obtenu des certificats à l'étranger ? Faites évaluer ces certificats en Allemagne. On examine ce pour quoi vous êtes qualifié par vos certificats en Allemagne. Vos résultats sont en quelque sorte traduits. Il se peut que vous n'ayez plus vos diplômes. Dans ce cas, vous pouvez essayer de faire reconnaître votre expérience et vos compétences professionnelles par des tests.

Évaluation des certificats

Vous pouvez demander l'évaluation de vos certificats si vous avez fait des études. Elle s'applique à tous les diplômes qui ne sont pas réglementés. L'évaluation du certificat est facultative. L'évaluation du certificat transfère votre diplôme dans le système allemand. Cela aide les employeurs à comprendre quelles sont vos qualifications. Vous pouvez demander une évaluation du certificat auprès du [Centre pour l'enseignement à l'étranger](#) (ZAB).

Service de conseil spécialisé pour la reconnaissance

L'[Office scolaire national de Cottbus](#) est compétent pour la reconnaissance des diplômes scolaires et des qualifications professionnelles acquises dans le cadre scolaire.

L'[IHK Projektgesellschaft mbH Ostbrandenburg](#) propose un service de conseil en matière de reconnaissance et de qualification des diplômes professionnels. Vous pouvez y prendre rendez-vous et vous faire conseiller. Pour les personnes de Cottbus, c'est Mme Pussawee Kesornpate qui est compétente.

Études et sciences

Si vous souhaitez faire des études ou travailler dans le domaine scientifique, adressez-vous à l'Université technique brandebourgeoise de Cottbus-Senftenberg pour la reconnaissance de vos diplômes. Au [bureau des relations internationales](#) de cette université, vous pouvez vous faire conseiller sur les possibilités qui s'offrent à vous.

💡 Vous ne savez pas qui est le bon interlocuteur pour vous ? Renseignez-vous auprès du [Welcome Center de Cottbus](#).

Légalisation officielle de certificats

Vous avez un document. Par exemple, un certificat. Les autorités veulent savoir si ce document est authentique. Pour cela, vous devez le faire certifier officiellement. C'est également important pour l'inscription à l'université. Pour cela, toutes les copies des diplômes doivent être certifiées officiellement.

Tu trouveras de plus amples informations [sur cette page](#).

Attention !

Les actes, certificats ou diplômes professionnels étrangers ne peuvent être certifiés que s'ils sont accompagnés d'une traduction en langue allemande. La traduction doit être effectuée par un traducteur officiellement reconnu en Allemagne.

Immigration de main-d'œuvre qualifiée

Les bases de l'immigration de main-d'œuvre qualifiée

Il existe une loi en Allemagne. Cette loi vise à faciliter la venue de professionnels en Allemagne. Les professionnels ont soit une formation professionnelle, soit un diplôme universitaire. Cette loi s'appelle § 18a+b AufenthG. Les travailleurs qualifiés peuvent ainsi obtenir un permis de séjour en Allemagne. Avec ce permis de séjour, ils peuvent travailler en Allemagne dans n'importe quel emploi qualifié.

💡 Vous souhaitez obtenir la [carte bleue européenne](#)? Dans ce cas, votre nouveau métier doit correspondre à votre qualification. Cela signifie que vous ne pouvez travailler que dans un métier que vous avez appris.

🌐 Vous trouverez ces informations ainsi que d'autres sur la page [Make it in Germany](#).

🌐 Vous pouvez également y faire un [test rapide](#) sur vos possibilités !

Pour les professionnels

💡 **Définition du professionnel:** vous avez un diplôme universitaire ? Ou vous avez suivi une formation ? La formation a duré au moins deux ans ? Elle vous qualifie pour une profession ? Alors vous êtes un professionnel. Vous voulez être reconnu officiellement comme professionnel ? Alors vous devez en faire la demande. Vos qualifications doivent être reconnues en Allemagne par l'organisme compétent.

Recherche d'emploi

Entrée sur le marché du travail:

L'entrée sur le marché du travail est facilitée : en tant que travailleur qualifié, vous devez présenter trois choses. Vous devez avoir un contrat de travail. Vous devez avoir une offre d'emploi concrète. Et vous devez avoir une qualification reconnue en Allemagne. On ne vérifie plus s'il y a aussi une personne allemande pour le poste. L'Agence fédérale pour l'emploi continue de vérifier les conditions de travail.

Les professionnels diplômés de l'enseignement supérieur:

Les professionnels diplômés de l'enseignement supérieur peuvent travailler dans n'importe quelle profession qualifiée. En d'autres termes, les professionnels doivent travailler dans un métier qui nécessite une formation/des études. Pour obtenir une carte bleue européenne, vous devez avoir un travail qui correspond à vos qualifications.

Professionnels avec une formation professionnelle:

Les professionnels avec une formation professionnelle peuvent travailler dans n'importe quelle profession qualifiée. Cela signifie que les professionnels doivent travailler dans une profession qui requiert une formation/des études.

Règles d'entrée

L'entrée pour la recherche d'un emploi:

Les professionnels ayant une formation professionnelle peuvent entrer en Allemagne. Vous pouvez entrer en Allemagne pour y trouver un emploi. Ils obtiennent un permis de séjour d'une durée maximale de six mois. Pour cela, leur qualification doit être reconnue en Allemagne. Leur subsistance pendant le séjour doit être assurée. Vous devez déjà parler suffisamment bien l'allemand pour pouvoir travailler dans votre profession. Normalement, les connaissances en allemand doivent être de niveau B1 ou supérieur. Vous souhaitez d'abord essayer un travail ? Vous pouvez alors travailler jusqu'à 10 heures par semaine. Vous pourrez ainsi voir si le travail vous plaît. Votre employeur peut faire votre connaissance. Les professionnels disposant d'une formation académique reconnue peuvent également faire un essai. Vous trouverez de plus amples informations sur [Make-It-In-Germany](#).

Séjour pour des mesures de qualification:

Vous obtenez plus de possibilités pour que vous puissiez vous qualifier en Allemagne. Vous avez essayé de faire reconnaître vos qualifications ? L'administration a constaté des problèmes ? Vos qualifications ne correspondent pas à celles de l'Allemagne ? Alors vous avez besoin de connaissances suffisantes en allemand. Il s'agit de connaissances de niveau A2. Vous pouvez alors demander un visa. Avec ce visa, vous pouvez venir en Allemagne pour 18 mois. Pendant cette période, vous pouvez acquérir des qualifications. Les autorités peuvent prolonger le visa une fois de 6 mois. Ensuite, vous pouvez demander un autre visa. Par exemple pour une formation. Ou pour des études. Ou pour un travail. Pour plus d'informations, consultez [Make-It-In-Germany](#).

Permis d'établissement pour les professionnels étrangers:

Les spécialistes étrangers peuvent obtenir un permis d'établissement en Allemagne après seulement quatre ans. Vous trouverez de plus amples informations [ici](#). Il existe parfois des conditions différentes pour les spécialistes et les titulaires de la carte bleue européenne.

Pour les employeurs

L'Agence fédérale pour l'emploi soutient les employeurs dans leur recherche de main-d'œuvre et de personnel qualifié à l'étranger. Le service pour les employeurs est bien interconnecté en Europe. Découvrez également ici ce à quoi vous devez faire attention lors de l'embauche.

Vous trouverez ici [des informations essentielles...](#)


Arbeitgeber-Service

 [Bahnhofstraße 10, 03046 Cottbus - Chósebus](#)

 [+49 \(0\) 8004555520](tel:+49(0)8004555520)

 <https://www.arbeitsagentur.de/unternehmen/fachkraefte-ausland>

Pour toute question concernant le permis de travail, adressez-vous au service des étrangers.

 [Karl-Marx-Straße 67, 03044 Cottbus](#)

 [@auslaenderbehoerde@cottbus.de](mailto:auslaenderbehoerde@cottbus.de)

 [+493556123390](tel:+493556123390)

 <https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschäftsbereich-iii-personal-service-or...>

Carte bleue européenne

La carte bleue européenne (EU Blue Card) est un titre de séjour pour les personnes diplômées de l'enseignement supérieur qui ne sont pas originaires de l'UE et qui souhaitent travailler en Allemagne. Pour cela, il faut un diplôme universitaire et un contrat de travail avec un certain salaire minimum.

- Pour les métiers en tension et les débutants : au moins 45.934,20 € par an (2026).
- Pour toutes les autres professions : au moins 50 700 € par an (2026).

Qui peut obtenir la carte bleue européenne ?

Vous avez un diplôme universitaire reconnu ?

Si vous avez étudié à l'étranger, le diplôme doit être reconnu ou équivalent en Allemagne.

Conseil : sur le site internet "[anabin](#)", vous pouvez vérifier si votre diplôme est reconnu.

Vous n'avez pas de diplôme universitaire ?

Dans ce cas, vous avez besoin d'une formation après la fin de votre scolarité qui a duré au moins trois ans. Celle-ci doit correspondre au moins au niveau 6 du système éducatif allemand ou européen - par exemple comme maître/maîtresse ou éducateur/éducatrice.

Contrat de travail ou offre d'emploi ferme en Allemagne :

- Le travail doit durer au moins six mois.
- Le travail doit correspondre à votre diplôme.
- Le salaire doit être d'au moins 50 700 € par an (2026).

Pour les métiers en tension, un salaire de 45.934,20 € (2026) est également suffisant si l'Agence fédérale pour l'emploi donne son accord. Tu trouveras une liste de ces professions [ici](#).

Cas particulier des débutants dans la profession

Si votre diplôme date de moins de trois ans, vous pouvez obtenir la carte bleue européenne avec un salaire de 45.934,20 € (2026), quelle que soit la profession. Là encore, il faut l'accord de l'Agence fédérale pour l'emploi.

Cas particulier des informaticiens sans formation

Vous êtes informaticien ou responsable informatique et vous n'avez pas de diplôme officiel ? Alors vous pouvez quand même obtenir la carte bleue européenne si :

- vous avez une offre d'emploi concrète dans l'informatique en Allemagne (au moins 6 mois).
- vous gagnez au moins 45.934,20 € par an (2026).
- vous avez eu au moins 3 ans d'expérience professionnelle de haut niveau dans l'informatique au cours des 7 dernières années.

