

Cuprins

Bine ați venit la	5
Bine ați venit în districtul Emsland	5
Felicitare	5
Date interesante despre districtul Emsland	5
Orașe și municipii	6
Centrul de coordonare pentru migrație și participare	10
Birouri importante	11
Agenția de ocupare a forței de muncă	11
Centrul pentru locuri de muncă	12
Biroul de imigrare	13
Biroul de asistență socială pentru tineret	14
Departamentul de afaceri sociale	15
Departamentul de sănătate	15
Ofițer pentru egalitatea de șanse	16
Biroul de înregistrare a rezidenților	16
Oficiul de înregistrare	17
Harta orașului/planul districtului	18
Consiliere și ajutor	19
Consiliere privind migrația	19
Servicii de migrație a tinerilor	22
Consiliere privind procedura de azil	23
Căutarea internațională a membrilor familiei	24
Consiliere centrală pentru returnare	24
Proiecte de integrare	25
Consiliere online	29
Consiliere educațională	30
Consiliere privind datoriile	30
Viața de zi cu zi	31
Trăind	31
Termeni și costuri importante	31
Consiliere pentru locuințe	34
Alocație pentru locuință	34
Separarea deșeurilor, deșeuri voluminoase și depozite	36
Energie și mediu	37
Taxe de radiodifuziune	38
Alimente, îmbrăcăminte, mobilier	38
Alimente (bancă de alimente)	38
Magazine sociale și magazine de îmbrăcăminte	41
Mobilitate	43
Autobuz, tren și bicicletă	43
Emsland Carsharing	44
Permisul de conducere și conducerea unei mașini	45
Emsland Youth Ticket	47
Chestiuni financiare și contracte	48
Informații de bază privind contractele	48
Asigurări	48
Contracte și telefoane mobile	48
Cont bancar	49
Oferte pentru copii, tineri, adulți și persoane în vârstă	50

Activități de petrecere a timpului liber pentru copii, tineri, adulți și persoane în vârstă	50
Centrul de bătrâni	51
Limba	53
Găsiți un curs de limbi străine	53
Cursuri de limbi străine	53
Cursuri de orientare inițială	53
Cursuri de integrare	54
Cursuri de limbi străine vocaționale (DeuFöV)	55
Cursuri de limbi străine voluntare	56
Cursuri de limbi străine online și studiu online	57
Nivelul limbii	58
Traduceri	59
Formare și muncă	59
Pe scurt	59
Găsiți un loc de muncă	60
Consiliere și ajutor	60
Informații pentru angajatori - Serviciul pentru angajatori	61
Reglementări privind accesul la piața muncii	61
Internship	61
Candidaturi și interviuri de angajare	63
Contractul de muncă	65
Contabilitate de salarizare sau contabilitate de salarizare	66
Exploatarea forței de muncă și munca ilegală	67
Drepturile dumneavoastră ca angajat; Integrare echitabilă Saxonia Inferioară	68
Recunoașterea calificărilor educaționale străine	68
Certificarea oficială a certificatelor	70
Solicitați un certificat de bună conduită	70
Instrucțiuni pentru persoanele care manipulează alimente	70
Adulți tineri	71
Agenția pentru ocuparea forței de muncă pentru tineret (JBA)	71
Calificarea de intrare	71
Anul social voluntar (FSJ)	72
Instruire asistată (AsA)	73
Șomaj și prestații sociale	73
Indemnizație de șomaj la agenția de ocupare a forței de muncă	73
ÎNTREBĂRI FRECVENTE: Cerere de alocație pentru cetățean (centru de ocupare a forței de muncă)	75
Dreptul la prestații în temeiul Legii privind prestațiile pentru solicitanții de azil (Asylum Seekers Benefits Act)	76
Independență	76
Copii, tineret și familie	78
Informații de bază privind copiii, tinerii și familia	78
Sarcina și nașterea	78
Îngrijirea copiilor	81
Centrele de familie	82
Programe de educație lingvistică și familială	85
Școală pentru copii de la 6 la 18 ani	88
Alocația parentală și alocația pentru copii	88
Pachet pentru educație și participare (BuT)	91
Activități de agrement pentru copii și tineri	93
Sănătate	93

Informații generale privind sănătatea	93
Asigurare de sănătate	94
Vizita la medic	95
Dosarul electronic al pacientului (ePA)	96
Medicamente și farmacii	97
Numere de urgență - SOS	98
Căldura și sănătatea	98
Centre de consiliere și oferte de ajutor	100
Serviciul social psihiatric	100
Consiliere în materie de dependență	101
Centrul de moașe Emsland	102
Rețeaua pentru copii Emsland	102
Linia de asistență telefonică privind violența împotriva femeilor	102
Linie telefonică de asistență pentru femeile însărcinate aflate în dificultate	103
Ghidul familiei	103
aplicație pentru îngrijirea sânilor	103
Centru de sprijin pentru îngrijire	104
Educație și cultură	105
Școlarizarea obligatorie și sistemul de învățământ	105
Școli profesionale informații generale	106
Formare "forma de școală cu normă întreagă" sau "sistem dual"	108
Studierea la o universitate - program de studiu dual	109
Studiu: Finanțare și bursă	110
Educație culturală	111
Facilități culturale și de agrement	112
Educația adulților	115
Aspecte juridice și drepturi	116
Legea fundamentală și drepturile omului	116
Copiii au drepturi	117
Drepturile femeilor	120
Muncă și salarii	120
MGF - mutilare genitală feminină	120
Violența domestică	121
Căsătorie forțată	123
Antidiscriminare și incluziune	124
Drepturi egale pentru bărbați și femei	124
Experiențe cu discriminarea	125
Lesbiene, homosexuali, bisexuali, trans* și inter* (LGBTI)	127
Persoane cu dizabilități	128
Libertatea religioasă	129
Azil și refugiați	129
Statutul de rezident ca solicitant de azil	129
Cerere de azil	131
Azilul familial și protecția internațională a membrilor de familie	132
Consiliere în materie de azil	133
Voluntariat	134
Ce este munca voluntară	134
Persoane de contact	135
Districtul de servicii voluntare din Emsland	135
Agenții de voluntariat în districtul Emsland	135
Persoane de contact apropiate de domiciliu	135

Voluntariat cu districtul Emsland
Stabilirea contactelor inițiale

136
139

Bine ați venit la

Bine ați venit în districtul Emsland

Felicitare

**Stimate nou cetățean,
dragă nou cetățean,**

Bine ați venit în districtul Emsland!

Ați ales districtul Emsland drept noua dumneavoastră casă și am dori să vă ajutăm să începeți cât mai bine.

Cu siguranță nu este ușor să vă părăsiți casa familiară și să vă instalați într-un loc nou. După sosirea dumneavoastră, este posibil să aveți întrebări despre locuințe, școli, locuri de muncă și activități de petrecere a timpului liber. Districtul Emsland a introdus aplicația Integreat pentru a vă facilita sosirea și orientarea în Emsland. Integreat oferă un punct de contact digital pentru noii imigranți. Aplicația este concepută pentru a vă ajuta să înțelegeți mai bine și să vă familiarizați cu viața în Emsland. Aici veți găsi adrese locale importante, cursuri de limbă, puncte de contact generale și oferte de ajutor în situații speciale de viață.

Un avantaj deosebit al aplicației este faptul că puteți accesa informațiile în diferite limbi. De asemenea, puteți utiliza aplicația și offline, dacă nu aveți acces la internet. De îndată ce sunteți din nou online, aplicația se actualizează automat.

Sperăm că aplicația Integreat vă va ajuta să vă orientați în Emsland și să vă acomodați rapid. Așteptăm cu nerăbdare să vă întâmpinăm ca noi rezidenți aici, în districtul Emsland.

Marc-André Burgdorf
Administrator al districtului

Date interesante despre districtul Emsland

Districtul Emsland se întinde pe o suprafață de 2.880 de kilometri pătrați, de la Rheine la Papenburg. Acest lucru îl face cel mai mare district din Saxonia Inferioară în ceea ce privește suprafața. Emsland este unul dintre cele mai mari districte din Germania și este mai mare în total decât landul federal Saarland.

Emsland are o lungime de aproximativ 95 de kilometri de la nord la sud și o lățime de 56 de kilometri de la est la vest. Se învecinează cu Olanda la vest. La est se învecinează cu districtele Cloppenburg și Osnabrück, iar la sud-vest cu districtul Grafschaft Bentheim.

În Emsland există 19 unități administrative diferite, inclusiv orașe, municipii și comune. Aceste unități administrative variază foarte mult ca mărime.

Districtul Emsland oferă tuturor cetățenilor servicii bune în domeniile educației, culturii și cumpărăturilor. Emsland este, de asemenea, un loc excelent pentru excursii cu bicicleta. Există multe rute diferite care sunt bine semnalizate, astfel încât să puteți pedala în siguranță. Dacă doriți să aflați mai multe despre excursii în oraș, tururi cu bicicleta și restaurante, puteți contacta centrul de [informare turistică](#) sau puteți face [clik aici](#).



Orașe și municipii

Districtul Emsland cuprinde 19 unități administrative, inclusiv 5 orașe, 5 municipalități unice și 9 municipalități comune. Puteți găsi aici datele de contact pentru unitățile administrative.

Informații suplimentare pot fi găsite pe site-urile oficiale ale orașelor și municipalităților din districtul Emsland.

Dörpen

Samtgemeinde Dörpen

 [Hauptstraße 25, 26892 Dörpen](#)

 [+4949634020](#)

 <https://www.doerpen.de/>

Emsbüren

Gemeinde Emsbüren

 [Magistratstraße 5, 48488 Emsbüren](#)

 [+49590393050](#)

 <https://www.emsbueren.de/>

Freren

Samtgemeinde Freren

 [Markt 1, 49832 Freren](#)

 [+4959029500](#)

 <https://www.freren.de/>

Geeste

Gemeinde Geeste

 [Am Rathaus 3, 49744 Geeste](#)

 [+495937690](#)

 <https://www.geeste.de/>

Haren (Ems)

Stadt Haren

 [Neuer Markt 1, 49733 Haren \(Ems\)](#)

 [+49593280](#)

 <https://www.haren.de/>

Haselünne

Stadt Haselünne

 [Rathausplatz 1, 49740 Haselünne](#)

 [+4959615090](#)

 <https://www.haseluenne.de/>

Herzlake

Samtgemeinde Herzlake

 [Neuer Markt 4, 49770 Herzlake](#)

 [+495962880](#)

 <https://www.herzlake.de/>

Lathen

Samtgemeinde Lathen

 [Erna-de-Vries-Platz 7, 49762 Lathen](#)

 [+495933660](#)

 <https://sg-lathen.de/gemeinden/lathen/>

Lengerich

Samtgemeinde Lengerich

 [Mittelstraße 15, 49838 Lengerich](#)

 [+49590493280](#)

 <https://www.lengerich-emsland.de/index/>

Lingen (Ems)

Stadt Lingen

 [Elisabethstraße 14-16, 49808 Lingen \(Ems\)](#)

 [+4959191440](#)

 <https://www.lingen.de/>

Meppen

Stadt Meppen

 [Markt 43, 49716 Meppen](#)

 [+4959311530](#)

 <https://www.meppen.de/>

Nordhümmling

Samtgemeinde Nordhümmling

 [Poststraße 13, 26897 Esterwegen](#)

 [+4959552000](#)

 <https://sg-nordhuemmling.de/>

Papenburg

Stadt Papenburg

 [Hauptkanal rechts 68-69, 26871 Papenburg](#)

 [+494961820](#)

 <https://www.papenburg.de/>

Rhede (Ems)

Gemeinde Rhede

 [Gerhardyweg 1, 26899 Rhede \(Ems\)](#)

 [+49496491820](#)

 <https://rhede-ems.de/>

Salzbergen

Gemeinde Salzbergen

 [Franz-Schratz-Straße 12, 48499 Salzbergen](#)

 [+49597694790](#)

 <https://www.salzbergen.de/>

Sögel

Samtgemeinde Sögel

 [Ludmillenhof, 49751 Sögel](#)

 [+4959522060](tel:+4959522060)

 <https://www.soegel.de/>

Spelle

Samtgemeinde Spelle

 [Hauptstraße 43, 48480 Spelle](#)

 [+4959779370](tel:+4959779370)

 <https://www.spelle.de/>

Twist

Gemeinde Twist

 [Flensburgstraße 7, 49767 Twist](#)

 [+49593693300](tel:+49593693300)

 <https://www.twist-emsland.de/>

Werlte

Samtgemeinde Werlte

 [Marktstraße 1, 49757 Werlte](#)

 [+4959512010](tel:+4959512010)

 <https://www.sgwerlte.de/>

Centrul de coordonare pentru migrație și participare

Centrul **Koordinierungsstelle für Migration und Teilhabe** este un centru de contact pentru persoanele cu o istorie de imigrație. Acesta îi ajută pe oameni să se regăsească în noul lor mediu și să participe activ în societate. Acesta oferă informații pe multe teme importante, de exemplu

- cursuri de limbi străine
- educație
- muncă

- locuințe
- ajutor în viața de zi cu zi

Centrul colaborează cu multe alte organizații - cum ar fi asociații, școli, birouri guvernamentale și centre de consiliere. În acest fel, persoanele care sunt noi în Germania sau care locuiesc aici de ceva timp pot primi ajutor direcționat.

Koordinierungsstelle se angajează să promoveze participarea, egalitatea de șanse și coexistența respectuoasă. Toți oamenii ar trebui să se simtă bineveniți și să aibă aceleași oportunități de a se implica.

Aici puteți găsi pliantul [Wegweiser Integration](#) cu datele de contact ale administrației, ale centrelor de consiliere privind migrația și ale furnizorilor de cursuri de limbi străine.

Persoană de contact:

Koordinierungsstelle für Migration und Teilhabe im Landkreis Emsland | Frau Abdel-Naby

📍 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

✉️ @integration@emsland.de

☎️ [+495931442214](tel:+495931442214)

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

Birouri importante

Agenția de ocupare a forței de muncă

Agenția Federală pentru Ocuparea Forței de Muncă este responsabilă pentru tot ceea ce ține de ocuparea forței de muncă. Sunteți în căutarea unui loc de muncă? Aveți nevoie de ajutor în alegerea unei cariere? Doriți să vă fie recunoscute calificările? Atunci contactați Agenția pentru ocuparea forței de muncă.

👥 Procedura dumneavoastră de azil este încă în curs de desfășurare? Sau sunteți tolerat? Atunci Agenția pentru ocuparea forței de muncă este punctul dumneavoastră de contact. Aceasta vă va ajuta cu întrebări legate de tranziția între școală și locul de muncă (consiliere profesională). Ei vă vor plasa la locul de muncă. Și vă vor consilia cu privire la formarea profesională ulterioară.

Contactați-ne în [Meppen](#), [Lingen](#) sau [Papenburg](#)!

👥 Sunteți recunoscut? Atunci [centrul de ocupare a forței](#) de muncă este punctul dumneavoastră de contact. Ei vă vor consilia și vă vor plasa pe piața muncii.

Centrul pentru locuri de muncă

Centrul pentru ocuparea forței de muncă plătește prestațiile financiare. De asemenea, vă oferă locuri de muncă și formare profesională. Aceasta depinde de nevoile dumneavoastră individuale. Printre altele, agenția pentru ocuparea forței de muncă vă va permite să participați la un [curs de limbi străine](#). Vă va îndruma către un serviciu de consiliere profesională. Sau vă poate ajuta să vă obțineți [recunoașterea](#) certificatelor. Doriți să lucrați? Atunci veți găsi informații și consiliere aici: [Acces pe piața muncii](#).