Perspectives avec la carte bleue européenne

La carte bleue européenne est valable aussi longtemps que votre contrat de travail plus trois mois - quatre ans maximum. Elle peut être prolongée. Après 27 mois de travail en Allemagne, vous pouvez demander un permis de séjour permanent. Si vous parlez allemand au niveau B1, cela est possible après 21 mois. Vous pouvez quitter l'Allemagne avec les membres de votre famille pour une durée maximale de 12 mois sans que votre carte bleue européenne ne soit invalidée. Après un an avec la carte bleue européenne, vous pouvez également déménager dans un autre pays de l'UE (sauf l'Irlande et le Danemark) et y demander une nouvelle carte bleue dans un délai d'un mois.

Vous avez une carte bleue européenne et vous souhaitez changer de travail ?

C'est tout à fait possible. Vous pouvez travailler pour un nouvel employeur avec votre carte bleue en cours de validité. Important : si vous changez de travail au cours de la première année, vous devez en informer le service des étrangers. L'autorité vérifie alors si vous remplissez toujours toutes les conditions avec le nouveau job. Si ce n'est pas le cas, vous obtiendrez peut-être un autre permis de séjour.

Pour la formation et les études

Entrée en vue de trouver une place d'apprentissage :

Vous souhaitez suivre une formation ? Alors vous pouvez entrer en Allemagne pour chercher une place d'apprentissage. Vous devez avoir des connaissances en allemand de niveau B2. Vous devez également avoir un diplôme de fin d'études qui vous donne accès à l'enseignement supérieur. Vous ne devez pas avoir plus de 25 ans. Vous devez pouvoir financer vous-même votre vie en Allemagne.

Possibilités de changement élargies pour les étudiants internationaux en Allemagne

Les étudiants internationaux peuvent obtenir un nouveau permis de séjour avant d'avoir terminé leurs études. Par exemple : vous voulez apprendre un métier après vos études. Vous obtiendrez alors un permis de séjour. La nouvelle loi sur les travailleurs qualifiés facilite ce changement : vous êtes étudiant(e) ? Et vous voulez avoir un emploi ? Alors vous pouvez prendre un emploi. Pour cela, vous devez remplir des conditions particulières. L'Agence fédérale pour l'emploi pose ces conditions. Si tout est vérifié, vous recevrez un nouveau permis de séjour.

Permis d'établissement pour les diplômés d'une formation en Allemagne

Grâce à la nouvelle loi, les diplômés étrangers ayant suivi une formation professionnelle en Allemagne peuvent, tout comme les diplômés de l'enseignement supérieur, obtenir un permis d'établissement au bout de deux ans seulement.

💡 **Cours d'allemand** pour se préparer à la formation : vous avez le visa adéquat ? Vous pouvez alors suivre un cours d'allemand. Ce cours d'allemand vous préparera à la formation.

Indépendance

Qui peut se mettre à son compte en Allemagne ?

Vous pouvez exercer une activité professionnelle en Allemagne, sauf si :

- Vous êtes encore dans une procédure de reconnaissance de l'asile.
- Votre demande d'asile a été rejetée.
- Vous disposez d'une autorisation de séjour (Duldung).

Sinon, vous avez la possibilité de créer une entreprise en Allemagne.

De plus amples informations sont disponibles en plusieurs langues :

-  [Existenzgründerportal](#)
-  [Page d'accueil du service IQ pour l'économie des migrants](#)

Statut de séjour

Citoyens de l'UE et personnes avec autorisation de séjour

💡 Vous venez de l'**UE**? Vous habitez maintenant en Allemagne ? Et vous voulez travailler ? Vous pouvez le faire sans problème. En tant que citoyen(ne) de l'UE, chacun(e) peut travailler en Allemagne. Sans aucune restriction.

💡 Si vous avez été **reconnu** par le BAMF comme une personne ayant droit à l'asile, réfugiée ou bénéficiant d'une protection subsidiaire, le service des étrangers vous délivre un permis de

séjour. Celui-ci vous autorise à exercer toute activité professionnelle et vous donne ainsi un accès complet au marché du travail.

 [Karl-Marx-Straße 67, 03044 Cottbus](#)

 @auslaenderbehoerde@cottbus.de

 [+493556123390](tel:+493556123390)


 <https://cottbus.de/verwaltungsstruktur/geschäftsbereich-iii-personal-service-or...>

Demandeurs d'asile ou personnes tolérées


Vous avez fui en Allemagne ? Votre statut de séjour est alors important. C'est lui qui détermine si vous avez le droit de travailler. Nous expliquons ci-dessous les différences. Vous trouverez également ci-dessous les services de conseil correspondants.


Demandeurs d'asile avec attestation d'arrivée ou autorisation de séjour :

Vous souhaitez travailler ? Le service des étrangers peut vous y autoriser. Vous devez y déposer une demande. L'Agence fédérale pour l'emploi (BA) doit donner son accord. Pour que l'autorité puisse prendre sa décision, vous devez respecter les règles suivantes.

 Vous habitez dans un établissement de premier accueil (EAE) ? Dans ce cas, les règles suivantes s'appliquent :

- Interdiction de travailler pendant 9 mois (6 mois si vous avez des enfants mineurs) à partir de votre arrivée.
- Ensuite, vous pouvez normalement travailler. Faites une demande auprès de votre service des étrangers.
- L'OF vérifie alors les conditions de travail.

 Votre demande d'asile a été rejetée comme manifestement infondée ou irrecevable ? Dans ce cas, vous n'avez pas le droit de travailler.

 Vous vivez dans votre propre logement ou chez de la famille ? Dans ce cas, les règles suivantes s'appliquent :

- Interdiction de travailler pendant 3 mois à partir de l'entrée sur le territoire.
- Ensuite, vous pouvez normalement travailler. Faites une demande auprès de votre service des étrangers.
- Le BA vérifie alors les conditions de travail.

Demandeurs d'asile en provenance de pays d'origine sûrs

Vous venez d'un pays d'origine sûr ? Il s'agit de l'Albanie, de la Bosnie-Herzégovine, de la Géorgie, du Ghana, du Kosovo, de la Macédoine du Nord, du Monténégro, de la République de Moldavie, du Sénégal et de la Serbie. Vous avez déposé votre demande d'asile après le 31.08.2015 ? Dans ce cas, vous n'avez pas le droit de travailler.

Personnes tolérées

C'est toujours le [service des étrangers](#) qui décide si vous avez le droit de travailler. Vous devez donc introduire une demande auprès du service des étrangers. Le service des étrangers peut vous imposer une interdiction générale de travailler. Il y a certaines règles que vous devez respecter.

💡 Les personnes titulaires d'une autorisation de séjour pour cause d'identité non clarifiée (§ 60b AufenthG) ont toujours l'interdiction de travailler.

📍 Vous habitez dans un centre de premier accueil (EAE) ? Dans ce cas, les règles suivantes s'appliquent :

- 6 mois d'interdiction de travailler
- Votre tolérance dure déjà depuis 6 mois ? C'est alors le service des étrangers qui décide si vous pouvez travailler. Faites une demande auprès de votre administration.
- L'Agence fédérale pour l'emploi examine les conditions de travail.

📍 Vous vivez dans votre propre appartement ou chez de la famille ? Dans ce cas, les règles suivantes s'appliquent :

- 3 mois d'interdiction de travailler
- Votre tolérance dure déjà 3 mois ? C'est alors le service des étrangers qui décide si vous pouvez travailler. Faites une demande auprès de votre administration.
- L'Agence fédérale pour l'emploi examine les conditions de travail.

Important !

💡 D'autres règles s'appliquent au [travail indépendant](#)! La condition préalable aux demandes susmentionnées est TOUJOURS une offre d'emploi concrète.

Contrat de travail

Toute personne qui commence à travailler reçoit un contrat de travail. Celui-ci règle les principales conditions de votre travail. Il y est indiqué quand vous travaillez. Combien de congés vous obtenez. Il y est convenu du montant de votre salaire. Les deux parties - l'employé et l'employeur - doivent respecter ces accords. Le contrat devient juridiquement contraignant lorsque vous le signez. Ne le signez que lorsque vous en avez compris tout le contenu.

Types de contrats :

Contrat de travail à durée indéterminée

Il y a généralement une période d'essai de trois ou six mois. Pendant cette période, un contrat de travail peut être résilié dans un délai de deux semaines. L'employeur peut résilier le contrat. En tant que travailleur, vous pouvez également démissionner. Une fois la période d'essai terminée, un contrat de travail fixe commence. La protection contre le licenciement est plus longue. Le temps de travail est normalement de 40 heures maximum par semaine.

Contrat de travail à durée déterminée

Le contrat de travail prend fin à la date convenue, sans qu'il soit nécessaire de le résilier.

Minijob

Le gain mensuel maximal est de 556 € et n'est pas imposable.

Le droit du travail :

Il existe de nombreuses lois qui régissent et garantissent les droits des travailleurs en Allemagne. Il s'agit par exemple de :

- la réglementation du temps de travail
- le salaire minimum
- droit aux vacances
- Protection contre le licenciement
- Représentation des intérêts sur le lieu de travail (comité d'entreprise)
- réglementation du travail des syndicats
- et quelques autres

Impôts et cotisations sociales :

Chaque salarié(e) en Allemagne paie une partie de son salaire sous forme d'impôts. L'État fédéral, les Länder et les communes financent ainsi leurs dépenses. Les employeurs, quant à eux, sont tenus de payer des cotisations sociales pour leurs employés. Ces cotisations sociales financent le système social en Allemagne. Ce système garantit que vous recevrez de l'argent de l'État si vous n'avez pas de travail.

Numéro d'identification fiscale :

Le numéro d'identification fiscale est un numéro à 11 chiffres qui sert à payer l'impôt sur le revenu. Ce numéro est valable toute votre vie. Grâce à ce numéro, l'administration peut toujours vous identifier. Votre lieu de travail a besoin de ce numéro. Vous n'avez pas ce numéro dans vos dossiers ? Vous pouvez l'obtenir personnellement auprès du service d'enregistrement. Ou auprès de l'[Office central fédéral des impôts](#).

Numéro de sécurité sociale :

Pour un emploi, il faut un numéro de sécurité sociale. Celui-ci s'obtient auprès de sa caisse d'assurance maladie (par exemple AOK, DAK).

Travail illégal :

Vous avez un travail qui est rémunéré. Mais ce travail n'est pas déclaré au fisc et à la caisse de maladie. Vous ne payez donc pas d'impôts ni de cotisations sociales. Il s'agit d'un **travail illégal**. Vous risquez des amendes et des peines de prison ! Vous recevez des prestations sociales ou des allocations de chômage ? Mais vous travaillez quand même ? Vous ne l'avez pas dit aux services sociaux, à l'agence pour l'emploi ou au Jobcenter ? C'est également **illégal**. Vous percevez indûment des prestations de l'État alors que vous exercez un travail rémunéré.

Candidature et entretiens d'embauche

Vous souhaitez commencer une formation ou travailler en Allemagne ? Dans ce cas, vous devez postuler par écrit.

De nombreuses entreprises publient des offres d'emploi. Soit dans le journal, soit sur Internet. L'entreprise cherche donc de nouveaux collaborateurs. L'offre d'emploi indique de quel type de travail ou de formation il s'agit. On y trouve également les attentes de l'entreprise vis-à-vis du nouveau collaborateur ou de la nouvelle collaboratrice. Vous y trouverez des informations sur le lieu et la manière de postuler.

Vous avez été invité à un entretien d'embauche ? Dans ce cas, l'entreprise s'intéresse à vous. Vous pouvez vous présenter à l'entretien. Prévoyez suffisamment de temps pour vous rendre au rendez-vous. Arrivez impérativement à l'heure au rendez-vous. Le mieux est de vous préparer en détail à l'avance à l'entretien. Vous pouvez également recueillir des informations importantes sur l'entreprise. Visitez le site web et lisez l'histoire de l'entreprise. Informez-vous sur les produits ou les services. Vous voulez montrer votre intérêt pour le travail ? Alors, posez des questions pendant le rendez-vous. Vous montrerez ainsi que vous vous êtes renseigné. Vous montrez que vous êtes motivé.

Une candidature se compose généralement de trois parties :

Lettre de motivation : Dans votre lettre de motivation personnelle, vous vous présentez brièvement. Vous expliquez pourquoi vous êtes fait pour le poste vacant. Décrivez par exemple les expériences que vous avez déjà faites dans votre pays d'origine. Informez-vous sur l'entreprise et décrivez les raisons pour lesquelles vous souhaitez y travailler. Votre lettre de motivation doit tenir sur une page. Signez votre lettre de motivation. Il existe de nombreux modèles et aides sur Internet. Il est important de ne pas simplement reprendre quelque chose. Votre lettre de motivation doit être adaptée à vous et au poste.

Le curriculum vitae : Le CV énumère l'ensemble de vos expériences. Il est structuré comme un grand tableau. Écrivez de quand à quand vous avez travaillé dans quelle entreprise. Écrivez où vous avez fait votre formation ou vos études. Écrivez où vous êtes allé à l'école et quel diplôme vous avez obtenu. Vous n'êtes pas obligé d'insérer une photo dans votre CV, mais de nombreuses entreprises apprécient que vous le fassiez. Vous pouvez faire rédiger votre CV sur le [site web d'Europass](#). Le site existe dans de très nombreuses langues. Vous indiquez vos coordonnées. Vous écrivez vos expériences. A la fin, vous obtenez un CV. Dans chaque pays, les CV se présentent différemment. Il est important que vous utilisiez le format utilisé en Allemagne. Vous pouvez choisir ce format sur Europass.

Certificats et attestations : Il est important d'envoyer des copies de vos diplômes (pas d'originaux !). Les certificats sont votre diplôme de fin d'études secondaires, votre diplôme de fin d'études universitaires et vos certificats de travail antérieurs. Les diplômes doivent être en allemand ou en anglais, sinon ils doivent être traduits. Vous devriez également envoyer des preuves de stages, de formations continues pertinentes pour le travail ou des certificats de vos cours d'allemand.

💡 L'offre d'emploi indique comment postuler. Lisez-la attentivement, s'il vous plaît.

Par écrit : achetez un beau dossier de candidature et mettez-y votre lettre de motivation, votre CV et vos diplômes. Envoyez ensuite votre candidature à l'adresse mentionnée dans l'offre d'emploi.

Courrier électronique : De nombreuses candidatures sont désormais envoyées par e-mail. Réunissez votre lettre de motivation, votre CV et vos diplômes dans un fichier PDF et envoyez-le

en pièce jointe à l'e-mail. Dans l'e-mail, écrivez également un court texte à l'attention de la personne qui recevra votre candidature.

En ligne : Les grandes entreprises ont leur propre site web sur lequel vous devez postuler. Vous devez vous y inscrire avec votre adresse e-mail et vous pouvez ensuite y envoyer votre candidature.

🌐 Vous trouverez des conseils utiles pour votre candidature sur [Planet Beruf](#).

🌐 [Europass](#) est un portail en ligne multilingue (plus de 20 langues) qui aide les migrants à rendre leurs compétences et leurs connaissances visibles. Il offre la possibilité de créer gratuitement un passeport de langues ou un CV (voir ci-dessus) à l'aide d'un outil en ligne. Vous trouverez également sur Europass des conseils importants pour bien postuler.

🌐 Sur [candidature.net](#), [StepStone](#) et [Lebenslauf2go](#), vous pouvez faire établir gratuitement un CV et une lettre de motivation. Vous pouvez également importer en partie vos données de Xing ou LinkedIn. Il est également possible d'écrire ses propres textes dans le modèle ou d'importer des fichiers.

🌐 Vous trouverez des informations et des modèles de lettres de motivation sous : [Bewerbung2go](#), [BewerbungsWissen](#), [Bible de la carrière](#).

Exercices linguistiques

🌐 Sur le [portail d'apprentissage de la VHS "Ich will Deutsch lernen"](#) et sur le site du [Goethe-Institut "Deutsch für dich"](#), vous trouverez des exercices sur le thème de la candidature et du monde du travail en général. Vous apprendrez ainsi quelque chose sur le monde du travail et améliorerez vos connaissances en allemand.

Bénévolat

Les personnes qui s'engagent gratuitement pour d'autres personnes ou pour une cause travaillent bénévolement. Ces personnes s'engagent volontairement pendant leur temps libre, sans être rémunérées. On parle aussi de bénévolat. Le bénévolat est le ciment de la société. Il crée de la confiance et de la solidarité. Il renforce le sens des responsabilités vis-à-vis de la société.

Le bénévolat dans la ville de Cottbus est une situation gagnant-gagnant. Le bénévolat peut faire bouger les choses. Il offre un accomplissement à la main qui aide et crée un bénéfice pour d'autres de cette aide.

Ce sont des possibilités de s'engager :

- aider les personnes âgées
- soutenir les personnes handicapées
- aider des voisins
- être actif dans la protection de la nature
- aider d'autres réfugiés en tant que médiateur linguistique
- travailler dans un club de sport
- aider dans un refuge pour animaux
- et bien d'autres choses encore.

Vous souhaitez vous engager bénévolement ? Voici quelques possibilités

:

- L'[initiative de bénévolat de la ville de Cottbus](#) (Ehrenamtsinitiative Cottbus) cherche toujours de nouveaux héros du quotidien dans différents domaines.
- L'[agence du bénévolat de Cottbus](#) (Freiwilligenagentur Cottbus) dispose d'une [base de données d'offres](#). (Angebotsdatenbank)
- Un travail bénévole auprès des [Maltesern in Cottbus](#) peut être demandé [via le formulaire](#) (Formular).
- [Wir sind Paten](#) a un [bureau à Cottbus](#) et met en contact des personnes qui ont besoin d'aide et qui veulent aider.
- Le [Geflüchteten-Netzwerk Cottbus](#) (Geflüchten Netzwerk Cottbus) s'engage pour les réfugiés et les migrants dans et autour de Cottbus.

D'autres possibilités sont le Freiwillige Soziale Jahr (FSJ) et le Bundesfreiwilligendienst (BFD).

Le FSJ et le "BFD u27" sont des années de formation et d'orientation pour les jeunes de 16 à 27 ans. Les jeunes doivent déjà avoir terminé leurs études. On peut s'engager socialement et faire quelque chose pour les autres et la société. Dans le programme "BFD 27+", on trouve aussi de nouvelles perspectives.

Les personnes intéressées par les [services volontaires](#) peuvent prendre contact avec Caritas . Le site Caritas conseille et procure également des postes.

Vous pouvez aider. Le bénévolat fait plaisir.

Santé

Généralités sur la santé

Vous souffrez d'une maladie aiguë ? Vous souffrez de douleurs ? En Allemagne, vous avez droit à des soins médicaux de base. Certains vaccins sont recommandés par l'État. Vous pouvez recevoir ces vaccins. Certains examens sont recommandés. Ils sont destinés à prévenir les maladies. Vous pouvez faire ces examens. Certains examens sont très importants pour votre santé. Vous pouvez les obtenir gratuitement auprès des médecins. Consultez un médecin si :

- vous êtes atteint d'une maladie aiguë ou vous avez des douleurs
- vous êtes enceinte
- vous êtes malade de façon chronique. Vous souffrez par exemple de diabète, d'épilepsie ou de maladies psychiques.

💡 Vous avez encore des médicaments ? Alternativement, vous avez la notice d'emballage de vos médicaments ? Apportez-les lors de votre visite chez le médecin.
Vous avez déjà consulté un médecin ou avez été hospitalisé pour votre maladie ? Apportez également le rapport médical.

👤 Vous avez un titre de séjour ? Vous devez alors vous inscrire auprès d'une caisse d'assurance maladie régulière. Vous y recevrez une carte d'assuré. Celle-ci vous donne droit aux prestations

des médecins. Tout comme tous les citoyens et citoyennes d'Allemagne.

Assurance maladie

En Allemagne, vous avez l'obligation de vous assurer (Versicherungspflicht). Vous avez un titre de séjour (Aufenthaltstitel) ? Dans ce cas, vous devez vous inscrire auprès d'une caisse d'assurance maladie régulière (Krankenkasse). Vous y recevrez une carte d'assuré. Vous bénéficierez ainsi des mêmes prestations que toute personne en Allemagne.

Vous avez une maladie aiguë à l'étranger ? Vous recevez également les soins de base dans de nombreux cabinets médicaux et hôpitaux à l'étranger. Vous obtiendrez des informations auprès de votre caisse d'assurance maladie.

Vous pouvez choisir un médecin généraliste (médecin de famille) de votre choix. Vous avez besoin d'un traitement par un médecin spécialiste ? Votre médecin de famille vous enverra une lettre de recommandation.

💡 Vous allez à l'hôpital ? Vous allez chez un(e) thérapeute ? Vous allez chez un(e) médecin ? Dans ce cas, prenez votre carte d'assuré(e) avec vous.