💡 [Angajații Centrului pentru Ocuparea Forței de Muncă](#) nu au voie să transmită informații despre clienți. Aveți un însoțitor voluntar? Atunci trebuie să îi dați o împuternicire. Aceasta trebuie completată în întregime și semnată de ambele părți.

👥 Cererea dumneavoastră de azil este încă în așteptare? Sau cererea dumneavoastră a fost respinsă? În acest caz, [Agenția Federală pentru Oc](#)uparea [Forței de Mun](#)că este responsabilă pentru aspectele legate de promovarea ocupării forței de muncă.

👥 Etapele de urmat după o decizie pozitivă

Ați primit o decizie pozitivă din partea BAMF. Aceasta înseamnă că procedura de azil a fost finalizată cu succes.

Vi s-a recunoscut dreptul la azil sau vi s-a acordat protecție pentru refugiați? Atunci puteți solicita o [alocație pentru cetățeni \(centrul pentru ocuparea forței de muncă\)](#).

👥 Gestionarea cazurilor

- Puteți găsi [aici](#) datele de contact ale managerului dvs. de caz.
- **Important:** nu există consiliere fără programare.
- Ați participat deja la un [curs de integrare](#)? Aduceți certificatul cu dumneavoastră! În caz contrar, aruncați o privire [aici](#) pentru a afla cum puteți participa gratuit la un curs de integrare.
- Aveți documente referitoare la [frecventarea școlii](#) sau la [formare](#)? Aveți referințe profesionale? V-au [fost recunoscute calificările obținute în străinătate](#)? Vă rugăm să le aduceți cu dumneavoastră.
- Spuneți-ne despre orice abilități speciale pe care le aveți (de exemplu, meșteșuguri sau [cunoștințe lingvistice](#)).
- Gândiți-vă la domeniul de activitate care vă interesează înainte de programare.

👥 Date de contact

Landkreis Emsland | Jobcenter

📍 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

@ arbeit@emsland.de

☎ [+495931441448](tel:+495931441448)

💡 Ne puteți găsi și la [Instagram](#)!

Biroul de imigrare

Autoritatea reglementează șederea rezidenților fără cetățenie germană. Locuiți în orașul Lingen? Atunci adresați-vă Biroului de înregistrare a străinilor din Lingen.

Ce puteți face la această autoritate:

- Clarificați întrebări legate de intrare. Aceasta se referă, de exemplu, la reîntregirea familiei. Sau invitații la vizită.
- Întrebări privind șederea după intrare. De exemplu, solicitarea unui permis de ședere.
- Naturalizare

Vă rugăm să vă faceți **o programare înainte de vizită**. O vizită spontană **fără programare nu este posibilă!**

Vă rugăm să contactați Oficiul pentru Imigrări numai prin telefon sau e-mail. Veți primi apoi o propunere de programare.

Informații suplimentare pentru **lucrătorii străini calificați** se găsesc pe următoarele două pagini: [Make it in Germany](#) și [Recunoaștere în Germania](#).

Responsabil pentru întregul Emsland (cu excepția locuitorilor din orașul Lingen)

Landkreis Emsland | Fachbereich Sicherheit und Ordnung - Ausländerwesen

📍 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

✉️ @abh@emsland.de

☎️ [+495931443030](tel:+495931443030)

Pentru chestiuni legate de **naturalizare**, vă rugăm să trimiteți un e-mail la: ebh@emsland.de

Pentru chestiuni legate de **invitațiile de vizită**, vă rugăm să contactați prin e-mail: besucher@emsland.de

Responsabil doar pentru rezidenții din orașul Lingen

Ausländerbehörde der Stadt Lingen

📍 [Elisabethstraße 14-16, 49808 Lingen \(Ems\)](#)

✉️ @auslaenderbehoerde@lingen.de

☎️ [+4959191440](tel:+4959191440)

La [centrale de consiliere pentru migrație](#) din districtul Emsland se poate obține **consiliere gratuită** pe diverse teme, cum ar fi ajutor pentru completarea cererilor și a formularelor, educație, viața de familie, locuințe, muncă și căutarea unui loc de muncă, sănătate.

Biroul de asistență socială pentru tineret

Sprijin din partea biroului de asistență socială pentru tineret

Biroul de asistență socială pentru tineret sprijină părinții și copiii

Biroul de asistență socială pentru tineret sprijină părinții și tutorii în creșterea, îngrijirea și educația copiilor și tinerilor. Acesta este punctul de contact pentru toate întrebările, incertitudinile și problemele legate de acest subiect. Mai bine prea devreme decât prea târziu!

Vorbiți cu noi. Specialiștii noștri vor fi bucuroși să vă ajute și să vă sprijine pe dumneavoastră și familia dumneavoastră!

Sarcina Biroului de asistență socială pentru tineret este, de asemenea, de a proteja copiii și tinerii. La urma urmei, copiii și tinerii au **dreptul** să crească într-un mediu sigur și sănătos([copiii au drepturi](#)). Prin urmare, personalul va urmări orice informație conform căreia un **copil ar putea fi în pericol**.

Cine poate contacta Biroul de asistență socială pentru tineret?

- Părinții
- Copii și tineri
- Persoane care își dau seama că un copil sau o familie are nevoie de sprijin

În legătură cu ce probleme pot contacta Biroul de asistență socială pentru tineret?

- Consiliere pe probleme parentale
- Sprijin pentru părinții singuri
- Paternitate, întreținere și îngrijire parentală
- Consiliere pe probleme de parteneriat, separare și divorț
- Consiliere și servicii pentru tineri
- Consiliere și sprijin pentru copiii și tinerii aflați în situații dificile
- Sprijin pentru tranziția de la școală la muncă
- Consiliere pentru tinerii și adolescenții împotriva cărora a fost inițiată o procedură penală
- Asistență pentru integrarea copiilor și tinerilor cu dizabilități mintale (imnente)
- Cazare, îngrijire și sprijin pentru minorii refugiați neînsoțiți
- Protecția copilului și a tinerilor

Contact și program de funcționare

În ciuda internetului, a corespondenței și a telefonului - unele chestiuni sunt mai bine tratate în cadrul unei întâlniri personale cu noi. Vă rugăm să faceți o programare.

Landkreis Emsland | Jugendamt

 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

@info@emsland.de

[+495931440](tel:+495931440)

 Luni - vineri: 8:30 - 12:30 și luni - joi: 14:30 - 16:00

Programările sunt posibile și la alte ore, cu programare prealabilă.

Departamentul de afaceri sociale

Departamentul de afaceri sociale

Departamentul de Servicii Sociale oferă o gamă largă de servicii pentru cetățenii din Emsland.

- Sprijin pentru venitul de bază la bătrânețe și în caz de capacitate redusă de câștig
- Asistență pentru îngrijire
- Asistență pentru cheltuielile de întreținere
- Asistență pentru integrarea persoanelor cu handicap
- Ajutor pentru depășirea anumitor dificultăți sociale
- Asistență în domeniul sănătății
- Asistență în alte situații de viață

Aveți întrebări cu privire la aceste subiecte? Atunci vă rugăm să ne contactați:

Landkreis Emsland | Fachbereich Soziales

 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

@info@emsland.de

[+495931440](tel:+495931440)

 Dacă aveți nevoie de beneficii bănești, locuință sau tratament medical (Leistungen nach SGB II, SGB XII und AsylbLG), vă rugăm să contactați autoritatea locală.

Departamentul de sănătate

Departamentul de sănătate publică face parte din sistemul de sănătate din Germania. De exemplu, este responsabil pentru protejarea populației de bolile infecțioase. Sau se ocupă de igiena în întreprinderi. Acestea pot fi spitale și centre de îngrijire. Sau restaurante și cafenele. Doriți să lucrați într-un restaurant? Atunci aveți nevoie de o instruire privind protecția împotriva infecțiilor. Departamentul de sănătate publică are și alte sarcini. Autoritatea sanitară are un serviciu social psihiatric și un serviciu medical. Serviciul medical efectuează evaluări la cerere. Serviciul de pediatrie efectuează examene de intrare în școală și oferă informații despre boli. În general, acesta informează populația cu privire la riscurile pentru sănătate.

Landkreis Emsland | Gesundheitsamt

 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

@gesundheit@emsland.de

 [+495931441197](tel:+495931441197)

Ofițer pentru egalitatea de șanse

Legea fundamentală plasează bărbații și femeile pe picior de egalitate. Cu toate acestea, femeile și bărbații nu beneficiază adesea de drepturi egale în viața de zi cu zi. Responsabilii pentru egalitatea de șanse din districtul Emsland sunt persoane care doresc să se asigure că femeile și bărbații sunt tratați în mod egal. Aceștia lucrează atât în interiorul, cât și în afara administrațiilor locale.

Obiectivele și sarcinile activității în domeniul egalității de șanse

- Șanse egale pentru toate genurile în familie, la locul de muncă și în societate
- Eliminarea și prevenirea discriminării bazate pe gen
- Reducerea dezavantajelor structurale pentru femei

Responsabilul pentru egalitatea de șanse se străduiește să atingă aceste obiective prin diseminarea de informații, realizarea de proiecte și participarea la comitete. Ea este punctul de contact pentru toți cetățenii din district, pentru grupuri, cluburi, asociații, organizații și instituții. Ea joacă un rol important ca interfață între administrație, politică și public.

Cele mai importante subiecte sunt atât în cadrul autorității, cât și în sfera publică:

- Educație și carieră,
- compatibilitatea și munca de îngrijire,
- modele de rol și diversitate,
- poziții de putere și luarea deciziilor,
- participarea în politică
- Securitate și sănătate

 Aveți întrebări sau aveți nevoie de ajutor? Atunci luați legătura cu noi. Puteți găsi responsabilul local pentru egalitatea de șanse [aici](#).

Filmul cu imagini "Agenți ai schimbării"

"Agenții schimbării" urmăresc dezavantajele și luptă pentru egalitate. Un nou film pentru munca locală! Iată linkul de pe Youtube: [Video Youtube "Agents of Change" \(Agenți ai schimbării\)](#)

Biroul de înregistrare a rezidenților

În principiu, toate persoanele care vin în Germania și doresc să rămână mai mult de trei luni trebuie să își înregistreze adresa de reședință la autorități după cel mult două săptămâni. Vă mutați în Germania? Atunci trebuie să informați autoritățile cu privire la noua dvs. adresă.

💡 Această înregistrare nu are nimic de-a face cu înregistrarea ca solicitant de azil sau cu înregistrarea la [autoritățile de imigrare](#). Trebuie să faceți acest lucru în plus. Puteți afla cum să vă înregistrați ca refugiat în capitolul privind [azilul și refugiații](#).

Cine trebuie să se înregistreze și când?

Toate persoanele care se mută în Germania sau se mută în Germania trebuie să se înregistreze sau să se reînregistreze la Biroul de înregistrare a rezidenților (adesea numit și Biroul de înregistrare a cetățenilor sau Biroul pentru cetățeni). Înregistrarea în termen de două săptămâni este obligatorie. Vă înregistrați prea târziu sau nu vă înregistrați deloc? Atunci este posibil să trebuiască să plătiți o amendă.

Atunci când vă înregistrați, veți primi o "confirmare oficială a înregistrării". Păstrați acest document într-un loc sigur. Îl puteți folosi pentru a dovedi - chiar și fără actul de identitate - că sunteți înregistrat într-o comună sau oraș din Germania. Acest lucru înseamnă că sunteți rezident acolo.

Ce trebuie să aduc cu mine pentru a mă înregistra?

Trebuie să vă înregistrați personal la Biroul de înregistrare a rezidenților sau la Biroul de înregistrare a cetățenilor. Puteți găsi adresa biroului de înregistrare a rezidenților sau a biroului de înregistrare a cetățenilor în partea de jos a acestei pagini.

Trebuie să vă aduceți cu dumneavoastră actul de identitate (carte de identitate, permis de ședere, document de ședere etc.) atunci când vă înregistrați. Aveți un pașaport? Sau documente de înlocuire a pașaportului? Atunci aduceți-le și pe acestea cu dumneavoastră. De asemenea, trebuie să completați un formular de înregistrare. Formularul îl puteți obține direct de la biroul de înregistrare a rezidenților.

În unele orașe/municipii, veți avea nevoie, de asemenea, de o așa-numită "confirmare de mutare a proprietarului" pentru înregistrare. Acesta este un document prin care proprietarul sau proprietara confirmă faptul că îi închiriați apartamentul. Uneori, certificatul de naștere sau certificatul de căsătorie este, de asemenea, necesar pentru înregistrare. Dacă aveți aceste documente, aduceți-le cu dumneavoastră la biroul de înregistrare, ca măsură de precauție.

Adresa biroului de înregistrare a rezidenților

Vă rugăm să vă adresați [autorității locale](#) din [localitatea](#) în care locuiți.

💡 Important: Aici veți găsi doar informații generale pe această temă. Vă rugăm să vă interesați de situația dumneavoastră personală la autoritatea locală din locul de reședință.

Oficiul de înregistrare

Oficiul de înregistrare are mai multe sarcini. Ați avut un copil? Atunci trebuie să anunțați nașterea la oficiul de stare civilă. Oficiul de stare civilă va autentifica apoi nașterea. Doriți să vă căsătoriți? Atunci oficiul de stare civilă vă va înregistra căsătoria.

Sarcinile pe scurt

- Notariatul nașterilor și al deceselor

- Încheierea căsătoriilor și a parteneriatelor
- Primirea demisiilor de la biserică
- Schimbarea numelor
- Eliberarea de certificate (certificat de naștere, certificat de deces, certificat de căsătorie)

Vă rugăm să vă adresați oficiului de stare civilă din localitatea dumneavoastră de [reședință](#).

Harta orașului/planul districtului

Aici veți găsi o hartă a orașului pentru districtul Emsland: [Geodata Landkreis Emsland](#)



Consiliere și ajutor

Consiliere privind migrația

Ați sosit recent în Germania? Aveți nevoie de ajutor pentru a vă orienta în Germania?
Sunteți aici de ceva timp, dar încă vă simțiți nesigur și necunoscut?

Atunci consilierea pentru migrație este locul potrivit pentru dumneavoastră. Acest serviciu de consiliere se adresează tuturor imigranților adulți cu un drept de ședere permanent sau incert.

Veți primi consiliere cu privire la următoarele subiecte:

- Unde pot învăța limba germană?
- Cum pot aplica pentru un curs de germană?
- Cum găsesc un apartament?
- Unde pot solicita ajutor financiar?
- Cine mă poate ajuta să-mi găsesc un loc de muncă?
- Diploma mea poate fi recunoscută în Germania?
- La ce medic pot merge?
- Cine mă va ajuta în timpul sarcinii?
- Dacă este necesar, însoțire la birouri și autorități de către voluntari
- Informații privind migrația și măsurile de integrare

Consilierea este disponibilă în limba germană și în multe alte limbi. Ea este gratuită. Și sprijinul este oferit indiferent de originea, religia sau naționalitatea dumneavoastră. Sunteți liber să alegeți centrul de consiliere și furnizorul la care vă adresați. Cu toate acestea, puteți decide și în funcție de limbile de consiliere disponibile.

💡 Aveți între 12 și 27 de ani? Atunci există un serviciu de consiliere separat pentru tine: [Servicii de migrație pentru tineri](#)

💡 Serviciul de [consiliere pentru azil](#) vă sprijină în primul rând în centrele locale de cazare comună.