Versichertenkarte

La carte d'assuré(e) est très importante. Elle vous permet de vous rendre chez le/la médecin. Le travail des médecins est payé par votre assurance. La carte est aussi votre assurance dans toute l'Europe. Elle s'appelle European Health Insurance Card (EHIC) (European Health Insurance Card (EHIC)). Elle vous permet également de consulter un(e) médecin dans tous les pays de l'UE.

💡 Vous partez en voyage dans un pays hors de l'UE ? Dans ce cas, vous devriez souscrire une assurance supplémentaire. Une assurance pour l'étranger vous protège pendant votre voyage. Elle s'appelle l'assurance maladie à l'étranger.

Vous souhaitez comprendre le système de santé allemand ? Vous trouverez des informations sur ce [site](#) . Ces informations sont disponibles en allemand et en anglais.

🌐 Vous trouverez [ici](#) toutes les informations importantes sur l'assurance maladie (lire le chapitre 1). Le guide explique le système de santé allemand. Il existe également dans [d'autres langues](#): Le "Ratgeber Gesundheit für Asylsuchende in Deutschland" et le "Wegweiser Gesundheit für Alle" sont importants.

👥 En tant que réfugié(e)s et demandeur(euse)s d'asile, vous n'êtes pas encore assuré(e)s contre la maladie. Vous avez besoin d'un certificat médical. Vous pouvez ainsi vous rendre chez le médecin. Vous pouvez obtenir ces certificats auprès de l'[Office des affaires sociales et de la participation](#).

Visite chez le médecin

Médecins de famille et spécialistes

Vous êtes malade ? Consultez votre médecin de famille. Vous pouvez choisir vous-même votre médecin de famille. Les médecins de famille fixent eux-mêmes les heures d'ouverture. Votre médecin de famille doit vous aider ? Prenez rendez-vous.

Les médecins de famille effectuent des examens importants. Ils sont votre premier point de contact en cas de maladie. Ils décident des médicaments nécessaires. Ils décident si un examen médical spécialisé est nécessaire.

Si nécessaire, votre médecin de famille vous adresse à un spécialiste. Ceux-ci peuvent effectuer des examens spéciaux.

Service de rendez-vous du 116117

Vous êtes assuré(e) par la sécurité sociale et vous cherchez un rendez-vous chez un médecin ou un psychothérapeute établi ? Le [service de rendez-vous du 116117](#) vous permet de prendre rendez-vous rapidement et facilement, 24 heures sur 24.

Policlinique CTK (MVZ)

La policlinique CTK est l'un des plus grands centres de soins médicaux de Lusace. Avec plus de 40 cabinets dans 17 spécialités différentes et environ 180 collaborateurs sur 7 sites différents, les patients de Lusace bénéficient de soins ambulatoires de très haut niveau. [Vous trouverez ici](#) un aperçu des cabinets médicaux.

Si le cabinet est fermé, le service médical de garde (☎ [116117](#)) apporte son aide.

📍 Vous pouvez chercher [ici](#) des cabinets de garde. Ce sont des médecins qui peuvent aussi aider en dehors des heures d'ouverture.

Pédiatres

Les pédiatres examinent les enfants. Il existe des examens obligatoires pour les enfants. Ceux-ci sont importants pour la santé de votre enfant. Ils visent à prévenir les maladies chez les enfants. Les enfants doivent également être vaccinés. Les vaccins sont importants. Ils empêchent les enfants de contracter certaines maladies. Les examens obligatoires sont appelés "examens de santé" ("U-Untersuchungen"). Ils ont toujours lieu à un moment précis. Ils sont gratuits. Veuillez vous renseigner auprès d'un(e) pédiatre.

Les dentistes

Si vous avez mal aux dents, consultez un(e) dentiste.

Gynécologues (gynécologues)

Il est important qu'un(e) gynécologue examine régulièrement les femmes. Les médecins peuvent ainsi détecter les maladies suffisamment tôt. C'est ce qu'on appelle les examens préventifs. Vous pouvez également y aborder le thème de la contraception.

👥 Vous cherchez l'asile ? Vous êtes malade ? Vous devez consulter un médecin ? Dans ce cas, vous recevrez de l'[Service social](#) un ticket pour le traitement. Avec celui-ci, la visite chez le médecin est gratuite pour vous.

📍 [Cottbus- Amt für Soziales und Teilhabe - Conseil social pour les réfugiés et les prestations pour demandeurs d'asile](#)

👤 Vous avez besoin d'une intervention chirurgicale ? Ce n'est pas une urgence ? Dans ce cas, [Service social](#) doivent autoriser le séjour à l'hôpital. Demandez l'autorisation avant de vous rendre à l'hôpital. Votre médecin vous délivrera un certificat à cet effet. L'[Service social](#) ne prend en charge que les interventions médicalement nécessaires.

Médicaments et pharmacies

Vous avez besoin de médicaments ? Alors, allez voir votre médecin. Il vous donnera une ordonnance (Rezept). Vous pouvez obtenir vos médicaments avec cette ordonnance dans n'importe quelle pharmacie. En règle générale, les pharmacies sont 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.

Recherche des services d'urgence des pharmacies

🌐 www.aponet.de

👤 En tant que demandeur d'asile, vous pouvez obtenir de nombreux médicaments sans payer de supplément. Renseignez-vous donc auprès de votre médecin. Si vous n'avez pas d'ordonnance, vous devrez toujours payer vos médicaments.

[Service de garde](#)

Si vous avez besoin de médicaments en urgence la nuit ou le week-end, vous trouverez sur chaque pharmacie un panneau indiquant le nom et l'adresse de la pharmacie ouverte pour le service de garde. Vous trouverez également cette information sur [Internet](#).

Numéros d'urgence - SOS

Une urgence est une menace aiguë pour la santé. Vous avez une urgence ? Alors appelez un médecin d'urgence.

Contacts d'urgence

Police 📞 [110](#)

Pompiers, service de secours 📞 [112](#)

Ambulance, médecin d'urgence 📞 [112](#)

💡 Les numéros d'urgence des téléphones portables fonctionnent toujours. Vous n'avez pas de crédit sur votre portable ? Le numéro fonctionne quand même !

Informations importantes lors d'un appel d'urgence

- **Qui** appelle (votre nom) ?
- **Où** s'est-il passé quelque chose (adresse) ?
- **Que** s'est-il passé ?
- **Combien** y a-t-il de blessés ou de malades ?
- **De quel type** de maladie ou de blessure s'agit-il ?
- **Attendez** les questions !

Gardez votre calme. Parlez lentement et clairement. Vous serez ainsi mieux compris. Ne mettez pas fin à la conversation. Toutes les informations importantes ont été transmises ? Le service d'urgence / la police met fin à la conversation.

💡 Vous allez à l'hôpital ? N'oubliez pas votre carte d'identité ou votre certificat d'arrivée. Vous êtes inscrit auprès d'une caisse d'assurance maladie ? Apportez également votre carte d'assuré.

👤 En tant que demandeur d'asile, vous ne pouvez vous rendre à l'hôpital sans feuille de soins qu'en cas d'urgence. À l'hôpital, vous devez montrer votre attestation d'arrivée. L'hôpital voit alors que vous êtes demandeur d'asile. Les frais sont payés par les services sociaux.

Services de conseil et d'aide

Le [service de santé publique de Cottbus](#) conseille tout le monde sur les questions de santé.

Service de santé pour enfants et adolescents

Le service de santé pour enfants et adolescents s'adresse aux enfants et aux adolescents. On peut par exemple s'y informer sur les examens préventifs et les vaccinations. Les mères et les pères y trouvent de l'aide lorsque l'enfant est malade ou a besoin de soutien.

🌐 [Service de santé pour enfants et adolescents](#)

Service de consultation pour les patients oncologiques, les malades chroniques et les personnes handicapées

Si vous ou quelqu'un de votre famille est durablement malade, les collaborateurs du service de consultation vous aident. Ils vous aident à remplir des formulaires, à contacter des services de soins et des caisses d'assurance maladie. Si nécessaire, les collaborateurs se rendent également à votre domicile.

🌐 [Service de consultation pour les personnes atteintes de maladies chroniques et les personnes handicapées](#)

Service de psychiatrie sociale

En cas de problèmes psychiques ou de crise, le service socio-psychiatrique apporte son aide. Des travailleurs sociaux y travaillent. Ils vous aident à remplir des formulaires et vous accompagnent dans les administrations.

🌐 [Service de psychiatrie sociale](#)

Ligne d'aide contre la violence envers les femmes



Le service téléphonique d'aide contre la violence envers les femmes conseille les femmes concernées dans toute l'Allemagne.

 [08000116016](tel:08000116016)

 www.hilfetelefon.de

Les conseillères donnent des conseils sur toutes les formes de violence envers les femmes. Vous avez besoin d'aide à votre domicile ? Les conseillères vous mettent alors en contact avec les institutions locales appropriées. Une consultation en ligne est également possible via le site web. Les entretiens sont confidentiels. Vous souhaitez rester anonyme ? Ce n'est pas un problème. Vous ne devez pas donner d'informations personnelles au téléphone. C'est également valable sur le site web. Si vous avez des problèmes d'audition, vous pouvez réserver un service d'interprétation via le site web. Cela ne vous coûtera rien. La conversation avec les conseillères est traduite en langue des signes allemande. Il est également possible de traduire en langue écrite. Grâce aux interprètes, il est possible d'obtenir des conseils dans de nombreuses langues :

- Albanais
- Arabe
- Bulgare
- Chinois
- Anglais
- Français
- Italien
- Farsi/Dari
- Kurmandji
- Polonais
- Portugais
- Roumain
- Russe
- Espagnol
- Turc
- Ukrainien
- Vietnamien

centre psychosocial Caritas

Centre psychosocial pour les personnes en fuite et les migrants


Le centre psychosocial de Caritas est un service de consultation pour les réfugiés et les migrants. Les enfants, les jeunes et les adultes peuvent y trouver de l'aide. Si l'on ne se sent pas bien psychiquement, on peut s'adresser ici. Nous conseillons dans notre bureau, par téléphone, [en ligne](#) et dans les districts autour de Cottbus sur les thèmes suivants :

- expertises, thérapies, conseil social
- plans de crise
- groupes d'entraide
- thérapie par le traumatisme
- Groupes de soins aigus
- Traitement ultérieur
- Prises de position sur des questions relatives au droit d'asile et au droit de séjour ainsi que


sur des questions de droit social
- Aide à l'orientation dans la vie quotidienne et le cadre de vie


N'hésitez pas à prendre contact avec nous :

Herr Jens Leuner | Projektleitung Psychosoziales Zentrum der Caritas

 [Südstraße 1, 03046 Cottbus](#)

 [@jens.leuner@caritas-goerlitz.de](mailto:jens.leuner@caritas-goerlitz.de)

 [+49 \(0\) 35538003770](tel:+49(0)35538003770)

 [+49 \(0\) 15257281069](tel:+49(0)15257281069)

 <https://www.caritas.de/onlineberatung>

AIDS-Hilfe Lausitz e.V.

Contact, conseil et test

Nous sommes joignables :

- personnellement sur place (veuillez prendre rendez-vous)
- par téléphone | +49 355 29065385
- par e-mail | beratung@aidshilfe-lausitz.de
- par vidéoconférence

Pour une consultation personnelle (également anonyme) et un test de dépistage du VIH, de la syphilis et de l'hépatite C, nous prenons volontiers rendez-vous avec toi.

Il existe également un "lieu de rencontre de l'aide au sida" pour les personnes avec et sans VIH/sida. Chaque dernier mercredi du mois, les portes de l'association AIDS-Hilfe Lausitz e.V. sont donc ouvertes de 17h à 19h30 au Regenbogenkombinat de Cottbus. Ce lieu de rencontre permet le contact, l'échange et l'information sur des questions du quotidien. Il est également possible de bénéficier de conseils anonymes.

Soins

Quand une personne a-t-elle besoin de soins ?


Lorsqu'une personne ne peut plus gérer son quotidien de manière autonome et qu'elle a besoin d'aide, elle a besoin de soins. Cela peut avoir différentes raisons. Il peut s'agir par exemple d'un âge avancé, d'une maladie ou encore d'un accident.

Les questions suivantes sont souvent posées par les personnes concernées ou leurs proches :

- Où puis-je demander un niveau de soins ?
- Quel service de soins ambulatoires puis-je envisager ?
- Qui propose des cours de soins à domicile ?
- Quels sont les moyens auxiliaires disponibles ?
- Qui s'occupe de moi lorsque mes proches veulent prendre des vacances ?

- Où trouver des soins de jour et des soins de courte durée ?
- Que dois-je faire si je souhaite déménager dans un établissement de soins ?
- Que paie la caisse de soins ? Qui paie le reste ?

Pflege und Sozialberatung

 [Am Turm 14, 03046 Cottbus](#)

 @cottbus@pfligestuetzpunkte-brandenburg.de

 [+49 \(0\) 3556122511](tel:+49(0)3556122511)

 [+49 \(0\) 3556122514](tel:+49(0)3556122514)

 <https://cottbus.de/verwaltung/gb-1/dz-1-1/pfligestutzpunkt-stabsstelle-pflege/>

Avec l'[application ALINA](#), vous avez à tout moment à portée de main toutes les informations importantes sur le thème des soins - c'est simple, gratuit et actuel.

Maintenant avec des offres régionales pour Elbe-Elster, Spree-Neiße, Dahme-Spreewald et Cottbus !

vous trouverez ici le lien de téléchargement de l'appli.

[APP d'informations quotidiennes](#) sur des thèmes liés aux soins.

Social

Handicap lourd

Démence

Logement

Ligne de crise, assistance téléphonique et conseil en ligne pour les aidants familiaux


S'occuper d'une personne dépendante est une tâche considérable. Elle peut aller jusqu'à la limite de la charge personnelle. Dans les situations difficiles, vous pouvez vous adresser aux services suivants :

Il existe un numéro de téléphone pour les soins du ministère fédéral de la famille. Vous y trouverez des offres de conseil. Vous trouverez également des informations sur le soutien financier et les questions juridiques.

 03020179131

 info@wege-zur-pflege.de

 www.wege-zur-pflege.de

 Disponibilité : du lundi au jeudi : 09h00 - 18h00

Soutien psychologique pour les proches : portail Internet

Vous avez besoin de renseignements ou d'un soutien psychologique pour vous occuper de vos proches ? Vous trouverez de l'aide ici.



www.pfle-gen-und-leben.de

Violence dans les soins et ligne téléphonique de crise : portail Internet

 [www.pfle ge-gewalt.de](http://www.pfle.ge-gewalt.de)

Conseils et soins en cas de démence

La démence touche surtout les personnes d'un âge avancé. Les symptômes sont variés. Les capacités cognitives, émotionnelles et sociales peuvent être affectées. La forme de démence la plus fréquente et la plus connue est la maladie d'Alzheimer. Cette maladie peut être une situation éprouvante tant pour les malades que pour leurs proches.

Vous trouverez ici des informations sur le thème de la démence :

Association allemande de la maladie d'Alzheimer e.V.

 www.deutsche-alzheimer.de

Forum Alzheimer

 www.alzheimerforum.de

Groupe d'experts allemands sur la prise en charge de la démence e. V.

 www.demenz-ded.de

Plate-forme Internet Wegweiser Demenz

 www.wegweiser-demenz.de

Personnes handicapées

Les personnes handicapées sont des personnes qui présentent des limitations physiques, psychologiques ou mentales. Ces restrictions peuvent par exemple concerner le mouvement, la parole ou l'apprentissage. Les personnes handicapées et leurs familles ont souvent des difficultés. Elles ont besoin d'une aide particulière au quotidien.

Encouragement précoce

L'encouragement précoce est destiné aux enfants handicapés. Et pour les enfants qui pourraient devenir handicapés. L'encouragement précoce couvre tous les domaines du développement. Elle aide par exemple les enfants qui se développent plus lentement que les autres dans certains domaines. Voici quelques exemples d'encouragement précoce : Soutien linguistique, école de la vue ou ergothérapie. L'encouragement précoce existe pour les enfants de la naissance à l'âge scolaire. Un soutien précoce est important. Cela permet d'éviter ou d'atténuer les handicaps.

 Vous trouverez de plus amples informations sur le [site web](#) de la ville de Cottbus.

Conseil

Les personnes handicapées souffrent de limitations physiques, psychiques ou mentales. Cela peut par exemple rendre difficile le fait de se déplacer, de parler ou d'apprendre. Elles et leurs familles rencontrent souvent des difficultés dans la vie quotidienne. Elles ont besoin d'une aide particulière. Certaines personnes ne peuvent pas se déplacer facilement et ont besoin de logements accessibles. D'autres ont besoin de traitements médicaux spécifiques. Certaines personnes ont besoin d'un lieu de travail particulier.

En Allemagne et à Cottbus, il existe de nombreuses aides. Elles facilitent la vie. Mais beaucoup n'en ont pas connaissance. Ou ils trouvent les aides trop compliquées. C'est pourquoi il existe des centres de conseil à Cottbus. Si vous ou quelqu'un de votre famille est handicapé, vous pouvez vous y rendre. Les conseillers* vous aideront volontiers. Les conseils sont gratuits et confidentiels.


Centres de consultation à Cottbus :


EUTB - Conseil indépendant complémentaire en matière de handicap partiel

Adresse

Johannes-Brahms-Straße 8
03044 Cottbus
Brandebourg

Contact

 Téléphone : 0355 5842034


 Télécopieur : 0355 5842050


 Courriel : EUTB.cottbus@malteser.org

Les rendez-vous sont possibles sur rendez-vous.

Se défouler

L'association propose des services sociaux. Ce sont des offres de professionnels qui aident les gens. Ils résolvent des problèmes sociaux. L'association dispose également de structures pour les personnes souffrant de maladies psychiques et pour les personnes handicapées.


 Tél. 0355 5832-20

 E-mail : kontaktundberatungsstelle@machtlos-cottbus.de

 Vous trouverez de plus amples informations sur le [site web](#) de l'association.

L'aide aux handicapés de la **Croix-Rouge allemande**

 **L'interlocutrice pour les logements accompagnés en ambulatoire est** Steffi Hassatzky.

 Tél : 0355 / 24105

 Sandower Straße 14
03044 Cottbus

 steffi.hassatzky@DRK-Cottbus.de

Le service de transport pour personnes handicapées

Certaines villes du Brandebourg proposent des services de transport spéciaux. Le service de transport facilite la participation à la vie sociale des personnes souffrant d'un handicap temporaire ou permanent. Il aide à rendre le quotidien aussi agréable que possible.

 [Services en ligne](#)

Le service de transport Johanniter amène les personnes à mobilité réduite à destination en toute sécurité. Que ce soit pour aller chez le médecin, au travail, à la gymnastique ou pour rencontrer des amis. Le service de transport assure une plus grande mobilité au quotidien.

 [Contact ici](#)

Le projet "Perspective marché du travail inclusif 2.0" dans le Brandebourg

 Cliquez ici pour accéder au [site web](#) du projet.

Autres offres de conseil et informations actuelles

L'association **Handicap International** a un secteur appelé [Crossroads](#). Des projets y sont réalisés afin de mieux soutenir les personnes handicapées qui ont fui leur pays. Les personnes handicapées qui ont fui et leurs familles trouvent de nombreuses informations sur le site web. Il y a [des brochures](#) en neuf langues. Par exemple, une brochure intitulée "Le système d'aide pour les personnes handicapées". On peut aussi obtenir [des conseils](#). Les conseils sont gratuits et donnés par téléphone.

Conseil consultatif des personnes handicapées


Le comité consultatif aide les personnes handicapées à participer à la vie de la ville. Il est composé de 11 membres. D'autres personnes l'aident également dans son travail. Le conseil consultatif représente les intérêts de différents groupes de personnes handicapées, par exemple :


- les personnes souffrant de plusieurs handicaps
- les personnes ayant des difficultés d'apprentissage
- les personnes sourdes et malentendantes
- les personnes souffrant de handicaps physiques
- Personnes atteintes de maladies chroniques
- Personnes aveugles et malvoyantes
- Personnes ayant des problèmes de langage
- Personnes souffrant de maladies mentales ou psychiques

Le comité consultatif fait des recommandations aux politiciens. Il conseille l'administration. Il aide la société à mieux comprendre les personnes handicapées. Il encourage les personnes handicapées à participer aux débats. Il s'engage pour que les lieux et les informations soient accessibles à tous. Et il contrôle si les lois et les mesures sont correctement appliquées.

Le contact avec le délégué est :

[Dr. Normen Franzke](#)

 0355 612-2017

 0355 612-132017

 [Site web](#)

 behindertenbeauftragter@cottbus.de

dossier électronique du patient (ePA)

A partir du 15 janvier 2025, un nouveau dossier médical numérique, appelé dossier médical électronique (ePA), sera introduit en Allemagne. Ce dossier stocke toutes les données de santé importantes, comme ce que le médecin a découvert sur votre santé, les médicaments que vous

prenez ou les examens que vous avez passés.