Date de contact pentru serviciul de migrație:

SKM Lingen e.V. - Migrationsberatung | Frau Johanning

📍 [Lindenstraße 13, 49808 Lingen](#)

✉️ [@christina.johanning@skm-lingen.de](mailto:christina.johanning@skm-lingen.de)

☎️ [+495919124664](tel:+495919124664)

SKM Meppen e.V. - Migrationsberatung | Frau Jager

📍 [Kolpingstraße 4, 49716 Meppen](#)

✉️ [@n.jager@skm-meppen.de](mailto:n.jager@skm-meppen.de)

☎️ [+495931931112](tel:+495931931112)

AWO Bezirksverband Weser-Ems e.V. - Migrationsberatung | Herr Migura

📍 [Schützenstraße 17, 49716 Meppen](#)

@raphael.migura@awo-ol.de

[☎+4959315988173](tel:+4959315988173)

[☎+49 \(0\) 15151308199](tel:+49(0)15151308199)

Caritasverband für den Landkreis Emsland - Migrationsberatung | Frau Galster

[📍Am Markt 9, 49751 Sögel](https://www.google.com/maps/place/Am+Markt+9,+49751+Sögel)

@mgalster@caritas-os.de

[☎+49595293700](tel:+49595293700)

DRK- Kreisverband Emsland e.V. - Migrationsberatung Papenburg

[📍Rathausstraße 11, 26871 Papenburg](https://www.google.com/maps/place/RathausstraÙe+11,+26871+Papenburg)

@migration@drk-emsland.de

[☎+49496191232025](tel:+49496191232025)

DRK- Kreisverband Emsland e.V. - Migrationsberatung Meppen

[📍Dalumer Straße 17, 49716 Meppen](https://www.google.com/maps/place/Dalumer+StraÙe+17,+49716+Meppen)

@migration@drk-emsland.de

[☎+49593180063019](tel:+49593180063019)

DRK- Kreisverband Emsland e.V. - Migrationsberatung Lingen

[📍Jahnstraße 2-4, 49808 Lingen \(Ems\)](https://www.google.com/maps/place/JahnstraÙe+2-4,+49808+Lingen+(Ems))

@migration@drk-emsland.de

[☎+49591800331012](tel:+49591800331012)

DRK- Kreisverband Emsland e.V. | Migrationsberatung Haren

[📍Emsstr. 29-31, 49733 Haren/Ems](https://www.google.com/maps/place/Emsstr.+29-31,+49733+Haren/Ems)

@migration@drk-emsland.de

[☎+49 \(0\) 593180063019](tel:+49(0)593180063019)

 Marți de la 14:00 - 16:00
Cu programare prealabilă

Kolping Bildungswerk DV Osnabrück e.V. - Sögel Migrationsberatung | Herr Jung

📍 [Am Pohlkamp 7, 49751 Sögel](#)

@migrationsberatung@kolping-web.de

☎ [+491751852039](tel:+491751852039)

Kolping Bildungswerk DV Osnabrück e.V. - Salzbergen Migrationsberatung | Herr Jung

📍 [Franz-Schratz-Straße 8, 48499 Salzbergen](#)

@migrationsberatung@kolping-web.de

☎ [+491751852039](tel:+491751852039)

Servicii de migrație a tinerilor

Ai între 12 și 27 de ani? Ai un trecut în domeniul migrației și o perspectivă de ședere permanentă? Atunci acest serviciu îți este destinat.

Consilierea este oferită în toate aspectele vieții de zi cu zi, precum și în situații problematice. Dacă este necesar, puteți fi, de asemenea, însoțit la autorități.

De exemplu, dacă aveți următoarele întrebări

- Ce se întâmplă cu dreptul meu de ședere/procedura de azil?
- Ce tip de școală este potrivit pentru mine?
- Cum găsesc o ucenicie?
- Ce fac dacă am probleme cu autoritățile (centrul pentru ocuparea forței de muncă, biroul de asistență socială)?
- Informații despre activitățile de grup și de petrecere a timpului liber

Există diverși furnizori în districtul Emsland. Sunteți liber să alegeți ce furnizor doriți să vizitați.

Date de contact

AWO Bezirksverband Weser-Ems e.V. - Jugendmigrationsdienst | Frau Hübscher

📍 [Schützenstraße 17, 49716 Meppen](#)

@lilia.huebscher@awo-ol.de

☎ [+49 \(0\) 593120834](tel:+49(0)593120834)

🌐 <https://www.awo-ol.de/Beratungsangebote/MBE/JMD-M...>

Kolping Bildungswerk DV Osnabrück e.V. - Jugendmigrationsdienst Emsland-Nord | Frau Kreuzhermes

📍 [Am Pohlkamp 7, 49751 Sögel](#)

✉️ @kreuzhermes@kolping-web.de

☎️ [+49 \(0\) 5952990627](tel:+49(0)5952990627)

🌐 <https://kolping-web.de/jugendsozialarbeit/jugendm...>

Kolping Bildungswerk DV Osnabrück e.V. - Jugendmigrationsdienst Emsland-Süd | Frau Lammering

📍 [Franz-Schratz-Straße 8, 48499 Salzbergen](#)

✉️ @jmd@kolping-web.de

☎️ [+49 \(0\) 5976947314](tel:+49(0)5976947314)

🌐 <https://kolping-web.de/jugendsozialarbeit/jugendm...>

Jmd4you Consiliere online pentru viața dumneavoastră în Germania

Acesta este numele unui serviciu de consiliere digitală oferit de Serviciul de migrație pentru tineret. Mai întâi trebuie să vă înregistrați. Apoi veți primi consiliere profesională și individuală. Consilierea are loc într-un spațiu virtual protejat. Puteți alege între consiliere prin e-mail și chat. Puteți rămâne anonim în timpul consilierii. Consilierea se referă la integrarea școlară, profesională și socială în Germania. Puteți găsi mai multe informații [aici](#).

Consiliere privind procedura de azil

Vă simțiți bine pregătit pentru interviul de azil? Mai aveți incertitudini? Aveți întrebări cu privire la procedura de azil? Doriți consiliere independentă care să vă explice procedura pas cu pas? Aveți nevoie de sprijin în timpul procedurii de azil? Cererea dumneavoastră de azil a fost respinsă și doriți să depuneți o cale de atac? În cadrul acestei sesiuni gratuite de consiliere veți primi sprijin individual. Scopul este să vă îndrumăm în cel mai bun mod posibil pe parcursul procedurii de azil.

Puteți găsi mai multe informații aici: [Consiliere privind procedura de azil](#)

DRK-Kreisverband Emsland e.V. - Asylverfahrensberatung Papenburg | Frau Lott

📍 [Rathausstraße 11, 26871 Papenburg](#)

✉️ @karina.lott@drk-emsland.de

☎️ [+49 \(0\) 496191232036](tel:+49(0)496191232036)

DRK-Kreisverband Emsland e.V. - Asylverfahrensberatung Meppen | Frau Möhle

📍 [Dalumer Straße 17, 49716 Meppen](#)

@katja.moehle@drk-emsland.de

☎ [+49 \(0\) 593180063039](tel:+49(0)593180063039)

DRK- Kreisverband Emsland e.V. | Asylverfahrensberatung Haren

📍 [Emsstr. 29-31, 49733 Haren/Ems](#)

@katja.moehle@drk-emsland.de

☎ [+49 \(0\) 593180063039](tel:+49(0)593180063039)

☎ [+49 \(0\) 593180063019](tel:+49(0)593180063019)

🕒 Marți de la 14:00 - 16:00
Cu programare prealabilă

Căutarea internațională a membrilor familiei

Ați pierdut contactul cu o rudă și nu știți unde se află? Crucea Roșie germană caută în întreaga lume persoanele care au fost separate de familiile lor sau care au dispărut și le clarifică soarta.

DRK-Kreisverband Emsland e.V. - Internationale Suche nach Familienangehörigen und Familienzusammenführung | Frau Trouw

📍 [Rathausstraße 11, 26871 Papenburg](#)

@katharina.trouw@drk-emsland.de

☎ [+49 \(0\) 496191232024](tel:+49(0)496191232024)

Informații suplimentare pot fi găsite [aici](#).

Consiliere centrală pentru returnare

Oficiul Federal pentru Migrație și Refugiați (BAMF) nu a luat încă o decizie cu privire la cererea dumneavoastră de azil? Doriți în continuare să vă întoarceți în țara dumneavoastră de origine? Dar nu știți cum să vă recuperați pașaportul? Aveți nevoie de ajutor financiar pentru călătoria de întoarcere? Serviciul Central de Consiliere pentru Returnare (ZRB) vă va consilia cu privire la modalitățile de a vă întoarce voluntar în țara de origine. Consilierea este deschisă. Veți decide singur după consiliere. Puteți pleca în mod voluntar. Sau puteți rămâne în continuare.

Caritasverband für den Landkreis Emsland - Rückkehrberatung | Frau Galster

📍 [Am Markt 9, 49751 Sögel](#)

@mgalster@caritas-os.de

[☎ +49 \(0\) 15172213356](tel:+49(0)15172213356)

SKM Meppen e.V. - Rückkehrberatung | Frau Jager

[📍 Kolpingstraße 4, 49716 Meppen](#)

@n.jager@skm-meppen.de

[☎ +49 \(0\) 5931931112](tel:+49(0)5931931112)

Proiecte de integrare

JuMP - Tineretul și migrația în Papenburg

JuMP este un proiect de tineret al orașului Papenburg și al centrului de consiliere pentru migrație DRK. Scopul este de a responsabiliza tinerii, de a permite participarea și de a crea structuri durabile.

Oferte actuale:

- Consiliere privind orientarea profesională
- Tematizarea subiectului "zbor și migrație"
- Eveniment de informare pentru școli
- Ateliere "Kulturtalk" pentru copii și tineri
- Crearea de oportunități de petrecere a timpului liber și de întâlnire, cum ar fi activitățile de vacanță [la DRK Haus Global](#)

DRK-Kreisverband Emsland e.V. - JuMP | Frau Rodríguez Sánchez

[📍 Rathausstraße 11, 26871 Papenburg](#)

@alina.rodriquez-sanchez@drk-emsland.de

[☎ +49496191232026](tel:+49496191232026)

[🌐 https://www.drk-emsland.de/angebote/migration-und...](https://www.drk-emsland.de/angebote/migration-und...)

Ghidul Start

Ghidul Start în Emslandul de nord sau "Hand in Hand" în Emslandul central și de sud vă vor consilia pe tema muncii și a formării profesionale. Veți avea ocazia să faceți cunoștință cu angajatorii locali. Puteți afla despre oportunitățile de carieră. Solicitanții de locuri de muncă interesați și angajatorii potriviți sunt prezentați unii altora.

VHS Meppen gGmbH - Hand in Hand (Mitte und Süd) | Herr Stutins

📍 [Freiherr-vom-Stein- Straße 1, 49716 Meppen](#)

@ ziedonis.stutins@vhs-meppen.de

☎ [+495931937350](tel:+495931937350)

🌐 <https://www.vhs-meppen.de/chancen-foerdern/leben-...>

Historisch-Ökologische Bildungsstätte (HÖB) Emsland in Papenburg e.V. - Start Guide im nördlichen Emsland | Frau Book

📍 [Spillmannsweg 30, 26871 Papenburg](#)

@ stefanie.book@hoeb.de

☎ [+494961978836](tel:+494961978836)

🌐 <https://www.hoeb.de/projekte/start-guide-im-noerd...>

NetwinPlus

Vă este dificil să găsiți un loc de muncă în Germania? Întâlniți diverse obstacole în accesarea pieței muncii germane? Puteți obține ajutor și sprijin aici:

Historisch-Ökologische Bildungsstätte (HÖB) Emsland in Papenburg e.V. - NetwinPlus | Frau Meyer

📍 [Spillmannsweg 30, 26871 Papenburg](#)

@ katharina.meyer@hoeb.de

☎ [+494961978833](tel:+494961978833)

🌐 <https://www.hoeb.de/projekte/netwin-plus/>

SKM Lingen e.V. - NetwinPlus | Frau Waterkamp und Frau Bartolomej

📍 [Lindenstraße 13, 49808 Lingen](#)

@ lena.waterkamp@skm-lingen.de

☎ [+49591912465405919124659](tel:+49591912465405919124659)

Rândul meu

Femeile își găsesc drumul!

My Turn sprijină femeile din Emsland în drumul lor către integrarea cu succes pe piața muncii. Se oferă consiliere și ateliere de lucru. Oferta este de la femei pentru femei. Sesiunile de consiliere individuală, precum și participarea la ateliere și cafenele de discuții sunt gratuite și voluntare. Este posibil să se alăture programului în orice moment.

VHS Meppen gGmbH - MY TURN EMSLAND (Süd) | Frau Hanhoun

📍 [Riedemannstraße 1, 49716 Meppen](#)

✉️ @galnar.hanhoun@vhs-meppen.de

☎️ [+495931937379](tel:+495931937379)

🌐 <https://my-turn-emsland.de/>

VHS Papenburg - MY TURN EMSLAND (Nord) | Frau Sonntag da Cruz

📍 [Hauptkanal rechts 72, 26871 Papenburg](#)

✉️ @anne.sonntagdacruz@vhs-papenburg.de

☎️ [+494961922321](tel:+494961922321)

🌐 <https://my-turn-emsland.de/>

JES - Tinerii din Emsland încep cu LernBar

Proiectul este destinat tinerilor cu vârste cuprinse între 18 și 35 de ani care primesc bani de la centrul pentru ocuparea forței de muncă sau de la agenția pentru ocuparea forței de muncă. Ei primesc sprijin gratuit și fără complicații în căutarea unei ucenicii sau a unui loc de muncă. De asemenea, se oferă ajutor în rezolvarea problemelor cotidiene sau în completarea cererilor. În prezent, există un atelier de alfabetizare în Meppen și două ateliere de calculatoare în Meppen și Haren. Există întâlniri regulate pentru schimbul de idei.

VHS Meppen - Gebäude Riedemannstraße - JES

📍 [Riedemannstraße 1, 49716 Meppen](#)

✉️ @jes@vhs-meppen.de

☎️ [+49 \(0\) 5931937327](tel:+49(0)5931937327)

🌐 <https://www.junge-emslaender.de/>

Family Live - Afară în viață

Family Live este un serviciu de consiliere pentru părinți singuri și familii cu venituri mici. Consilierea abordează subiecte legate de familie și muncă. De exemplu, veți fi sprijinit în pregătirea documentelor de aplicare sau în clarificarea situației financiare. Veți primi ajutor în găsirea opțiunilor de îngrijire a copiilor dumneavoastră. Sunt organizate evenimente și ateliere de lucru pentru familii, astfel încât să vă puteți întâlni și schimba idei. Consilierea este gratuită.

VHS Papenburg - Family Live | Family Live Nord

📍 [Hauptkanal rechts 72, 26871 Papenburg](#)

✉️ @FamilyLive@vhs-papenburg.de

☎️ [+494961922346](tel:+494961922346)

 <https://www.vhs-papenburg.de/aktiv-plus-family-li...>

VHS Meppen - Gebäude Druckhaus Plagge | Family Live Süd

 [Riedemannstraße 1, 49716 Meppen](#)

 [@FamilyLive@vhs-meppen.de](mailto:FamilyLive@vhs-meppen.de)

 [+49 \(0\) 5931937375](tel:+49(0)5931937375)

 <https://www.vhs-papenburg.de/aktiv-plus-family-li...>

Comeback4you - Calea dvs. de întoarcere la muncă

Planificarea întoarcerii la muncă

Multe femei doresc să se întoarcă la locul de muncă după ce au luat o pauză pentru a avea grijă de familia lor. Dar uneori nu este atât de ușor să găsești drumul înapoi la un loc de muncă după această etapă. Acest proiect le ajută pe femei să găsească calea corectă de întoarcere la muncă. Fiecare participant primește sprijin din partea unui expert care îl ajută să planifice pașii următori.

Există o rețea extinsă cu organizații de formare și companii locale. Ele primesc, de asemenea, sprijin cu privire la modul de a reconcilia viața profesională și cea de familie.