Toute personne assurée par la loi reçoit automatiquement cet ePA. Si vous ne le souhaitez pas, vous pouvez vous y opposer.

Les médecins et les patients peuvent accéder rapidement et facilement aux données de santé via l'ePA. Mais seules les personnes qui y sont autorisées peuvent voir les données. Ainsi, les données restent sécurisées.

Comment les assurés peuvent-ils s'opposer à la mise en place d'une ePA ? Quels sont les délais à respecter ?

Si, plus tard, quelqu'un ne souhaite plus utiliser l'ePA, il peut aussi le faire supprimer. L'objectif est de permettre aux médecins et aux patients de collaborer plus rapidement et plus efficacement pour améliorer la santé.

Si quelqu'un souhaite refuser l'ePA, il doit le faire savoir à sa caisse de maladie. S'il ne le fait pas, l'ePA sera créé automatiquement.

Détails importants concernant l'ePA. À quoi devez-vous faire attention ?

Contenu de l'ePA :

Toutes les informations importantes issues de vos consultations médicales sont automatiquement intégrées dans l'ePA si elles sont disponibles sous forme numérique. Cela signifie par exemple que les résultats ou les diagnostics que le médecin écrit sont repris dans l'ePA.

Vous pouvez également télécharger vous-même des informations telles que vos signes vitaux (par exemple votre taille ou votre poids) ou d'anciens documents médicaux dans l'ePA.

À partir de 2025, il y aura un aperçu automatique de tous les médicaments que vous prenez.

Celle-ci sera complétée ultérieurement par un plan de médication spécifique.

Droits d'accès :

Vous pouvez définir quels médecins ou hôpitaux peuvent accéder à votre ePA. Si vous souhaitez effectuer des modifications, vous pouvez le faire via l'application ePA ou vous adresser aux services de médiation de votre caisse d'assurance maladie.

Si votre carte de santé est lue dans un cabinet médical ou un hôpital, ils auront temporairement accès à votre ePA pendant 90 jours, sauf si vous vous y opposez.

Utilisation et accessibilité :

Vous pouvez gérer votre ePA via une application spéciale sur votre smartphone. Chaque caisse de maladie légale propose sa propre application ePA, que vous pouvez télécharger gratuitement dans l'App Store (pour iOS) ou dans le Google Play Store (pour Android).

Si vous ne possédez pas de smartphone, vous pouvez obtenir de l'aide auprès de pharmacies ou de services spécialisés pour accéder à votre ePA.

Réglementation légale :

L'introduction de l'ePA commence d'abord à Hambourg et en Rhénanie du Nord-Westphalie. Elle sera ensuite disponible dans toute l'Allemagne à partir de février 2025.

Les assurés privés peuvent également utiliser un ePA, bien que cela dépende de leur assurance.

Les avantages :

L'ePA facilite la communication entre les médecins, les hôpitaux et les autres établissements médicaux. Vous avez ainsi une meilleure vue d'ensemble de vos données de santé.

En outre, l'ePA améliore la sécurité et la précision de la médication.

Les défis à relever :

Tous les documents, comme les anciens résultats d'analyses sur papier, ne sont pas automatiquement numérisés. Vous pouvez toutefois demander à votre caisse d'assurance maladie si elle peut se charger de la numérisation.

Au début, il peut y avoir des difficultés techniques, car certains médecins doivent adapter leur logiciel de cabinet.

Un autre problème est qu'il n'y a pas d'informations multilingues, donc pas de traductions dans d'autres langues.

L'ePA est une étape importante de la numérisation dans le secteur de la santé. Elle doit permettre d'améliorer les soins médicaux. Elle offre également une base pour la recherche.

Vous voulez en savoir plus ? Vous trouverez de plus amples informations ici :

 [Questions et réponses sur le dossier électronique du patient \(ePA\) par la KBV](#)

 [Informations de l'association de consommateurs sur l'ePA](#)

Service d'aide aux personnes dépendantes

Conseil en addiction

L'addiction est une maladie. Les personnes dépendantes ne sont pas responsables de leur dépendance. Et ce n'est pas un problème marginal. Cela a des conséquences négatives. Il faut une approche correcte. Qui peut aider dans ce domaine ?

Il existe des services de conseil spécialisés. Ils aident les personnes ayant des problèmes de dépendance, par exemple à l'alcool, aux cigarettes ou aux drogues. On apporte également un soutien en cas de comportement addictif comme les jeux de hasard. Les collaborateurs des services de conseil en matière de dépendance orientent si nécessaire vers des thérapies ambulatoires ou résidentielles. C'est là que des spécialistes interviennent. Ils viennent de domaines tels que le travail social, la médecine, la psychologie ou la pédagogie sociale. Tout ce qui est dit reste confidentiel. On aide les personnes concernées et aussi leurs familles à répondre aux questions sur la dépendance. Les offres sont gratuites.

Service d'aide aux personnes dépendantes de Cottbus et Spree-Neiße

Que propose ce service ?

- Vous trouverez ici des informations sur le thème de la dépendance. Les personnes concernées et leurs proches ainsi que les multiplicateurs* y trouvent soutien et conseil.
- Il existe des consultations et des traitements intégratifs sur le thème de la dépendance (liée à une substance et/ou à un comportement), qui sont menés dans le cadre d'entretiens individuels ou de groupe.
- Les consultations ont lieu sur place, par téléphone ou en ligne.
- Si nécessaire, la personne concernée reçoit une thérapie de sevrage.
- Des interventions de crise sont mises en place. Elles trouvent un soutien à court terme et ciblé dans des situations aiguës.
- On sert d'intermédiaire, on prépare et on demande une réhabilitation de la dépendance (ambulatoire/journée continue ainsi qu'ambulatoire/stationnaire/combiné).

- Par le biais de ce service, on accède à la réhabilitation ambulatoire et au suivi ambulatoire de la dépendance (thérapie individuelle et de groupe).
- En cas de besoin, les personnes concernées sont orientées vers un logement accompagné, un logement de transition ou des institutions sociothérapeutiques.
- Préparation psychologique au MPU (examen médico-psychologique) en entretiens individuels et en groupe.
- Au besoin, on y trouve une orientation vers d'autres services spécialisés et vers l'entraide.
- Un travail préventif est nécessaire. Le service propose des formations et des séminaires sur le thème de la dépendance. Des séances d'information et de discussion sont organisées dans les écoles, les entreprises et d'autres institutions.
- En outre, le service coopère avec l'association d'entraide SuchtBetreuung Cottbus e.V..

📍 Sachsendorfer Str. 22
03046 Cottbus, quartier de Ströbitz

☎ 0355 / 290 23 08 - 0

☎ 0355 / 290 23 08 - 8

✉ @suchtberatung.cb@tannenhof.de

Sur le [site web](#), vous trouverez également des offres pour la thérapie.

Conseil en addiction Caritas-Région de Cottbus

Les services de conseil en addiction s'adressent aux personnes ayant des problèmes d'addiction. Ils soutiennent les personnes concernées et leurs proches. En cas de problèmes avec :

- alcool
- la nicotine
- Drogues
- Médicaments
- nourriture/non-alimentation
- tout ce qui est addictif ou lié à l'addiction

alors n'hésitez pas.


Objectifs de la consultation

- Faire face à la dépendance
- Gestion de l'alcool et des drogues
- Les moyens de parvenir à l'abstinence. Renoncer à la consommation
- voies vers la désintoxication
- thérapie stationnaire et ambulatoire
- évaluation médicale
- mise en réseau


Votre personne de contact :


👤 Alexander Lattig

 Pascal Noack

 Rue de la Jeunesse 23

03046 Cottbus


 +49 355 38003761

 +49 355 38003746

Groupe d'addiction, Alexander Lattig

 Südstraße 1

03046 Cottbus

 chaque mercredi de 17:00 à 19:00 heures

@s [uchtber](mailto:uchtber.atung.cottbus@caritas-goerlitz.de) atung.cottbus@caritas-goerlitz.de



<https://www.caritas-goerlitz.de/angebote/sucht/sucht>

Grossesse

Grossesse

Grossesse

Tu vas avoir un bébé ?

Tu es enceinte ?

Fais un test de grossesse !

Tu achètes un test de grossesse dans une pharmacie ou une droguerie.

Va voir un gynécologue :

Le gynécologue s'occupe de toi et de ton enfant.



⇒ Tu peux chercher [ici](#) des gynécologues à Cottbus !

Tu recevras un carnet de maternité :

Le carnet de maternité contient les résultats des examens.

Le carnet de santé est important !

Tu dois toujours emporter ton carnet de santé chez le gynécologue.

Le carnet de maternité n'est pas une carte d'identité.

Consulte régulièrement les médecins !

Caisse de maladie

La caisse d'assurance maladie paie les examens pendant la grossesse.

Consulte régulièrement les médecins !

Tu as des questions ?

Demande à ton gynécologue.

Il t'aidera.

⇒ Il y a aussi beaucoup d'informations sur Internet dans de nombreuses langues.

🌐 Regarde à ce sujet sous "[Assurance maladie](#)" ici dans l'app.

La caisse d'assurance maladie paie également les conseils d'une sage-femme.

La sage-femme peut se rendre à ton domicile.

Tu as des questions sur la grossesse ?

La sage-femme t'aidera.

Avant l'accouchement et après la naissance du bébé.

Comment la sage-femme peut-elle t'aider ?

⇒ Informations sur le travail des sages-femmes

Vous pouvez utiliser ces pages pour trouver une sage-femme :

🌐 [Association des sages-femmes](#)

🌐 [Chercher](#) et trouver une [sage-femme](#) - en ligne

Tu as besoin d'une sage-femme de toute urgence, mais tu ne trouves pas de sage-femme qui ait du temps à consacrer à toi et à ton bébé ?

🌐 [Il y a de l'aide ici.](#)

Tu cherches d'autres conseils ?

⇒ Regarde sur "Qui peut m'aider ? Conseils sur la santé et la maladie".

Ligne d'aide "Enceinte et beaucoup de questions" : 📞 0800 4040020

🌐 Le "[Guide de la protection de la maternité](#)" fournit des informations détaillées sur les aspects importants de la protection de la maternité.

Reconnaissance de paternité

Vous n'êtes pas mariée avec le père de l'enfant au moment de sa naissance ? Dans ce cas, une reconnaissance légale de paternité est importante. Avec la reconnaissance de paternité, le père et l'enfant deviennent parents aux yeux de la loi.

💡 La mère de l'enfant doit donner son accord à la reconnaissance de paternité.

💡 Vous devriez effectuer une reconnaissance de paternité avant la naissance. Mais vous pouvez aussi le faire après la naissance.

Déroulement de la procédure : Reconnaissance de la paternité

Quand faire cette démarche ? Avant la naissance ou après la naissance de l'enfant.

Où? Au service de la jeunesse, à l'état civil, chez le notaire ou au tribunal d'instance.

💡 Pour ce faire, veuillez prendre rendez-vous suffisamment à l'avance auprès de l'autorité choisie.


Ces documents sont nécessaires :

Document d'identité en cours de validité (à défaut, passeport). Si le document ne mentionne pas l'adresse du domicile, veuillez apporter le certificat de résidence.

Les actes de naissance de la mère, du père et de l'enfant (s'il est déjà né). Vous avez un acte de naissance qui n'a pas été établi en Allemagne ? Dans ce cas, l'acte doit être traduit en

allemand.

Plus d'informations

 [Familienplanung.de](https://www.familienplanung.de) est un **site d'information de l'Institut fédéral de santé publique** (BIÖG) sur de nombreux thèmes importants du planning familial. **Le portail en ligne** s'adresse aux femmes et aux hommes dans différentes situations de vie. Selon leurs intérêts, ils trouvent leurs sujets dans cinq canaux thématiques différents : "Grossesse et naissance", "Contraception", "Désir d'enfant", "Conflit de grossesse" et "Conseils & aides". La sixième chaîne "Jeune et enceinte" s'adresse spécialement aux adolescents et aux jeunes adultes.

Plus d'informations **dans de nombreuses langues** sur le site Internet :

 www.zanzu.de

Naissance

Naissance

Vous devez vous inscrire dans un hôpital suffisamment tôt avant l'accouchement. Votre gynécologue ou votre sage-femme peut vous aider à trouver une clinique. À Cottbus, le [MUL CT dispose d'une maternité](#).

Vous pouvez visiter la salle d'accouchement avant la naissance. [⇒ Consultation en salle d'accouchement](#)

Réfléchissez suffisamment tôt à la personne qui peut vous emmener à l'hôpital pour l'accouchement.

En cas d'urgence, appelez le numéro d'urgence pour une ambulance : 112.

Des sages-femmes vous assisteront pendant l'accouchement. Les médecins vous apportent une aide médicale si celle-ci est nécessaire. Les sages-femmes vous aideront également après l'accouchement. Demandez à la clinique une sage-femme pour le suivi postnatal.

Vous souhaitez un accouchement anonyme et confidentiel ? Vous trouverez des informations à ce sujet [ici](#).


[Maisons de naissance](#)

Vous pouvez également accoucher dans une maison de naissance. Là, l'accouchement est uniquement encadré par des sages-femmes. L'encadrement est souvent plus personnel et individuel que dans un hôpital. D'un autre côté, les soins médicaux sont moins importants que dans un hôpital.

L'accouchement dans une maison de naissance est remboursé par les caisses d'assurance maladie. Peu avant la date de l'accouchement, la sage-femme est toujours joignable pour vous ("permanence"). Cette disponibilité n'est pas payée par toutes les caisses d'assurance maladie. Souvent, vous devez en payer une partie vous-même.

[Maison de naissance Mondstein Cottbus](#)

 Bahnhofstraße 50 , 03046 Cottbus

 0176 /43370124

@info@mondstein-cottbus.de

Consultation en cas de conflit de grossesse / Interruption de grossesse

Interruption de grossesse et accouchement confidentiel

En Allemagne, vous avez le droit d'interrompre une grossesse sous certaines conditions. Une interruption n'est possible que pendant les douze premières semaines de la grossesse. Pour ce faire, vous devez consulter un conseiller en matière de conflit de grossesse. L'interruption ne peut être pratiquée qu'en présence d'un médecin. Après les douze premières semaines, l'avortement n'est possible que dans des cas exceptionnels. Par exemple, si votre santé physique ou psychique est menacée.

La consultation en cas de grossesse conflictuelle est une consultation gratuite. **Elle est anonyme si vous le souhaitez.**

Lors de la **consultation**, vous recevez des informations sur :

- les questions juridiques et sociales,
- les possibilités de soutien,
- les différentes formes d'interruption de grossesse.
- Vous êtes mis(e) en contact avec des médecins qui pratiquent l'avortement.
- Vous recevez des informations sur les coûts qui peuvent résulter d'une interruption de grossesse.

Pour une interruption de grossesse, vous avez besoin d'une **attestation de consultation**. Celle-ci vous sera délivrée par les collaborateurs du service de consultation en cas de grossesse conflictuelle lors de l'entretien de consultation.

Vous ne voulez pas garder l'enfant. Mais vous ne voulez pas non plus l'avorter. Que pouvez-vous faire ?

Vous ne voulez pas ou ne pouvez pas garder votre enfant ? Vous pouvez alors le faire adopter après sa naissance. L'office de la jeunesse prend alors votre enfant en charge. Prendre en charge signifie : donner à l'enfant une possibilité de logement. Et s'occuper de l'enfant. Pour qu'il ait de la nourriture et des vêtements. Et qu'il puisse vivre en sécurité. Si vous vous êtes définitivement décidé pour l'adoption, l'office de la jeunesse cherche une famille aimante. Votre enfant pourra y vivre durablement.

Personne ne doit être au courant de votre grossesse ? Vous avez néanmoins la possibilité de mettre au monde votre enfant en bénéficiant de soins médicaux de qualité. Vous n'êtes pas seule. Il existe la possibilité de ce que l'on appelle un "accouchement confidentiel". Lors d'un "accouchement confidentiel", vous pouvez mettre votre enfant au monde en toute sécurité dans un hôpital. Une sage-femme vous accompagnera. En dehors de la conseillère, personne ne saura votre nom. La conseillère ne peut parler de vous à personne. Vous restez donc anonyme. Vous avez toutefois la possibilité de laisser un message à votre enfant à l'aide de la consultation prénatale. Ainsi, après 16 ans, il aura la chance de connaître votre nom. Personne d'autre que votre enfant n'y a droit.

🌐 Sur le [site Internet de l'AWO](#), vous trouverez des informations sur les coûts et la prise en charge des frais de consultation et en cas d'interruption de grossesse.

Vous y trouverez des centres de consultation et d'autres informations. La liste n'est pas exhaustive.

💡 Vous pouvez vous adresser directement à un centre de consultation en matière de grossesse sur place ou à **n'importe quelle clinique** pour un entretien personnel. On y sait ce qu'il faut faire.

[Centres de consultation de la DRK à Cottbus](#) :

Consultation en matière de grossesse - DRK KV Cottbus-Spree-Neiße-West e.V.

👤 Mme Sylvia Neumann

👤 Mme Teresa Richter

📍 Ostrower Damm 2
03046 Cottbus

✉️ [schwangerenberatung\(at\)drk-cottbus.de](mailto:schwangerenberatung(at)drk-cottbus.de)

☎️ 0355 / 42 77 71

Ici, vous pouvez **rechercher** dans toute l'Allemagne des centres de consultation sur les conflits liés à la grossesse sur **place**:

🌐 [https:// www.familienplanung.de/schwangerschaftskonflikt/](https://www.familienplanung.de/schwangerschaftskonflikt/)

Si vous avez des questions sur une éventuelle interruption de grossesse, vous pouvez également vous adresser 24 heures sur 24 à la **ligne d'aide** Schwangere in Not. **La consultation est gratuite et anonyme.** Les collaborateurs parlent plusieurs langues. La ligne d'aide apporte également son soutien dans d'autres situations difficiles pendant la grossesse.

☎️ 08004040020

ou

🌐 Vous trouverez [ici](#) un aperçu des centres de consultation reconnus en cas de conflit de grossesse et d'autres centres de consultation en matière de grossesse **dans le Land de Brandebourg.**

Pour en savoir **plus** sur les différentes possibilités d'interruption de grossesse, consultez le site Internet dans de nombreuses langues :

🌐 www.zanzu.de

Sur le site Internet du planning familial.de, vous trouverez des informations sur **l'accouchement confidentiel**:

🌐 <https://www.familienplanung.de/schwangerschaftskonflikt/ungeplant-schwanger/ver...>

Consultation en matière de grossesse

Une grossesse change la vie. Il peut y avoir beaucoup de questions à ce sujet. Des conseils sur la grossesse à Cottbus sont disponibles auprès de ces institutions :

Croix-Rouge allemande

Sylvia Neumann | DRK

[📍 Ostrower Damm 2, 03046 Cottbus](#)

@schwangerenberatung@drk-cottbus.de

[☎ +49 \(0\) 355427771](tel:+49(0)355427771)

[🌐 https://www.drk-cottbus.de/angebote/kinder-jugend-und-familie/schwangerschaftsb...](https://www.drk-cottbus.de/angebote/kinder-jugend-und-familie/schwangerschaftsb...)

Ligue démocratique des femmes

[📍 Am Turm 14, 03046 Cottbus](#)

@schwangerschaft-beratung@dfb-brandenburg.de

[☎ +49 \(0\) 3554947991](tel:+49(0)3554947991)

[🌐 https://www.familienplanung.de/beratung/beratungsstelle-finden/detailansicht/so...](https://www.familienplanung.de/beratung/beratungsstelle-finden/detailansicht/so...)

Caritas-région de Cottbus

Schwangerschaftsberatung

[📍 Straße der Jugend 23, 03046 Cottbus](#)

@schwangerschaftsberatung.cottbus@caritas-goerlitz.de

[☎ +49 \(0\) 35538003740](tel:+49(0)35538003740)

[🌐 https://www.caritas.de/adressen/caritas-region-cottbus/schwangerschaftsberatung...](https://www.caritas.de/adressen/caritas-region-cottbus/schwangerschaftsberatung...)

SOS - Informations pour une aide urgente dans les situations d'urgence, de crise et de catastrophe

Urgences

Une urgence est un danger aigu pour la santé. Un incendie est également une urgence.

Vous pouvez appeler la police si vous vous sentez menacé. Ou si vous êtes en danger. Ou si vous êtes exposé à un délit. Ou si vous êtes témoin d'un délit ou d'une menace. Vous pouvez également appeler la police en cas d'accident.

Numéros d'urgence

- Police 110
- Pompiers, service de secours 112
- Ambulance, médecin d'urgence 112

Les numéros d'urgence sont toujours accessibles. Quelle que soit l'heure.