Comeback4you constă într-un seminar și într-un coaching individual:

Seminarul abordează următoarele subiecte:

- Cum să vă aflați propriile competențe
- Ce locuri de muncă sunt disponibile în regiune
- Cum să aplicați corect pentru un loc de muncă
- Cum să echilibrați munca și viața de familie
- Cum să lucrați bine în echipă
- Cum să vă vorbiți corect și cum să rezolvați conflictele
- Cum să lucrați cu un computer
- Ce calificări sunt necesare în companii

Seminarul are loc întotdeauna marțea și joia de la 8.30 la 11.30.

Coachingul individual ajută persoanele să găsească calea corectă de revenire la muncă, pas cu pas.

Costuri:

Dacă sunteți interesat, vă rugăm să contactați managerul de caz de la Centrul pentru locuri de muncă Aschendorf.

Historisch-Ökologische Bildungsstätte (HÖB) e.V.

 [Spillmannsweg 30, 26871 Papenburg](#)

 [+49496197880](tel:+49496197880)

 <https://www.hoeb.de/>

Consiliere online

mbeon - Consiliere multilingvă pe chat

În Germania există numeroase centre locale de consiliere. În cazul în care centrul de consiliere este închis sau departe de locul în care locuiți, consilierea prin chat digital vă poate ajuta.

Cu mbeon, puteți găsi cu ușurință informații online. De asemenea, puteți beneficia de consiliere prin chat.

mbeon permite consilierea prin chat. Toți consilierii sunt specialiști calificați din cadrul Serviciului de consiliere în domeniul migrației pentru imigranții adulți (MBE). Aceștia sunt garantați să răspundă în termen de 48 de ore. Aceștia ajută cu toate întrebările și problemele care apar odată cu traiul într-un mediu nou. Consilierea este anonimă, securizată din punct de vedere al datelor și gratuită.

Aplicația conține, de asemenea, informații extinse pe teme precum munca și cariera. Veți găsi, de asemenea, informații pe teme de sănătate și de învățare a limbii germane. Locuința, familia și reședința sunt alte subiecte. În plus, mbeon vă pune în legătură cu centrele de consiliere în materie de migrație și cu alte puncte de contact importante.

Aplicația este disponibilă în limbile germană, engleză, rusă și arabă. Puteți primi consiliere în peste 19 limbi diferite.

Aplicația are multe avantaje:

- Aplicația este flexibilă. Poate fi utilizată oriunde și în orice moment.
- Consilierea este oferită în limba dvs. maternă.
- Aplicația este securizată din punct de vedere al datelor. Documentele pot fi trimise rapid și în siguranță.
- Aplicația și consilierea sunt gratuite.
- Consilierea este anonimă.

Aplicația gratuită poate fi descărcată de pe Google Play Store și AppStore.

 [mbeon în Google Play Store](#)

 [mbeon în AppStore](#)

Informații suplimentare sunt disponibile pe [site-ul multilingv](#) și pe [pagina de Facebook](#).

Alte servicii de consiliere online pot fi găsite aici:

Obțineți consiliere online de la experții Caritas. Consilierea este gratuită, anonimă și sigură.

Selectați [aici](#) un subiect pentru consiliere.

Consiliere educațională

Educație Compass Emsland

Îți cauți slujba visurilor tale? E timpul pentru ceva nou? Planuri pentru viitor? Sunteți pregătit pentru succesul profesional?

Echipa Bildungskompass vă va sprijini în orientarea dvs. profesională și în găsirea unor programe adecvate de formare continuă - indiferent de vârstă, pregătire, etc.

Planificați-vă viitorul cu noi și transformați-vă ideea într-un obiectiv clar.

Consilierea este

- pentru toate vârstele
- în orice situație de viață
- pentru fiecare grup profesional
- în toate fazele carierei
- în activitatea de voluntariat
- pentru toată lumea

Contact:

Bildungskompass Emsland

📍 [Gymnasialstraße 8, 49716 Meppen](#)

@ info@bildungskompass-emsland.de

☎ [+49 \(0\) 5931153404](tel:+49(0)5931153404)

🌐 <https://www.bildungskompass-emsland.de/>

Compasul educațional este un proiect de cooperare al orașului Meppen, al centrului de educație pentru adulți Meppen gGmbH și al educației catolice pentru adulți Meppen.

Consiliere privind datoriile

Dacă nu vă plătiți facturile, veți avea datorii și, prin urmare, probleme financiare. Consilierea privind datoriile vă poate ajuta dacă aveți probleme financiare. Împreună cu dvs., aceștia vor analiza modul în care au apărut datoriile și vor elabora împreună cu dvs. planuri de reducere sau eliminare a datoriilor. Cu toate acestea, este important să cooperați activ și onest. [Aici](#) veți găsi informații suplimentare pe diverse teme legate de consilierea datoriilor în diferite limbi.

În districtul Emsland există diferite centre de consiliere pe care le puteți contacta dacă aveți datorii.

Detalii de contact:

Caritasverband Landkreis Emsland in Meppen | Schuldnerberatung

 [Kuhstraße 42, 49716 Meppen](#)

@schuldnerberat.MEP@caritas-os.de

 [+49 \(0\) 5931984261](tel:+49(0)5931984261)

Diakonisches Werk Emsland-Bentheim in Lingen | Schuldnerberatung

 [Bögenstraße 7, 49808 Lingen \(Ems\)](#)

@dw-lingen@diakonie-emsland.de

 [+49 \(0\) 591800410](tel:+49(0)591800410)

Diakonisches Werk Emsland Bentheim in Meppen | Schuldnerberatung

 [Schützenstraße 16, 49716 Meppen](#)

@e.holterhaus@diakonie-emsland.de

 [+49 \(0\) 593198150](tel:+49(0)593198150)

Diakonisches Werk Emsland-Bentheim in Papenburg | Schuldnerberatung

 [Landbergstraße 9, 26871 Papenburg](#)

@dw-papenburg@diakonie-emsland.de

 [+49 \(0\) 496198880](tel:+49(0)496198880)

SKM Lingen - Schuldner- und Insolvenzberatung

 [Lindenstraße 13, 49808 Lingen](#)

@sabine.thomas@skm-lingen.de

 [+49 \(0\) 5919124618](tel:+49(0)5919124618)

 [+49 \(0\) 5919124610](tel:+49(0)5919124610)

 <https://skm-lingen.de/schuldner-und-insolvenzbera...>

Viața de zi cu zi

Trăind

Termeni și costuri importante

Puteți căuta apartamente în ziarele locale sau pe internet.

Veți găsi o adresă de e-mail sau un număr de telefon în anunțuri. Trebuie să le sunați și să faceți o programare pentru a vedea apartamentul. Apoi veți vedea apartamentul împreună cu proprietarul sau proprietara. Dacă nu vorbiți încă bine germana, luați cu dvs. un prieten sau o cunoștință.

Când vedeți apartamentul, puteți pune următoarele întrebări:

- Cât costă chiria pe lună?
- Cât costă electricitatea, încălzirea, gazul și apa?
- Apartamentul consumă multă energie?

💡 După întâlnire, trebuie să îi spuneți rapid proprietarului sau proprietăresei dacă doriți apartamentul.

În cazul în care proprietarul dorește să vă închirieze apartamentul, acesta trebuie să vă ofere o prezentare generală a chiriei și a costurilor auxiliare sau un contract de închiriere. Acesta trebuie să arate mărimea apartamentului, chiria și costurile care compun chiria.

Unde pot căuta apartamente?

Iată o selecție de site-uri web pentru căutarea de apartamente de închiriat:

- <https://www.immowelt.de/>
- <https://www.immonet.de/>
- <https://www.immobilienscout24.de/wohnen/mietwohnungen.html>
- <https://www.kleinanzeigen.de/s-wohnung-mieten/c203>

Termeni și costuri importante

Explicația abrevierilor importante din anunțurile de apartamente:

Whg. = apartament; App. = apartament; WG = apartament comun; Zi. = cameră; ZKB = cameră-bucătărie-baie; EG = parter; 1. OG = etaj 1; Wohnfl. = spațiu de locuit; EBK = bucătărie mobilată; teilmb. = parțial mobilat; incl. = inclusiv; MM = chirie pe lună; NK = cheltuieli de serviciu; HK = costuri de încălzire; Kaut. = depozit

Contractul de închiriere

Un angajament pentru un apartament devine obligatoriu numai cu un contract de închiriere. Contractul de închiriere clarifică atât drepturile și obligațiile proprietarului, cât și drepturile și obligațiile chiriașului. Contractul de închiriere conține, de asemenea, multe alte detalii importante pe care trebuie să le citiți cu atenție (facturarea costurilor de încălzire și de funcționare, perioadele de preaviz, deținerea animalelor de companie, subînchirierea și multe altele).

Citiți cu atenție contractul de închiriere înainte de a-l semna. Cereți unui prieten care cunoaște bine limba germană să citească contractul de închiriere sau solicitați sprijin profesional, de exemplu de la Asociația pentru Protecția Chiriașilor (Tenants' Protection Association). Această organizație sprijină chiriașii cu probleme juridice legate de chirie.

Regulile casei

Regulamentul casei descrie regulile de conviețuire în clădire. Acestea includ, de exemplu, orele de liniște în casă de la 22.00 la 8.00, curățarea zăpezii iarna, curățarea regulată a casei

scărilor și multe altele. Citiți cu atenție reglementările din regulamentul casei.

Certificatul de proprietar

Proprietarul sau proprietara dumneavoastră trebuie să completeze acest formular. Aveți nevoie de acest certificat pentru a vă reînregistra (schimbarea adresei) în municipalitatea dumneavoastră sau la biroul de înregistrare a rezidenților.

💡 Trebuie să vă reînregistrați în noua municipalitate cât mai curând posibil, cel târziu după 2 săptămâni.

Chiria de bază

Chiria de bază se referă la costul apartamentului, excluzând costurile auxiliare precum apa, încălzirea, încălzirea apei, îngrijitorul și impozitul pe proprietate. Chiria la rece este întotdeauna mai mică decât chiria la cald.

Chiria caldă

Chiria caldă se referă la costurile totale ale apartamentului, adică chiria la rece plus costurile auxiliare. Cu toate acestea, uneori există costuri suplimentare în plus față de chiria caldă, cum ar fi energia electrică, [radioul](#), televiziunea și eliminarea deșeurilor.

Atunci când căutați un apartament, trebuie să verificați întotdeauna dacă anunțul menționează chiria de bază sau chiria caldă. Fără detalii privind costurile auxiliare, unele oferte de apartamente par înșelător de ieftine. Prin urmare, trebuie să clarificați în prealabil care sunt costurile incluse în chirie.

Garantia

Depozitul servește drept garanție financiară pentru proprietar sau proprietară în cazul în care se strică ceva în apartament. De obicei, depozitul se ridică la 2-3 chirii de bază.

La sfârșitul contractului de închiriere, depozitul este returnat dacă apartamentul este predat proprietarului sau următorului chiriaș curat și fără defecte.

Cel mai bine este să faceți fotografii ale stării apartamentului atunci când vă mutați sau îl predați. În acest fel, puteți dovedi ulterior ce defecte erau deja prezente atunci când v-ați mutat.

Autodenunțarea chirieșului

Declarația pe proprie răspundere a chirieșului este un tip de chestionar care este solicitat de proprietar. Proprietarul sau proprietara dorește în primul rând să verifice dacă chirieșul este în măsură să plătească chiria. Puteți întocmi singur formularul de autodenunț al chirieșului. Acesta conține următoarele informații:

- Numele și prenumele
- data nașterii
- adresa actuală
- Date de contact (telefon și e-mail)
- Profesia actuală și angajatorul
- Venitul lunar
- Informații privind Schufa

A [Schufa-Auskunft](#) oferă informații cu privire la solvabilitatea dumneavoastră. Schufa-Auskunft Puteți aplica online la adresa . Ocupă-te de acest lucru din timp, astfel încât să ajungă la timp

pentru căutarea apartamentului.

Schufa-Auskunft Versiunea gratuită a se numește "[Datenkopie nach Art. 15 DS-GVO](#)". Aceasta este suficientă pentru proprietari.

Consiliere pentru locuințe

Familii tinere cu copii, persoane în floarea vârstei, persoane cu dizabilități sau persoane în vârstă: Toți au cerințe speciale pentru casa și cartierul lor. Există mai multe modalități de a răspunde la acestea.

💡 Asigurați-vă că profitați de consilierea gratuită în materie de locuințe dacă doriți să rămâneți în locuința dumneavoastră. Chiar și mici schimbări pot face adesea ca o locuință să fie adaptată vârstei. În acest fel, puteți evita să fiți nevoit să vă mutați într-o altă locuință sau într-un centru de îngrijire.

Consilierea în materie de locuințe se adresează persoanelor de toate vârstele.

Consilierea cu privire la adaptarea locuinței dumneavoastră are loc în mod normal la dumneavoastră acasă. Consilierii vă vor examina îndeaproape locuința. Împreună veți descoperi unde există probleme și veți căuta soluții. Consilierii vă vor ajuta să decideți și să planificați măsurile. De asemenea, puteți utiliza serviciul de consiliere în materie de locuințe dacă doriți să vă construiți o casă nouă.

Puteți găsi mai multe informații [aici](#).

Alocație pentru locuință

Ce este ajutorul pentru locuință?

Alocația pentru locuință este o subvenție acordată de stat pentru acoperirea costurilor de locuință pentru un apartament închiriat sau pentru propria casă în care locuiți. Puteți solicita un ajutor pentru locuință dacă dumneavoastră și celelalte persoane din gospodăria dumneavoastră nu câștigați mulți bani. Ajutorul pentru locuință este destinat să vă ajute să trăiți bine și corespunzător cu familia dumneavoastră.

Cu toate acestea, puteți beneficia de ajutor pentru locuință numai dacă nu primiți alte prestații care să acopere deja costul locuinței. De exemplu, dacă primiți alocație pentru cetățeni, BAföG sau prestații de bază în conformitate cu Legea privind prestațiile pentru solicitanții de azil, atunci nu beneficiați de ajutor pentru locuință. Cu toate acestea, dacă primiți ajutor pentru locuință, puteți primi și ajutor pentru activități școlare și de petrecere a timpului liber, de exemplu pentru materiale școlare sau excursii. Aceasta se numește [pachet de educație și participare](#)

Cum aflu dacă pot beneficia de ajutor pentru locuință?

Pe internet există un calculator care arată dacă sunteți eligibil pentru ajutorul pentru locuință. Acest calculator se numește [Wohngeldrechner](#)

Vă rugăm să rețineți că acest calculator reprezintă doar o indicație aproximativă cu privire la posibilitatea de a beneficia de ajutor pentru locuință. Numai biroul local de acordare a ajutorului pentru locuință vă poate oferi informații obligatorii din punct de vedere juridic cu privire la dreptul dumneavoastră la ajutor pentru locuință.

De unde pot obține formularul de cerere pentru prestația pentru locuință?

Puteți obține formularele de cerere pentru prestația pentru locuință de la autoritatea locală **responsabilă de** prestația pentru locuință.

Dacă locuiți în **orasul Papenburg**, această autoritate este responsabilă de acordarea ajutorului pentru locuință:

Stadt Papenburg - Bürgerdienst Soziales | Wohngeldstelle

📍 [Rathausstraße 2, 26871 Papenburg](#)

@ buergerdienste-soziales@papenburg.de

☎ [+494961825130](tel:+494961825130)

🌐 <https://www.papenburg.de/buergerservice/verwaltung...>

Vă rugăm să vă faceți o programare online în avans, utilizând site-ul furnizat. Puteți vedea, de asemenea, orarul de funcționare aici.

Dacă locuiți în orașul **Meppen**, acest birou de prestații pentru locuințe este responsabil pentru dumneavoastră:

Stadtverwaltung Meppen - Fachbereich Arbeit, Soziales und Gesundheit | Wohngeldstelle

📍 [Markt 43, 49716 Meppen](#)

☎ [+495931153157](tel:+495931153157)

☎ [+49 \(0\) 5931153145](tel:+49(0)5931153145)

🌐 <https://www.meppen.de/buergerservice/dienstleistu...>

De asemenea, puteți găsi formularele pe site-ul specificat.

Dacă locuiți în orașul **Lingen**, acest birou de ajutoare pentru locuințe este responsabil pentru dumneavoastră:

Stadt Lingen - Fachdienst Soziales | Wohngeldstelle

📍 [Elisabethstraße 14-16, 49808 Lingen \(Ems\)](#)

☎ [+4959191440](tel:+4959191440)

🌐 <https://openrathaus.lingen.de/en/dienstleistungen...>

Puteți găsi toate informațiile importante, formularele de cerere și datele de contact ale funcționarului responsabil pentru dvs. pe site-ul specificat.

Dacă locuiți într-un **alt oras din districtul Emsland**, în afară de Papenburg, Meppen și Lingen, atunci acest birou de ajutoare pentru locuințe este responsabil pentru dumneavoastră:

Landkreis Emsland- Fachbereich Besondere Leistungen | Wohngeldstelle

 [Herzog-Arenberg-Straße 12, 49716 Meppen](#)

 [@info@emsland.de](mailto:info@emsland.de)

 [+495931440](tel:+495931440)

 <https://www.emsland.de/leben-freizeit/arbeit-und-...>

Separarea deșeurilor, deșeuri voluminoase și depozite

Separarea deșeurilor înseamnă că diferitele tipuri de deșeuri sunt colectate și reciclate separat. În Germania, separarea deșeurilor începe direct de la consumator. Acest lucru înseamnă că **fiecare gospodărie** trebuie să își **sorteze propriile deșeuri** și să le arunce în diferite pubele și containere. Majoritatea deșeurilor din Germania sunt reciclate și compostate, ceea ce permite conservarea resurselor și protejarea mediului. Practic, evitarea deșeurilor este încă cea mai simplă modalitate de a face ceva în privința munților de gunoi în creștere.

Dacă aruncați ceva în coșul de gunoi greșit, angajații sau instalațiile de sortare de la centrele de reciclare trebuie să îl sorteze din nou. Dacă toți sortăm corect, putem evita acest efort, putem reduce costurile și putem face ceva pentru mediu.

Ce se aruncă în ce coș de gunoi?

Coșurile de gunoi din Germania au culori diferite. Culorile vă arată ce deșeuri sunt permise în fiecare pubeză. În orașele mari, pubelele sunt adesea amplasate chiar lângă casă. În mediul rural, este posibil să trebuiască să mergeți cu mașina până la un centru de reciclare pentru a găsi toate pubelele. Sau puteți aștepta următoarea dată de colectare pentru anumite deșeuri. Între timp, puteți depozita gunoiul în garaj sau în pivniță, de exemplu. Puteți afla când se colectează ce deșeuri sunt colectate în secțiunea "[Abfallkalender](#)", pe care îl puteți găsi în cutia poștală în fiecare an sau îl puteți ridica de la primărie. Există, de asemenea, o [aplicație](#) care vă reamintește în mod regulat când ce gunoi este colectat.

 În fiecare coș de gunoi se pot arunca doar anumite deșeuri! [Prezentare generală a ajutoarelor de sortare internaționale](#)

Sperrmüll

Sperrmüll Deșeurile voluminoase sunt obiecte mari care nu încap în pubele, cum ar fi **mobila**, **saltelele** sau **covoarele**. Puteți solicita o dată de colectare gratuită a deșeurilor voluminoase de două ori pe an în districtul Emsland. Puteți solicita o dată de colectare [aici](#).

Trebuie să-mi separ deșeurile?

Da, separarea deșeurilor este obligatorie în Germania. Toată lumea trebuie să își separe corect deșeurile și să le pună în containerele corespunzătoare. Dacă nu respectați regulile privind separarea deșeurilor, proprietarul sau locatarul vă poate da un avertisment. Dacă nu vă schimbați comportamentul, puteți chiar să vă pierdeți apartamentul. De

asemenea, proprietarul sau locatarul vă va percepe o taxă pentru costurile suportate ca urmare a separării incorecte a deșeurilor. Dacă sunteți proprietar al propriei locuințe, separarea incorectă a deșeurilor vă va crește factura de eliminare a deșeurilor. Separarea incorectă a deșeurilor este, de asemenea, o infracțiune administrativă. Dacă sunteți prins, va trebui să plătiți o **amendă**. Dacă nu separați deșeurile în mod repetat sau dacă le separați incorect, această amendă poate ajunge chiar la câteva sute sau mii de euro.

Ce trebuie să știu despre "depozite"?

În Germania, există o așa-numită "obligație de depunere" pentru anumite recipiente pentru băuturi. Dacă cumpărați sticle de plastic și de sticlă sau cutii de băuturi în supermarket, plătiți câțiva cenți în plus pentru acestea. Dacă le returnați mai târziu goale la punctul de colectare a sticlelor goale din supermarket (de obicei un automat), primiți acești bani înapoi. Acest lucru se numește "depozit". Există două tipuri diferite de aceste sticle speciale:

Pe **sticlele de unică folosință** (care sunt reciclate) veți găsi un semn pătrat cu o cutie și o sticlă înconjurate de o săgeată. Acesta este logo-ul companiei Deutsche Pfand-System GmbH. Pe sticlele sau dozele cu acest simbol veți primi înapoi un depozit de 25 de cenți.

Pe **sticlele** returnabile (care sunt spălate și reumplute) nu veți găsi nicio etichetă, un "înger albastru" sau cuvintele "returnable (bottle)", "returnable bottle" sau "deposit bottle". Pentru sticlele returnabile se returnează un depozit de 15 cenți. Pentru sticlele de bere, aceasta este de 8 cenți.

💡 Cutiile de carton pentru băuturi nu au depozit.

💡 Dacă nu aveți timp sau chef să returnați singuri sticlele returnabile, le puteți, de asemenea, plasa într-un loc bine vizibil, lângă un coș de gunoi de pe stradă. În Germania există mulți oameni care colectează aceste sticle pentru a câștiga niște bani în plus.

Energie și mediu

Aveți nevoie de gaz și electricitate pentru casa dumneavoastră. Le folosiți pentru a face să funcționeze diverse aparate. Probabil că gătiți cu electricitate sau cu gaz. Mașina de spălat are nevoie, de asemenea, de electricitate. Și telefonul dvs. mobil, oricum. Unele aparate consumă mai mult decât altele. De aceea, ar trebui să acordați întotdeauna atenție consumului de energie atunci când cumpărați un aparat nou. Multe aparate consumă energie în modul standby, chiar dacă sunt de fapt oprite. Cel mai bun antidot este o bară de alimentare cu comutator. Cu un singur clic, mai multe aparate pot fi deconectate de la alimentarea cu energie electrică.

În multe case, încălzirea funcționează cu gaz. De multe ori, plătiți furnizorul lunar în avans. Apoi, factura este recalculată o dată pe an. Uneori trebuie să plătiți suplimentar. Uneori primiți bani înapoi. Dacă electricitatea și gazul sunt scumpe, merită să economisiți bani în fiecare lună. Atunci veți avea suficienți bani dacă va trebui să plătiți în plus.

💡 Dacă folosiți energia cu moderație, veți economisi bani. De asemenea, este bine pentru mediu. Puteți citi și despre cum să vă încălziți, ventilați și economisiți energia în mod corespunzător [aici](#).

Aveți nevoie de apă în principal în baie. Dar și în bucătărie, pentru gătit și spălat. Economisirea apei dă roade în mai multe moduri. Veți plăti mai puțin pentru apă, pentru apa uzată și pentru energia folosită pentru a încălzi apa.

💡 Sfaturi pentru a economisi apă: Instalați un cap de duș cu economie de energie. Faceți un duș în loc de baie. Reparați robinetele care picură. Instalați un buton de oprire a fluxului în toaletă.

Puteți găsi mai multe sfaturi și informații utile pe site-ul [Verbraucherzentrale](https://www.verbraucherzentrale.de).

Cumpărarea de aparate noi

Atunci când cumpărați aparate noi, verificați întotdeauna eticheta energetică. Aceasta vă arată cât de eficient este noul aparat. Eticheta energetică poate fi găsită pe o mare varietate de produse. De exemplu, pe becuri, mașini de spălat, televizoare și aparate de încălzire. Clasele de eficiență energetică și informațiile privind caracteristicile produsului, cum ar fi consumul de energie electrică și de apă sau volumul, facilitează compararea diferitelor aparate. Aparatele eficiente din punct de vedere energetic pot economisi câteva sute de euro pe an.

💡 Există o aplicație pentru eticheta energetică. Aceasta ajută la compararea informațiilor relevante din punct de vedere energetic pentru produsele selectate. Aplicația oferă informații suplimentare privind utilizarea eficientă a aparatelor. Aplicația este disponibilă gratuit, în limbile germană și engleză, în [Google Play](https://play.google.com/store/apps/details?id=de.verbraucherzentrale.app) și [Apple App Store](https://apps.apple.com/de/app/energie-etiketten/id1450812110).

Taxe de radiodifuziune

Raportarea independentă este foarte importantă. În Germania există programe independente de radio, televiziune și online. ARD, ZDF și Deutschlandradio oferă acest lucru. Acestea relatează fără influențe economice și politice. Toată lumea plătește bani pentru asta. Aceasta se numește taxă de licență.

Legea stipulează că trebuie plătită o taxă de licență pentru fiecare locuință din Germania. Cu toate acestea, doar o singură persoană pentru fiecare locuință trebuie să plătească taxa de licență. Aceasta costă 18,36 euro pe lună. Banii trebuie să fie plătiți către serviciul de contribuții ARD, ZDF și Deutschlandradio. Informații suplimentare pot fi găsite în următoarea [fișă informativă](#). Aici în [limbaj simplu](#). Alternativ pe [site-ul web al taxei de licență de radiodifuziune](#). Site-ul este disponibil în mai multe limbi.

Unele persoane pot fi scutite de plata taxei de licență. De exemplu, dacă primiți prestații în temeiul Legii privind prestațiile pentru solicitanții de azil sau alte prestații sociale. Sau dacă aveți restricții de sănătate. Trebuie depusă o cerere de scutire de taxa de licență.

Puteți găsi cererea de scutire [aici](#).

Alimente, îmbrăcăminte, mobilier

Alimente (bancă de alimente)

Tafel ajută oamenii care nu au prea mulți bani. Tafel oferă alimente ieftine și articole de igienă care nu se mai vând în magazine. Acestea sunt, de exemplu

- Alimente a căror dată limită de consum este pe cale să expire
- Produse coapte din ziua precedentă

- ambalaje deteriorate sau lovite
- fructe și legume cu defecte minore.

Oferindu-le persoanelor afectate de sărăcie posibilitatea de a economisi bani la cumpărături, băncile de alimente le oferă o mică marjă de manevră financiară. În același timp, acestea creează spațiu pentru întâlniri și promovează astfel participarea socială. Băncile alimentare sunt finanțate prin donații și depind ele însele de sprijin.

Pentru cine este serviciul?

Persoanele cu venituri reduse pot cumpăra alimente de la băncile alimentare la un preț redus.

Cum pot participa la banca de alimente?

Vă rugăm să sunați la banca locală de alimente în timpul programului de funcționare și să vă programați pentru o testare a mijloacelor. Vom avea nevoie de cartea dumneavoastră de identitate și de toate dovezile privind veniturile și bunurile. Dacă faceți parte din grupul de persoane nevoiașе, veți primi un card de client. Puteți utiliza acest card pentru a obține alimente de la băncile alimentare.

Centrele de distribuție ale băncilor alimentare din Emsland

Tafel Lingen

📍 [Langschmidtsweg 17 a, 49808 Lingen \(Ems\)](#)

☎ [+49 \(0\) 591831666](tel:+49591831666)

🌐 <https://www.tafel-lingen.de/>

Tafel Lingen | Ausgabestelle Abenteuerspielplatz der AWO

📍 [Ruth-West-Platz 1, 49809 Lingen](#)

☎ [+491735291149](tel:+491735291149)

🌐 <https://www.tafel-lingen.de/lebensmittelausgabe>

Tafel Lingen | Ausgabestelle Stadtteiltreff Stroot

📍 [Ludwigstraße 44b, 49809 Lingen \(Ems\)](#)

☎ [+4915221455577](tel:+4915221455577)

🌐 <https://www.tafel-lingen.de/lebensmittelausgabe>

Tafel Freren

📍 [Markt 4, 49832 Freren](#)

☎ [+491732544074](tel:+491732544074)

 <https://www.tafel-lingen.de/lebensmittelausgabe/t...>

Tafel Twist

 [Georg-Klasmann-Straße 24a, 49767 Twist-Siedlung](#)

 [+491732543935](tel:+491732543935)

 <https://www.tafel-lingen.de/lebensmittelausgabe/t...>

Tafel Meppen

 [Heideweg 21, 49716 Meppen](#)

 [+4959318480181](tel:+4959318480181)

 <https://tafel-meppen.de/>

Tafel Haren

 [Werftstraße 22a, 49733 Haren \(Ems\)](#)

 [+4959321815](tel:+4959321815)

 [+49 \(0\) 15209036547](tel:+49(0)15209036547)

 <https://www.tafel-lingen.de/lebensmittelausgabe/t...>

Tafel Lathen

 [Molkereistraße 14, 49762 Lathen](#)

 [+4915209036550](tel:+4915209036550)

 <https://www.tafel-lingen.de/lebensmittelausgabe/t...>

Bănci de alimente în Emsland de Nord:

Tafel Papenburg

 [Grader Weg 58, 26871 Papenburg](#)

 [+49496166078166](tel:+49496166078166)

 <https://www.skfm-papenburg.de/papenburger-tafel>

Tafel Aschendorf

 [Poststraße 9, 26871 Aschendorf](#)

 [+49496166078166](tel:+49496166078166)

 <https://www.skfm-papenburg.de/papenburger-tafel>

Tafel Dörpen

 [Hauptstraße 88, 26892 Dörpen](#)

 [+49496166078166](tel:+49496166078166)

 <https://www.skfm-papenburg.de/papenburger-tafel>

Tafel Esterwegen

 [Alte Schulstraße 15, 26897 Esterwegen](#)

 [+49496166078166](tel:+49496166078166)

 <https://www.skfm-papenburg.de/papenburger-tafel>

Tafel Werlte

 [Kompaniestraße 7, 49757 Werlte](#)

 [+49496166078166](tel:+49496166078166)

 <https://www.skfm-papenburg.de/papenburger-tafel>

Tafel Sögel

 [Kolpingstraße 6, 49751 Sögel](#)

 [+49496166078166](tel:+49496166078166)

 <https://www.skfm-papenburg.de/papenburger-tafel>

Magazine sociale și magazine de îmbrăcăminte

Ce este Social Department Store?

Magazinul social este un magazin second-hand de unde puteți cumpăra haine, pantofi, articole de uz casnic, mobilier pentru copii, cărucioare, jucării, cărți, discuri, CD-uri și multe altele. Multe articole sunt donații în natură și sunt noi sau la fel de bune ca noi. Toate articolele sunt verificate și curățate de voluntarii noștri înainte de a fi vândute.

Pentru cine este oferta?

Oricine poate face cumpărături la "magazinele sociale". Clienții primesc un card de client dacă pot dovedi că au un venit scăzut. Acest card le permite să cumpere produse la preț redus de la magazinele sociale. Nu aveți încă un card de client?

Vă rugăm să contactați Soziales Kaufhaus în timpul programului de funcționare și să faceți o programare. Nu uitați să aduceți cartea de identitate și dovada veniturilor și a averii.