D'ailleurs, les numéros d'urgence des téléphones portables fonctionnent toujours, même avec une carte prépayée sans crédit.

Informations importantes lors d'un appel d'urgence

Qui appelle (votre nom) ?
Où s'est-il passé quelque chose (adresse) ?
Que s'est-il passé ?
Combien y a-t-il de blessés ou de malades ?
De quel type de maladie ou de blessure s'agit-il ?
Attendez les questions !

Gardez votre calme. Parlez lentement et clairement afin d'être mieux compris. Ne mettez pas fin à la conversation. Le service d'urgence / la police met fin à la conversation lorsque toutes les informations importantes ont été transmises. Les personnes qui ne peuvent pas parler doivent se faire remarquer en frappant ou en faisant d'autres bruits et ne pas raccrocher pendant un moment. L'appel peut être retracé.

Service médical de garde 116 117

Il est destiné aux patients qui ont besoin d'un traitement ambulatoire urgent en dehors des heures de consultation du médecin de famille, mais qui ne se trouvent pas dans une situation où leur vie est en danger. Le 116 117 n'est donc pas un numéro d'urgence. Le service médical de garde est le bon contact en cas, par exemple, de forte fièvre la nuit ou d'indigestion aiguë le week-end, alors que l'on se rendrait normalement chez son médecin de famille.

Service dentaire de garde

Toutes les douleurs dentaires ne constituent pas une urgence. Les blessures accidentelles au niveau des dents, de la bouche et de la mâchoire sont considérées comme des urgences dentaires. Le service de garde peut être appelé du soir au matin. Les contacts du service de garde à Cottbus se trouvent [sur cette page Internet](#).

Pharmacie d'urgence

Les médicaments sont disponibles dans les pharmacies. Les pharmacies ont des heures d'ouverture. En dehors des heures d'ouverture, il y a toujours une pharmacie de garde. [Cette page Internet](#) indique de quelle pharmacie il s'agit.

Centre antipoison 030 - 19 240

Le centre antipoison donne des conseils sur les premiers soins en attendant l'arrivée des services de secours ou peut lever l'alerte en cas de substances inoffensives. Si des nausées, des crampes, des vomissements, des sueurs, une confusion mentale, de l'agitation ou de la somnolence apparaissent après un contact avec des substances suspectes, il convient d'appeler immédiatement le 112.

La ligne d'aide - conseil et assistance pour les femmes 116 016

Accessible gratuitement 24 heures sur 24 : La ligne d'aide "Violence contre les femmes" offre aux personnes concernées la possibilité d'être conseillées à tout moment de manière anonyme,

compétente, sûre et accessible. Des conseillères qualifiées assistent les personnes en quête d'aide en toute confidentialité et les orientent, si nécessaire, vers des offres de soutien sur place, par exemple vers un centre de consultation pour femmes ou une maison d'accueil pour femmes à proximité. L'accessibilité et le multilinguisme garantissent l'accès aux femmes handicapées ou ayant des connaissances limitées en allemand. La ligne d'aide est également à la disposition des proches, des amis et des professionnels pour répondre aux questions et fournir des informations.

Crise énergétique et panne d'électricité

Des événements graves et soudains peuvent survenir. L'électricité est coupée longtemps et sur tout le territoire ? Comment puis-je réagir ? Où puis-je trouver protection et aide ? Où puis-je trouver des informations ?

À Cottbus, il existe le concept de phare de la protection contre les catastrophes. L'objectif est que les gens puissent obtenir de l'aide en cas d'urgence.

Il y a 15 endroits dans la ville qui s'appellent "phares". Ce sont souvent des gymnases. Il y a là de l'électricité et de la chaleur pour que les gens puissent se réchauffer pendant un court moment.

Dans les phares, on peut apporter sa nourriture et la faire chauffer. On peut parler avec d'autres personnes. Si tu as besoin d'une aide urgente, dis-le aux personnes qui se trouvent dans le phare. Tu les reconnaîtras à leurs gilets de sécurité jaunes.

L'électricité est coupée depuis longtemps et ton téléphone portable est vide ? Tu peux le recharger là-bas.

Comment suis-je averti ?

En Allemagne, il existe différentes manières d'émettre des alertes. Les avertissements sont émis par les services compétents. Le plus important est de garder son calme. Suivez les instructions.

Apps d'alerte

[NINA](#) est l'application d'alerte officielle de l'État fédéral. Elle diffuse des messages d'alerte importants.

[KATWARN](#): cette appli avertit par un message push.

Les alertes météo officielles sont disponibles dans l'appli WarnWetter.

Cell Broadcast

Les alertes sont envoyées directement sur les téléphones portables dans une zone donnée. Une application spécialement installée à cet effet n'est pas nécessaire.

Sirènes

Les sirènes servent à alerter la population. À Cottbus, les sirènes sont testées tous les mercredis à 15 heures. Un son continu d'une minute, interrompu deux fois, ne constitue toutefois pas un avertissement pour la population. Ce signal permet d'appeler les pompiers à intervenir.

Radio

La radio et la télévision diffusent des informations importantes. Elles interrompent leurs programmes et transmettent immédiatement l'alerte. De nombreuses grandes stations peuvent utiliser des générateurs de secours. Elles peuvent ainsi émettre même en cas de panne de courant.

Haut-parleur

Les pompiers, les services d'ordre ou la police utilisent souvent des voitures équipées de haut-parleurs. Ils peuvent ainsi atteindre de nombreux habitants en même temps. Par exemple, lorsqu'une zone doit être évacuée. Si possible, les alertes sont diffusées en plusieurs langues.

Autres possibilités

Les alertes peuvent également être diffusées via des panneaux publicitaires numériques. Des alertes peuvent également être affichées dans les gares et aux arrêts de bus. Les messages d'alerte sont publiés sur le site web www.warnung.bund.de. Des moyens d'alerte nouveaux et alternatifs sont également développés et utilisés.

Réserve d'urgence

L' [Office fédéral pour la protection de la population et l'aide en cas de catastrophe](#) recommande :

- de l'eau et de la nourriture (un [calculateur de réserves](#) est disponible ici)
- des articles d'hygiène, par exemple des désinfectants et des produits de nettoyage
- une trousse de premiers secours
- Des accessoires de camping, comme par exemple un réchaud à gaz avec du combustible et des lampes à piles.
- Si vous avez encore un poêle ou une cheminée, faites une réserve de charbon et de bois.
- Une radio à manivelle

Phares KATS

À Cottbus, il y a ce que l'on appelle [des tours d'éclairage KATS](#). Le mot "KATS" signifie protection contre les catastrophes. Ces tours lumineuses aident les gens en cas d'urgence. Par exemple, en cas de panne de courant prolongée ou de conditions météorologiques extrêmes.

Les tours lumineuses sont des lieux fixes dans la ville. Il s'agit notamment d'écoles, de casernes de pompiers ou de centres communautaires. Ils sont facilement accessibles, même à pied ou à vélo.

Les gens y reçoivent des informations importantes. Ils peuvent charger leur téléphone portable, se réchauffer ou recevoir les premiers secours. Il y a parfois aussi de l'eau ou de la nourriture. Ceux qui ont besoin de soutien peuvent y trouver de l'aide.

Des personnes de la ville ou de la protection civile travaillent dans les phares. Ils aident directement sur place. Les phares fonctionnent même lorsqu'il n'y a plus d'Internet, de téléphone ou de télévision.

Ces lieux donnent de la sécurité. Ils sont importants pour tous les habitants de Cottbus - même pour ceux qui n'habitent pas ici depuis longtemps.

C'est là que se trouvent les phares :

- 📍 [Vereinsheim VfB **Döbbrick** e. V.](#)
- 📍 [Gymnase Lukti **Sielow**](#)
- 📍 [Gymnase **de Neu-Schmellwitz**](#)
- 📍 [Gymnase de l'école primaire Astrid-Lindgren **Alt-schmellwitz**](#)
- 📍 [IKMZ de la BTU Cottbus-Senftenberg **Centre**](#)
- 📍 [Gymnase **Dissenchen** au terrain de sport](#)
- 📍 [Gymnase de l'école primaire Christoph-Kolumbus **de Sandow**](#)
- 📍 [Salle municipale de Cottbus **Mitte**](#)
- 📍 [Gymnase de l'école Bauhaus **de Ströbitz**](#)
- 📍 [Gymnase de l'école primaire Fröbel **Spremlerger Vorstadt**](#)
- 📍 [Lausitzer Rundschau **Spremlerger Vorstadt**](#)
- 📍 [Administration centrale LEAG **Spremlerger Vorstadt**](#)
- 📍 [Centre socioculturel **de Sachsendorf**](#)
- 📍 [Auberge "Zur Spreeperle" **Kiekebusch**](#)
- 📍 [Gymnase de l'école primaire Reinhard-Lakomy **Groß Gaglow**](#)

Points d'information KATS

Les **points d'information KATS** aident la population en situation de crise. Ils complètent les tours d'information KATS. Ils ne sont pas équipés de manière aussi variée que les points lumineux KATS. Mais ils sont utiles lorsque les autres moyens d'information ne fonctionnent plus.

Les points d'information se trouvent à des endroits fixes dans les quartiers. Ces lieux sont facilement accessibles et connus.

En cas d'urgence, les gens peuvent s'y rendre. Ils y reçoivent des informations importantes sur la situation. Par exemple, ce qui s'est passé. Mais aussi comment se comporter. Ou où trouver de l'aide.

Il y a aussi des secouristes. Ils répondent aux questions et donnent des instructions claires. Les personnes qui ont besoin de soutien ne sont pas laissées seules.

L'objectif est de bien prendre en charge les personnes même lorsque les systèmes techniques sont défectueux. Les points d'information KATS fonctionnent indépendamment de l'électricité ou d'Internet.

Ils apportent sécurité, clarté et orientation. Dans une situation incertaine, ils aident à garder son calme. C'est pourquoi ils constituent un élément important de la protection de tous les habitants de Cottbus.

Les points d'information se trouvent ici :

- 📍 [Centre communal de Willmersdorf](#)
- 📍 [Maison d'équipement des pompiers volontaires de Merzdorf](#)
- 📍 [Maison des citoyens de Kahren](#)
- 📍 [Club de jeunes Gallinchen](#)
- 📍 [Maison des citoyens Skadow](#)
- 📍 [Maison des associations de Branitz](#)
- 📍 [Centre d'information à la gare centrale de Cottbus](#)