Unde pot găsi magazine sociale în Emsland?

Soziales Kaufhaus Papenburg

 [Grader Weg 60, 26871 Papenburg](#)

 [+49496166078160](#)

 <https://www.skfm-papenburg.de/soziales-kaufhaus>

Soziales Kaufhaus Aschendorf

 [Poststraße 9, 26871 Aschendorf](#)

 [+4949629073661](#)

 <https://www.skfm-papenburg.de/soziales-kaufhaus>

Soziales Kaufhaus Werlte

 [Hauptstraße 73, 49757 Werlte](#)

 [+4959514619040](#)

 <https://www.skfm-papenburg.de/soziales-kaufhaus>

Soziales Kaufhaus Dörpen

 [Hauptstraße 88, 26892 Dörpen](#)

 [+4949639098497](#)

 <https://www.skfm-papenburg.de/soziales-kaufhaus>

 Puteți găsi programul de funcționare [aici](#).

Kolping Werkstätten Papenburg

 [Bahnhofstraße 27, 26871 Papenburg](#)

 [+4949619217070](#)

 Luni - joi 8.00 - 17.00 și vineri 8.00 - 14.00.

SoKa - Das Soziale Kaufhaus Meppen

 [Obergerichtsstraße 3, 49716 Meppen](#)

 [+4959318836323](#)

 De luni până vineri 9.30 - 13.00 și 14.00 - 18.00.
Sâmbătă 9.30 - 13.00

Glücksfall e.V. Haren

 [Ankerstraße 30, 49733 Haren \(Ems\)](#)

 [+4959327353730](tel:+4959327353730)

 Miercuri 15.00 - 18.00

Joi și vineri 10.00 - 17.00

Sâmbătă 10.00 - 13.00

Skf fashion Lingen

 [Alter Pferdemarkt 3-5, 49808 Lingen \(Ems\)](#)

 [+4959180062201](tel:+4959180062201)

 De luni până vineri 9.30 - 12.30 și 14.30 - 17.30

Skf Marktplatz Freren

 [Markt 4, 49832 Freren](#)

 [+495902503469](tel:+495902503469)

 De luni până vineri 09.00 - 12.30 și 14.30 - 17.00

Reholand Lingen

 [Greiwehof 1-2, 49811 Lingen \(Ems\)](#)

 [+49591912480](tel:+49591912480)

 De luni până vineri 09.30 - 18.00

Sâmbătă 09.30 - 14.00

Mobilitate

Autobuz, tren și bicicletă

Puteți ajunge în multe locuri din jurul casei dvs. cu transportul public. De asemenea, puteți merge cu bicicleta. Exercițiile fizice sunt sănătoase. Bicicleta este ieftină. Ciclismul este, de asemenea, ecologic.

Transportul public

Pentru a ajunge la destinația dvs. în districtul Emsland, puteți utiliza transportul public. Acestea sunt legături de autobuz și tren.

 **Călătoria fără bilet va fi penalizată!** Trebuie să aveți un bilet valabil pentru fiecare călătorie. În caz contrar, veți plăti o **amendă consistentă**.

Conexiuni de autobuz:

- [VBN Verkehrsbund Bremen/Lower Saxony](#)
- [VGE Verkehrsgemeinschaft Emsland-Süd](#)

Conexiuni feroviare:

- [Westfalenbahn](#)
- [Calea ferată germană \(DB\)](#)

Cu bicicleta

Aveți de gând să locuiți în Emsland pentru o perioadă? Atunci merită să vă cumpărați o bicicletă. Este mai ieftin decât să călătoriți cu transportul public.

💡 Reguli de circulație importante pentru bicicliști:

- Mergeți întotdeauna pe partea dreaptă a carosabilului.
- Nu mergeți unul lângă altul, ci unul în spatele celuilalt.
- Dacă există o pistă pentru biciclete, trebuie să mergeți pe aceasta (întotdeauna pe partea dreaptă a drumului, în direcția de mers).
- Copiii cu vârsta de până la 10 ani pot folosi pistele pietonale pe bicicletă.
- Este interzisă utilizarea unui telefon mobil pe bicicletă.

💡 Achiziție și reparații: Acordați atenție atunci când cumpărați. Bicicleta dvs. trebuie să fie echipată după cum urmează. Acest lucru înseamnă că este aptă de circulație. În caz contrar, va trebui să plătiți o amendă dacă sunteți oprit de poliție.

- Faruri față și spate
- Reflector față și spate
- Reflectoare în spițe (2 pe roată)
- Reflectoare pe pedale
- Clopot
- Două frâne independente

Puteți găsi biciclete ieftine aici:

- [Ebay classifieds](#)

Bicicleta dvs. este deteriorată sau nu mai este aptă de circulație?

Puteți contacta [agentia de voluntariat](#) din comunitatea dvs. locală. Aceștia vă vor îndruma către o cafenea de reparații. Bicicleta poate fi reparată gratuit / la costuri reduse.

Emsland Carsharing

Cuvântul **Carsharing** provine din limba engleză.

El înseamnă:

Mai multe persoane împart o mașină. Carsharing economisește bani. Ajută mediul înconjurător. Există mai puțin trafic.

💡 Partajarea mașinii este disponibilă și aici, în districtul Emsland. [Aici este](#) o explicație a modului în care puteți împrumuta o mașină.

[Puteți](#) vedea unde sunt amplasate mașinile, ce modele puteți împrumuta și cât costă. După înregistrare, puteți începe imediat.

⇒ **Important:** aveți nevoie de un permis de conducere. Acesta este un document oficial. Acesta arată că aveți voie să conduceți. De asemenea, aveți nevoie de un cont bancar pentru plată sau de un card de credit.

Descărcați Mobileeeee-App necesar. Acesta este disponibil în [App Store \(Apple\)](#) sau în [Google Play Store](#).

Permisul de conducere și conducerea unei mașini

Permisul de conducere și conducerea unei mașini

Doriți să conduceți o mașină în Germania? Atunci trebuie să aveți un permis de conducere **valabil**. Conducerea unei mașini fără un permis de conducere valabil este o infracțiune care se pedepsește. Permisul de conducere servește drept dovadă a deținerii unui permis de conducere valabil. Trebuie să aveți întotdeauna **permisul de conducere** la dumneavoastră.

Dacă aveți întrebări legate de permisele de conducere, este responsabil biroul pentru permise de conducere din districtul Emsland.

Contactați-ne

Landkreis Emsland
Führerscheinstelle
📍 Ordeniederung 2, 49716 Meppen
☎ [05931/444011](tel:05931444011), [05931/444012](tel:05931444012)
✉ @fuehrerschein@emsland.de

Doriți să ne vizitați personal? Vă rugăm să vă faceți o programare [online](#) în prealabil.

💡 **Important:** Aici veți găsi doar informații generale despre permisele de conducere. Vă rugăm să contactați biroul pentru permise de conducere din districtul Emsland pentru informații despre situația dumneavoastră personală.

În Germania, puteți conduce o mașină începând cu vârsta de 18 ani cu un permis de conducere valabil.

Este posibil să obțineți un permis de conducere de la vârsta de 17 ani.

Acest lucru se numește „Begleitetes Fahren ab 17 Jahre”. Cu toate acestea, puteți conduce doar cu anumite persoane însoțitoare. Aceste persoane vă dau încredere atunci când conduceți și vă ajută cu orice întrebare. Persoanele însoțitoare trebuie să îndeplinească anumite cerințe.

Puteți găsi informații despre "Begleiteten Fahren ab 17 Jahre" [aici](#).

Doriți să vă obțineți permisul de conducere?

Dacă doriți să obțineți permisul de conducere, alegeți o școală de șoferi. Obținerea permisului de conducere costă bani. Întrebați în prealabil cât va costa. Școala de șoferi vă poate spune de ce documente aveți nevoie și ce trebuie să faceți.

Pentru a obține un permis de conducere german, trebuie să treceți testele teoretice și practice.

Puteți susține examenul teoretic în limba germană sau în următoarele limbi: engleză, franceză, greacă, arabă mare, italiană, croată, poloneză, portugheză, română, rusă, spaniolă și turcă. Vorbiți cu instructorul dumneavoastră de conducere.

De asemenea, trebuie să participați la un curs de prim ajutor. Acolo veți învăța cum să acordați asistență într-o situație de urgență. De exemplu, în caz de accidente, arsuri, otrăviri și așa mai departe. Organizații precum Crucea Roșie germană (DRK) sau Malteser Hilfsdienst oferă aceste cursuri.

Puteți găsi mai multe informații [aici](#).

Aveți deja un permis de conducere străin?

Aveți un permis de conducere străin și locuiți în Germania?

În acest caz, permisul de conducere străin este valabil doar 6 luni după ce vă mutați în Germania.

După aceste 6 luni, trebuie să vă transformați permisul de conducere într-un permis de conducere german. De asemenea, trebuie să susțineți un examen teoretic și practic .

Persoanele din țările UE/SEE care dețin un permis de conducere valabil nu trebuie să își transforme permisul de conducere străin.

Informații privind transferul permisului de conducere puteți găsi [aici](#).

Informații privind valabilitatea permisului de conducere străin în Germania pot fi găsite [aici](#).

Vă rugăm să**rețineți**: Există multe reguli pentru a asigura siguranța traficului rutier pentru dumneavoastră și pentru ceilalți. Trebuie să respectați aceste reguli atunci când conduceți. Regulile sunt prezentate pe Straßenverkehrs-Ordnung (StVO). Dacă nu respectați aceste reguli, veți fi amendat. Sancțiunile pot fi O amendă, o interdicție de conducere sau [puncte în Flensburg](#).

Înregistrează-ți mașina

Vehiculele pot fi utilizate pe drumurile publice numai dacă sunt înregistrate și au o plăcuță de înmatriculare oficială. Puteți să reînregistrați sau să reînmatriculați un vehicul la biroul de înmatriculare (dacă l-ați cumpărat în Germania sau l-ați importat din străinătate).

Aflați [aici](#) de ce documente aveți nevoie.

Trebuie să prezentați certificatul de înmatriculare și cartea de identitate, pașaportul sau permisul de ședere, să prezentați dovada asigurării de răspundere civilă auto (numărul EVB) și să emiteți un mandat SEPA pentru colectarea regulată a taxei auto.

Contactați-ne

Landkreis Emsland
Zulassungsstelle **Meppen**

📍 Ordeniederung 2, 49716 Meppen

☎ [05931/44-4004](tel:05931444004)

@ zulassung@emsland.de

Landkreis Emsland

Zulassungsstelle **Lingen**

📍 Am Wall-Süd 21, 49808 Lingen (Ems)

☎ [0591/84-3306](tel:0591843306)

@ zulassung@emsland.de

Landkreis Emsland

Zulassungsstelle **Aschendorf**

📍 Große Straße 32, 26871 Aschendorf

☎ [04962/501-3232](tel:049625013232)

@ zulassung@emsland.de

Doriți să ne vizitați personal? Vă rugăm să vă faceți o programare [online](#) în prealabil.

💡 **Important:** Aici veți găsi doar informații generale pe tema înmatriculării. Vă rugăm să contactați biroul de înmatriculare din districtul Emsland pentru informații privind situația dumneavoastră personală.

Emsland Youth Ticket

Cui se adresează Emsland Youth Ticket?

- Elevii care locuiesc în Emsland (gratuit)
- Stagiari sau persoane care efectuează un an social voluntar (FSJler) (contra cost)

De unde pot obține Emsland Youth Ticket?

- Pentru elevi: solicitați biletul la [Emsland-Jugendticket](#), iar școala dumneavoastră vă va da biletul.
- Pentru stagiari sau FSJL: solicitați biletul de la [compania de autobuz](#), care vă va da, de asemenea, biletul.

Pentru ce călătorii poate fi folosit biletul?

Emsland Youth Ticket este valabil în fiecare zi a săptămânii, inclusiv în zilele de sărbătoare, 24 de ore din 24, 365 de zile pe an. Acesta poate fi folosit atât pentru a călători la școală, cât și pentru activități de agrement. De asemenea, biletul este valabil pe toate autobuzele din întregul district Emsland.

Oferta este valabilă și pentru tren?

Nu, biletul Emsland Youth Ticket este inițial valabil doar pe toate liniile de autobuz din districtul Emsland.

Unde pot găsi informații despre legăturile de autobuz?

La [fahrplaner](#) sau [efa](#) veți găsi toate legăturile de autobuz din Emsland.

Chestiuni financiare și contracte

Informații de bază privind contractele

Deosebit de important: Nu ați înțeles ceva? Nu puteți citi documentul? Atunci nu semnați nimic. Un contract semnat vă obligă adesea să plătiți bani. Uneori este foarte dificil să anulați acest lucru. Verificați și comparați întotdeauna mai multe oferte. Nu vă grăbiți să vă decideți. Nu lăsați pe nimeni să vă preseze să semnați un contract.

Asigurări

În Germania, fiecare trebuie să plătească pentru daunele pe care le provoacă altora. Chiar dacă s-a întâmplat în mod neintenționat. Toată lumea este obligată prin lege să plătească despăgubiri. Acest lucru este valabil pentru vătămări corporale, bunuri deteriorate sau pierderi financiare, cum ar fi în cazul unui accident de mașină sau dacă copilul dumneavoastră sparge un geam cu o minge.

Este posibil să încheiați o asigurare privată Haftpflichtversicherung. Astfel de daune sunt atunci acoperite pentru dumneavoastră și familia dumneavoastră. Acest lucru nu este obligatoriu, dar este foarte recomandat. În caz contrar, s-ar putea să suportați costuri ridicate în caz de daune. Mulți proprietari și proprietare se așteaptă ca dumneavoastră să încheiați această asigurare.

💡 Puteți obține mai multe informații despre asigurări de la [centrul de consiliere a consumatorilor](#).

Contracte și telefoane mobile

Telefon mobil

În Germania există două tipuri de contracte de telefonie mobilă: Contractele preplătite și contractele pe termen fix. Contractul preplătit nu are un termen contractual fix, în timp ce un contract pe termen fix are un termen contractual minim. Acest contract este reînnoit automat dacă nu îl reziliați. Anularea trebuie făcută în scris și în timp util. Spre deosebire de un contract pe perioadă determinată, în cazul unui contract preplătit nu există o taxă de bază.

10 întrebări importante pentru încheierea unui contract:

- Cât de mare este taxa de bază? Taxa crește după o anumită perioadă de timp?
- Există o cifră de afaceri lunară minimă (costuri minime pe lună)?
- Pe cât timp este valabil contractul (de exemplu, 12 sau 24 de luni)?
- Dacă nu reziliesc contractul, acesta va fi reînnoit automat.
- Când trebuie să reziliesc contractul dacă nu doresc să îl prelungesc?
- Cât costă configurarea, schimbarea și dezactivarea?
- Cât costă un minut (rețea externă/proprie)?
- Cât costă un telefon mobil cu contract și cât costă un telefon mobil fără contract?

- Cât costă internetul?
- Cât costă apelurile internaționale?

Contracte

În Germania se încheie contracte, de exemplu, atunci când începeți să lucrați, când vă mutați într-o casă nouă, când cumpărați o mașină sau un telefon mobil sau când vă faceți abonament la o sală de sport. Nu uitați să fiți atenți la conținutul unui contract: Cum este alcătuit prețul total? Există și alte costuri lunare în plus față de plata unică? Contractele sunt obligatorii și trebuie onorate. Acestea pot fi reziliate numai în termenul de preaviz aplicabil.

Copiii și tinerii cu vârsta sub 18 ani nu pot încheia contracte. În orice caz, asigurați-vă că copiii dvs. nu pot avea acces la detaliile contului dvs.

Dacă nu sunteți sigur că puteți plăti costurile de funcționare sau dacă ați înțeles totul corect, nu semnați contractul!

Odată ce ați semnat contractul, acesta este obligatoriu. Prin urmare, este întotdeauna o idee bună să citiți un contract pe îndelete și să vi se explice în detaliu înainte de a semna ceva.

Acest lucru este deosebit de important:

Nu semnați niciodată ceva ce nu ați înțeles sau nu puteți citi. În caz contrar, s-ar putea să ajungeți să semnați un contract sau un acord în temeiul căruia trebuie să plătiți ceva. Uneori este foarte dificil să anulați acest lucru. Verificați și comparați întotdeauna mai multe oferte și nu vă grăbiți să vă decideți.

Nu lăsați pe nimeni să vă preseze să semnați ceva. Oricine vă pune sub presiune nu este un vânzător onest.

Nu semnați niciun contract la telefon, pe stradă, în fața unui supermarket sau în fața ușii dumneavoastră!

Nu vă dați niciodată detaliile bancare la telefon!

Feriți-vă de ofertele de credit "Schufa-free"!

Pe internet există multe oferte dubioase de credite fără Schufa sau de carduri Mastercard de aur. Ofertele sunt anunțate pe site-urile web ca fiind "corecte", "transparente" sau "rezistente la alocare", dar adesea au ratinguri și sigilii de aprobare false. Adesea vi se promite o plată rapidă și fără birocrație.

Cu toate acestea, în loc de împrumutul anunțat, primiți doar un card preplătit, care este, de asemenea, asociat cu costuri ridicate.

Chiar dacă aveți nevoie urgentă de bani, nu semnați niciodată un astfel de contract și nu vă introduceți niciodată datele personale pe aceste site-uri.

Informații suplimentare pot fi găsite pe site-ul web al [centrului de consiliere a consumatorilor](#).

Cont bancar

Un cont curent este un cont pentru persoanele care doresc să facă plăți prin intermediul băncii. Bani dvs. sunt disponibili în orice moment în contul curent. Asigurați-vă că aveți suficienți bani în cont pentru toate retragerile și plățile.

Cu un cont curent puteți

- Efectuați transferuri

- Să primiți plăți fără numerar (plățile de la birourile publice/autoritățile/prestațiile sociale sunt adesea efectuate fără numerar, adică transferate într-un cont curent personal)
- să stabiliți ordine permanente
- să participați la debite directe
- Încasarea de cecuri
- Efectuarea de plăți fără numerar cu un card CE
- Retragera sau depunerea de numerar la ghișeele băncilor sau la bancomate
- Să vă imprimați extrasele de cont

Deschiderea unui cont

Decideți la ce bancă doriți să aveți un cont. Faceți o programare pentru a deschide un cont. Vă rugăm să aduceți cu dumneavoastră unul dintre documentele de identitate: Dovada de sosire, permis de ședere, carte de identitate. În cazul în care pe documentul de legitimare nu este menționată adresa actuală, vă rugăm să aduceți și un certificat de înregistrare sau un document comparabil.

- După deschiderea contului, veți primi un card CE cu un cod PIN din patru cifre. Semnați pe spatele cardului CE și memorați codul PIN. Veți avea nevoie de codul PIN pentru plățile fără numerar și pentru a retrage bani de la bancomate. **Aveți grijă să păstrați separat cardul și codul PIN!**
- Dacă doriți să retrageți numerar, cel mai bine este să folosiți bancomatele băncii la care aveți contul. Atunci retragerea nu costă nimic. În cazul în care codul PIN este introdus incorect de trei ori la bancomat, cardul de debit va fi anulat și blocat. În acest caz, trebuie să vă adresați băncii dumneavoastră.
- Dacă vă pierdeți sau vă este furat cardul de debit, dispuneți imediat blocarea acestuia. Indicați codul de ordine și numărul de cont. Apoi, cereți băncii dumneavoastră un nou card CE.

 [116116](tel:116116)

 24 de ore din 24.

Diferite bănci oferă conturi curente cu condiții diferite. Aflați exact cât costă un cont curent în fiecare lună și ce servicii oferă banca în schimb.

Dacă nu vorbiți limba germană sau engleză, vă rugăm să vă însoțiți de un interpret.

Servicii bancare online

Cu ajutorul serviciilor bancare online, puteți efectua tranzacții bancare de pe PC, tabletă sau smartphone. Vă puteți vizualiza conturile în orice moment și sunteți independent de o sucursală. Se aplică standarde de securitate ridicate și proceduri TAN moderne.

Oferte pentru copii, tineri, adulți și persoane în vârstă

Activități de petrecere a timpului liber pentru copii, tineri, adulți și persoane în vârstă

Plăcerea de a face mișcare este un lucru. Dar sportul vă oferă o altă oportunitate: sportul vă permite să vă acomodați mai ușor într-un mediu nou și să socializați. Regulile sportului nu recunosc nicio graniță culturală sau națională. De obicei, oamenii se înțeleg între ei chiar și fără o limbă comună. Sportul oferă o modalitate bună și informală de a socializa cu localnicii prin contacte personale.

Doriți să învățați să mergeți pe bicicletă?

Să învățați să mergeți pe bicicletă ca adult? Da, este posibil și foarte relaxant: Aruncați o privire aici! [Învățați să mergeți pe bicicletă](#)

Doriți să învățați să înotați?

Din păcate, primele încercări de înot sunt, de obicei, mult mai dificile. Dar, cu sprijinul potrivit, se poate face! Oricine poate învăța să înoate în siguranță! Doriți să învățați să înotați la un curs de înot? Site-ul DLRG oferă cursuri de înot pentru copii și adulți. Puteți găsi toate [cursurile de](#) înot aici.

Fotbal, înot, dans, dans, cățărare, șah - există ceva pentru toată lumea

Aici găsiți informații despre cursurile oferite și puteți face clic direct pe pagina de pornire a **cluburilor** și obține datele de contact ale persoanelor de contact respective. Aruncați o privire aici: [Indus KreisSportbund Emsland](#) sau la [Sportangebotsfinder](#).

Doriți informații, îndrumare și o introducere în lumea sportului din Emsland?

Atunci aflați mai multe informații la [KreisSportbund Emsland](#). Aici veți găsi următoarele oferte:

- Informații privind participarea la cluburi sportive și evenimente sportive
- Ajutor în găsirea unor programe de cluburi și sporturi adecvate
- Sprijin pentru a lua legătura și a vă înscrie
- Oferte de formare profesională și de implicare

Informații suplimentare despre activitățile de agrement pot fi găsite aici:

- [Facilități culturale și activități de agrement](#)
- [Programe sportive în Emsland](#).

Centrul de bătrâni

Persoane în vârstă în Emsland

Centrul de asistență pentru persoanele în vârstă și de îngrijire din Saxonia Inferioară cu centrul de servicii pentru demență din districtul Emsland (SPN)

Punct de contact pentru persoanele în vârstă

Persoanele în vârstă care au întrebări despre viața la bătrânețe sau despre cum să se descurce în viața de zi cu zi se pot **adresa Centrului de asistență pentru persoanele în vârstă din Saxonia Inferioară din districtul Emsland (SPN)**). Furnizorii de servicii de

asistență pot contacta, de asemenea, centrul de sprijin pentru persoanele în vârstă. SPN este un punct de contact central și oferă informații și opțiuni de sprijin sau îndrumă persoanele către organizația potrivită. Acest lucru economisește mult timp și efort pentru persoanele în vârstă.

Scopul este de a sprijini independența și autonomia persoanelor în vârstă. De asemenea, se urmărește consolidarea cunoștințelor și competențelor persoanelor în vârstă. Accentul se pune pe resursele personale ale individului. Există, de asemenea, posibilitatea de a se implica prin muncă voluntară.

Puteți găsi [aici](#) **pliantul pentru centrul de sprijin pentru persoanele vârstnice**.

Consiliere în materie de locuințe în districtul Emsland - Viață confortabilă în toate situațiile

Profitați de serviciul de consiliere fără obligații și gratuit. Puteți găsi mai multe informații și orele de consultanță publică la fața locului [aici](#).

DUO - sprijin voluntar pentru persoanele în vârstă

Proporția persoanelor în vârstă în cadrul populației este în creștere. Mulți dintre ei trăiesc singuri. Pentru a le permite să ducă o viață autonomă cât mai mult timp posibil, căutăm persoane angajate care ar dori să își dedice o parte din timpul lor liber persoanelor în vârstă. Dacă doriți să deveniți voluntar, puteți afla mai multe despre proiect și despre cursurile de calificare [aici](#).



Ghiduri media și tehnologie

Voluntarii "ghizi media și tehnologie" permit participarea digitală a persoanelor în vârstă din Emsland. Voluntarii sunt, de asemenea, bucuroși să vină la domiciliul dumneavoastră. Informații suplimentare sunt disponibile [aici](#).

Contactați centrul de sprijin pentru persoanele în vârstă (SPN)

📍 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

👤 Kerstin Knoll

☎ [05931/441267](tel:05931441267) oder [05931/442211](tel:05931442211)

@ seniorenstuetzpunkt@emsland.de

🕒 De luni până joi 08:30 - 12:30, 14:30 - 16:00

Vineri 08:30 - 12:30



Limba

Găsiți un curs de limbi străine

Este important să învățați limba germană pentru că vă ajută să vă descurcați mai bine în viața de zi cu zi. Puteți comunica cu alți oameni, găsi un loc de muncă și vă puteți integra mai ușor și mai bine în Germania.

În districtul Emsland există diverse oportunități în acest sens. Următoarele organizații educaționale vă pot ajuta să găsiți un curs de limbă adecvat pentru dumneavoastră. Faceți o programare sau mergeți direct acolo în timpul orelor de program.

LEB in Niedersachsen e.V. | Bildungszentrum Emsland/Grafschaft Bentheim

📍 [Jägerstraße 6a, 49808 Lingen](#)

@ biz-lingen@leb.de

☎ [+495911405030](tel:+495911405030)

Volkshochschule Papenburg gGmbH | Frau Morasch

📍 [Hauptkanal rechts 72, 26871 Papenburg](#)

☎ [+494961922339](tel:+494961922339)

🌐 <https://www.vhs-papenburg.de/>

Volkshochschule Meppen gGmbH | Frau Lemmen

📍 [Freiherr-vom-Stein- Straße 1, 49716 Meppen](#)

☎ [+495931937324](tel:+495931937324)

🌐 <https://www.vhs-meppen.de/>

Frau Dr. Lonnemann

📍 [Elsterstraße 1, 49808 Lingen \(Ems\)](#)

☎ [+49 \(0\) 59191202840](tel:+49(0)59191202840)

🌐 <https://www.vhs-lingen.de/>

Cursuri de limbi străine

Cursuri de orientare inițială

Cursurile de germană pentru orientare lingvistică inițială sunt pentru începători. Aici veți învăța limba germană elementară. Veți descoperi viața în Germania. Cursul este conceput

pentru a vă face viața în Germania mai ușoară. Veți învăța cum să vă orientați în viața de zi cu zi. Un curs cuprinde 300 de unități de 45 de minute fiecare. În cadrul cursului sunt abordate diverse teme. Veți învăța despre "Sănătate și îngrijire medicală", "Muncă", "Grădiniță și școală", "Locuință", "Orientare locală și transport/mobilitate". Accentul este pus pe vorbire.

Cursul este deschis tuturor persoanelor interesate.

Vi s-a oferit un loc la un [curs de integrare](#)? Atunci puteți trece la acest curs.

💡 În cadrul cursului se vorbește în limba germană - interpreții nu sunt prezenți la curs.

Date de contact:

LEB Bildungszentrum Emsland | Frau Beenen

📍 [Jägerstraße 6a, 49808 Lingen](#)

@ Elena-Maria.Beenen@leb.de

☎ [+4959114050316](tel:+4959114050316)

🌐 <https://osnabrueck-emsland.leb-niedersachsen.de/t...>

Volkshochschule Meppen - Erstorientierungskurs | Frau Tkachenko

📍 [Freiherr-vom-Stein- Straße 1, 49716 Meppen](#)

@ daria.tkachenko@vhs-meppen.de

☎ [+495931937327](tel:+495931937327)

🌐 <https://www.vhs-meppen.de/>

💡 Informații suplimentare pot fi găsite [aici](#) (de asemenea multilingv).

De asemenea, puteți contacta un [centru de consiliere pentru migrație](#). Acestea vă vor ajuta să găsiți un curs adecvat.

Cursuri de integrare

În acest curs veți învăța limba germană. Veți învăța mai mult decât elementele de bază. Înainte de cursul de limbă, veți fi testat pentru a vedea de ce curs aveți nevoie.

În cadrul cursului de limbă veți învăța [germana până la nivelul B1](#) în 600 de lecții.

Cursul de orientare vă va oferi o perspectivă asupra [culturii, politicii și](#) obiceiurilor [sociale](#) din Germania.

Cursul de integrare se încheie cu examenele "Deutschtest für Zuwanderer" (DTZ) și "Leben in Deutschland" (LiD).

Cât costă cursul de integrare?

Trebuie să plătiți 2,29 euro pentru fiecare unitate de învățământ (contribuție la costuri).

Cursurile de integrare sunt adesea gratuite pentru beneficiarii de prestații sociale.

Primiți [ajutor de venit](#)? Atunci contactați-vă [managerul de caz](#)!
Acesta vă va autoriza să participați la curs.

[Autoritatea pentru străini](#) poate, de asemenea, să vă autorizeze sau să vă oblige să participați la cursul de integrare.

Nu ați fost autorizat? Dar doriți să participați la un curs?

Atunci puteți depune o [cerere](#) pentru cursul de integrare la Oficiul Federal pentru Migrație și Refugiați.

Aveți nevoie de ajutor cu cererea?

Atunci luați legătura cu o [organizație educațională](#)!
Acestea vă vor ajuta, de asemenea, să alegeți un curs de integrare.

💡 **Important:** aici veți găsi doar informații generale. Vă rugăm să contactați autoritatea competentă ([agenția pentru ocuparea forței de muncă](#), BAMF sau [biroul pentru imigrări](#)) pentru informații privind situația dumneavoastră personală.

Cursuri de limbi străine vocaționale (DeuFöV)

Sunteți deja angajat? Faci încă o ucenicie? Doriți să începeți să lucrați în curând?

În cadrul acestui curs vă veți îmbunătăți cunoștințele de limbă germană. Cursurile sunt concepute pentru a vă îmbunătăți vocabularul. Veți învăța cuvinte legate de locul de muncă. Cursul de limbă profesională se bazează pe cursul de integrare. În cadrul cursului de integrare veți învăța limba germană de zi cu zi. Cursul profesional de limbă vă pregătește pentru piața muncii.

Cursuri de bază:

- Nivel lingvistic B1 până la B2
- Nivel de limbă B2 până la C1
- Nivel lingvistic de la C1 la C2

Cursuri specializate

- Pentru persoanele care doresc să obțină recunoașterea profesiilor din domeniul asistenței medicale și al medicinei.
- Pentru persoanele care au nevoie de cunoștințe specializate în domeniul tehnic sau comercial.
- Pentru persoanele care nu au atins nivelul lingvistic B1 după cursul de integrare. Acestea pot urma cursuri cu un nivel de limbă de la A2 la B1 sau de la A1 la A2.

- Pentru persoanele care doresc să își îmbunătățească [limba la locul de muncă](#) în paralel cu activitatea lor profesională.

Aveți nevoie de un permis pentru a participa la curs.

Puteți obține acest permis de la [centrul pentru ocuparea forței de muncă](#) sau de la [agenția](#) pentru [ocuparea forței](#) de muncă.

De asemenea, puteți solicita un permis de la [Oficiul Federal pentru Migrație și Refugiați](#).

💡 În general, pentru participare este necesar un [nivel minim de limbă B1](#).

💡 Pe [KURSNET](#) puteți găsi informații despre cursurile profesionale de limbi străine actuale din zona dumneavoastră.

💡 **Aici veți găsi doar informații generale.**

Vă rugăm să întrebați autoritatea locală ce se aplică în cazul dumneavoastră personal.

Aceasta poate fi centrul pentru ocuparea forței de muncă, agenția pentru ocuparea forței de muncă sau BAMF, de exemplu.

Cursuri de limbi străine voluntare

Pe lângă cursurile oficiale de germană, există și alte oportunități de a practica limba germană în Emsland. Oricine poate veni la aceste grupuri, indiferent de statutul său de rezidență. În așa-numitele cafenele lingvistice (sau Sprachtreffs) există mulți voluntari care vă vor sprijini în învățarea limbii germane. În cafenelele lingvistice puteți întâlni alți oameni și puteți vorbi germană cu ei. Acest lucru vă permite să vă exersați limba germană și să învățați cuvinte noi. Și poate chiar să vă faceți noi prieteni pe parcurs. În cafenelele lingvistice, nu contează dacă aveți cunoștințe anterioare sau nu. Toată lumea stă împreună în grupuri mici și pur și simplu vorbește.

Unde au loc cursurile de limbi străine?

Café International Meppen | Herr Migura

📍 [Kirchstraße 5-6, 49716 Meppen](#)

✉️ @raphael.migura@awo-ol.de

☎️ [+4959315988173](tel:+4959315988173)

☎️ [+49 \(0\) 15151308199](tel:+49(0)15151308199)

🕒 Luni - sâmbătă 15:00 - 18:00

Willkommensbüro Lingen

📍 [Große Straße 19, 49808 Lingen](#)

✉️ @willkommen@lingen.de

☎️ [+495919144734](tel:+495919144734)

🌐 <https://tinyurl.com/willkommensbuero-lingen>

 Marți 15:00 - 17:00, alte date și sfaturi detaliate la cerere

Haus Global Papenburg

 [Kirchstraße 48, 26871 Papenburg](#)

 [@Migration@drk-emsland.de](mailto:Migration@drk-emsland.de)

 [+49 \(0\) 496191232025](tel:+49(0)496191232025)

 <https://tinyurl.com/haus-global>

 Luni și joi 14:30 - 16:00 Consiliere și informații suplimentare

De asemenea, puteți găsi **alte centre lingvistice cu prag scăzut** în apropierea localității dumneavoastră de reședință. Informați-vă la [autoritatea locală](#).

Cursuri de limbi străine online și studiu online

Cursuri de limbi străine online

Puteți învăța germana pe smartphone sau pe computer (de asemenea gratuit). Profitați de ofertele excelente pentru a învăța rapid limba germană și profitați de timpul de așteptare pentru un curs de limbă. Aceste oferte pot fi utile și în timpul unui curs de limbă. Puteți găsi mai multe informații despre nivelurile de limbă (A1-C2) [aici](#).

 [Lunes App](#): Aplicația vă ajută la școală. Și în formare. Și la locul de muncă. Aplicația are o mulțime de informații despre cuvinte din diferite profesii. Există o imagine pentru fiecare cuvânt. Astfel, învățați cuvintele germane. Și există o funcție de citire cu voce tare. Diverse exerciții fac învățarea distractivă. Puteți învăța și memora vocabularul.

 [Serlo ABC](#): O aplicație gratuită de alfabetizare pentru studiu individual sau ca supliment la un curs de limbă. Aplicația este aprobată ca manual pentru cursurile de integrare.

 [Mein Deutschbuch](#): Ofertă cuprinzătoare pentru învățarea limbii germane. Site-ul se adresează cursanților și profesorilor, A1-B2.

 [Deutsch-Uni Online \(DUO\)](#): Programe de învățare a limbilor străine pentru A1 până la C2.

 [Curs de limbă de bază de la Deutsche Welle](#): Acest curs de limbă online conține module de alfabetizare și competențe lingvistice legate de locul de muncă. Există, de asemenea, un test de plasament.

 ["Orașul cuvintelor"](#): Aplicație și site web pentru învățarea ludică a vocabularului fără cunoștințe prealabile în germană, engleză, franceză și alte limbi.

 [Portalul de învățare VHS](#): cursuri gratuite de germană. De asemenea, puteți învăța să citiți, să scrieți și să faceți matematică. Există, de asemenea, ajutor pentru pregătirea pentru examenele de absolvire a școlii în germană, matematică și engleză.

 [Test de evaluare lingvistică](#): onSET-test online de evaluare lingvistică pentru refugiați și pentru clasificarea lingvistică a lucrătorilor cu normă întreagă și voluntari.

Studiu online

Mulți refugiați și solicitanți de azil doresc să meargă la universitate. Dar acest lucru este dificil pentru ei. Pentru că trebuie să plătească mulți bani pentru universitate. Și adesea au nevoie de certificate și acte bune. Kiron Higher Education oferă o soluție bună: Taxele de școlarizare nu sunt importante pentru refugiați și solicitanți de azil. Iar ei nu au nevoie de certificate și acte bune. Universitatea oferă locuri pentru toată lumea. În primii 2 ani mergeți la universitate online. Puteți viziona cursurile în limba engleză. De asemenea, puteți adăuga subtitrări în orice limbă. În al treilea an mergeți la universitate la fața locului. Puteți învăța limba germană în timp ce studiați. Primiți și alte tipuri de ajutor și consiliere.

 [Site web Kiron](#)

Nivelul limbii

Puteți participa la un curs de germană. A1, A2, B1, B2, C1 und C2. Există șase niveluri: Începeți cu A1. Aveți C2 în limba dvs. maternă.

Cele șase niveluri înseamnă în detaliu:

A1: începător

Puteți înțelege și folosi cuvinte și propoziții simple.

Vă puteți prezenta pe dvs. și pe alții.

Puteți pune întrebări despre dumneavoastră.

Puteți răspunde la întrebări.

O persoană vorbește încet și clar. Puteți conversa cu ea.

A2: Cunoștințe de bază

Puteți înțelege propoziții și cuvinte utilizate frecvent.

Puteți comunica în situații simple, cotidiene. Puteți să vă descrieți trecutul, educația și mediul.

B1: Utilizarea avansată a limbii

Puteți înțelege multe. Puteți spune ceva despre subiecte familiare și interese personale. Puteți vorbi despre experiențe și evenimente, despre vise, speranțe și obiective. Puteți oferi scurte motive sau explicații pentru planuri și opinii.

B2: Utilizarea independentă a limbii

Puteți înțelege conținutul cel mai important al unor texte complexe pe teme concrete și abstracte. De asemenea, puteți înțelege discuții specializate în domeniul dumneavoastră de specializare.

Puteți comunica fluent și spontan. Puteți justifica un punct de vedere pe o temă de actualitate cu avantaje și dezavantaje.

C1: Competențe lingvistice specializate

Puteți înțelege o mulțime de texte solicitante, mai lungi. Puteți, de asemenea, să înțelegeți semnificațiile implicite.

Vă puteți exprima clar, în mod structurat și detaliat pe teme complexe.

C2: Nivel de vorbitor (aproape) nativ

Puteți înțelege cu ușurință practic tot ceea ce citiți sau auziți.

Puteți rezuma informații din diferite surse scrise și orale. Puteți da motive și explicații într-o prezentare coerentă. Vă puteți exprima spontan, foarte fluent, precis și nuanțat.

Traduceri

Găsiți un interpret

Nu vorbiți încă foarte bine germana. Trebuie să mergeți la o autoritate. Atunci aveți nevoie de un interpret. Un interpret este util și atunci când mergeți la medic. Sau la serile părinților de la școală. Sau la grădiniță. Astfel veți înțelege mai bine ce vor oamenii să vă spună.

 **Documentele oficiale precum certificatele, certificatele de căsătorie sau de naștere pot fi traduse în Germania numai de traducători autorizați de stat.** Aceste traduceri pot fi foarte scumpe. Cel mai bine este să verificați cu atenție în prealabil dacă aveți într-adevăr nevoie de o traducere autorizată și să comparați prețurile de traducere. Puteți găsi agenții de traduceri pe internet.

Formare și muncă

Pe scurt

Pentru a găsi un loc de muncă bun în Germania, sunt importante [cunoștințele de limbă germană](#) și o [formare profesională](#) completă sau o [diplomă](#).

Pe următoarele pagini veți găsi informații și persoane de contact pentru [dobândirea limbii germane](#), [formare](#) și [intrarea în viața activă](#).

Portal de informare pentru profesii

În Germania există peste 400 de profesii diferite. Doriți să învățați o profesie? Atunci aflați mai multe despre diferitele profesii pe [site-ul Berufenet al Agenției Federale pentru Ocuparea Forței de Muncă](#). De asemenea, aruncați o privire la [traseele profesionale din Saxonia Inferioară](#)!

Recunoașterea calificărilor educaționale din străinătate

Ați obținut deja o calificare în străinătate? De exemplu, o diplomă de absolvire a școlii sau o calificare profesională? Atunci trebuie să obțineți recunoașterea acestei calificări aici, în Germania. Puteți găsi mai multe informații [aici](#).

Portaluri de căutare pentru locuri de muncă, formare și [stagii](#)

Sunteți în căutarea unui loc de muncă? Atunci căutați locurile de muncă vacante pe bursa [locurilor de muncă a Agenției pentru ocuparea forței de muncă](#) sau [pe portalul de locuri de muncă Emsachse](#).

Puteți obține consiliere de la [centrul pentru ocuparea forței de muncă](#) sau de la [agenția](#) pentru [ocuparea forței](#) de muncă. Puteți afla mai multe [aici](#). De asemenea, puteți obține sprijin suplimentar de la [proiectele de integrare](#).

Permisul de muncă

Condițiile în care vi se permite să lucrați în Germania depind de statutul dumneavoastră de sedere. Puteți găsi informații în acest sens [aici](#).

Dobândirea unei limbi străine

Nu vorbiți germana? Atunci puteți participa la un [curs de integrare](#)!
Doriți să finalizați o ucenicie, dar nu vorbiți încă suficientă germană? Atunci participarea la un [curs profesional de limbă](#) (de exemplu, cursul de limbă B2) este o opțiune pentru dumneavoastră. De asemenea, vă puteți îmbunătăți cunoștințele de germană în timp ce lucrați ([Job-BSK](#)).

Școala

[Adolescentii și tinerii adulți](#) trebuie să urmeze o [școală profesională \(BBS\)](#). Acest lucru este valabil dacă urmați o formare profesională, dar și în caz contrar. [Școlile profesionale din districtul Emsland](#) oferă, de asemenea, diverse programe educaționale care vă pregătesc pentru [formarea profesională](#) sau pentru începerea unei cariere.

Profitați de serviciile de consiliere oferite de [școlile profesionale din district](#)!

[Agențiile pentru ocuparea forței de muncă în rândul tinerilor](#) și [serviciul de migrație pentru tineri](#) vă pot, de asemenea, consilia.

Puteți găsi mai multe **centre de consiliere pentru migrație** [aici](#)!

Educație și participare

[Activități de agrement](#), o excursie școlară sau calitatea de membru al unui club. Toate acestea costă bani.

Prin urmare, pentru copiii și tinerii din familii cu venituri mici, este adesea dificil să participe pe deplin la viața socială. Aruncați o privire la [pachetul privind educația și participarea](#)!

Studiile

Doriți să studiați? Atunci puteți găsi aici **informații despre studii**.

Găsiți un loc de muncă

Consiliere și ajutor

Sunteți în căutarea unui loc de muncă?

Atunci căutați locuri de muncă vacante pe [bursa locurilor de muncă a Agenției Federale pentru Ocuparea Forței de Muncă](#) sau pe [portalul de locuri de muncă Emsachse](#).

Aveți nevoie de sprijin?

Beneficiați de [alocația cetățeanului \(centru de ocupare a forței de muncă\)](#)?

Atunci luați legătura cu [managerul dumneavoastră de caz](#).

📍 Ordeniederung 1, 49716 Meppen

☎ [05931441448](tel:05931441448)

✉ @arbeit@emsland.de

Puteți găsi centrul de ocupare a forței de muncă și pe [Instagram](#)!

În alte cazuri, [agenția de ocupare a forței](#) de muncă este responsabilă pentru dumneavoastră.

Informații pentru angajatori - Serviciul pentru angajatori

În districtul Emsland, Serviciul pentru angajatori al Agenției pentru ocuparea forței de muncă și Centrul pentru ocuparea forței de muncă sunt acolo pentru a vă sprijini în calitate de **angajator**.

Acestea vă vor ajuta în căutarea de personal, vă vor consilia cu privire la subvenții și multe altele. Serviciul este gratuit pentru dumneavoastră!

[Aici](#) veți găsi persoanele de contact ale **Centrului pentru ocuparea forței de muncă** și [aici](#) persoanele de contact ale **Agenciei pentru ocuparea forței de muncă**. Nu ezitați să luați legătura!

Reglementări privind accesul la piața muncii

 Sunteți din UE? Locuiți acum în Germania? Și ați dori să lucrați?

Atunci o puteți face fără probleme. În calitate de cetățean al UE, oricine poate lucra în Germania. Fără nicio restricție.

 Ați fugit în Germania?

Atunci statutul dumneavoastră de rezident este important. Acesta determină dacă vi se permite sau nu să lucrați. Vă explicăm mai jos ce se aplică în cazul dumneavoastră:

- **Solicitanții de azil cu dovadă de sosire sau autorizație de ședere**

[Autoritatea](#) pentru imigrație decide dacă vi se permite să lucrați. Prin urmare, trebuie să depuneți o cerere la autoritatea pentru străini.

- **Refugiați cu permis de ședere**

Ați fost recunoscut de BAMF ca persoană care are dreptul la azil, la statutul de refugiat sau la protecție subsidiară? Atunci autoritatea pentru imigrație vă va elibera un permis de ședere. Acesta vă dă dreptul de a exercita orice activitate profesională remunerată și vă oferă astfel acces deplin pe piața muncii.

 **Important:** Aici veți găsi doar informații generale. Vă rugăm să vă interesați de situația dumneavoastră personală la Biroul de înregistrare a [străinilor](#).

Internship

Ce este un stagiu?

Un stagiu este un post temporar. Aceasta înseamnă că stagiarii lucrează într-o companie sau organizație pentru o perioadă limitată de timp. Un stagiu poate fi făcut în aproape orice profesie.

Un stagiul are rolul de a...

- a vă familiariza cu o nouă profesie,
- a cunoaște un mediu de lucru în practică,
- și / sau pentru a aprofunda cunoștințele teoretice prin experiență practică (profesională).

Care sunt avantajele unui stagiul de practică?

Un stagiul este foarte util înainte de a intra în viața activă.

- Stagiarii ajung să cunoască profesiile și domeniile de activitate. Ei își pot da seama care este profesia potrivită pentru ei.
- Stagiarii ajung să cunoască companii și organizații. Ei își dau seama dacă vor să lucreze acolo.
- Stagiarii stabilesc contacte care le pot fi de ajutor la intrarea în viața activă.
- Compania sau organizația ajunge să cunoască stagiarii. Acest lucru poate duce la un loc de muncă sau la o ucenicie după stagiul.

Pentru cine este util un stagiul de practică?

Un stagiul poate fi util pentru oricine. Atunci când angajează noi angajați, de exemplu, angajatorii se uită la locurile unde candidatul a efectuat deja un stagiul.

Stagiile sunt utile în special pentru

- elevii,
- studenții,
- persoanele care urmează să intre în viața activă (pentru a dobândi experiență profesională)
- persoanele care doresc să își schimbe cariera,
- persoanele care au rămas fără loc de muncă pentru o perioadă.

Cele mai importante tipuri de stagii

Stagiul obligatoriu

- Stagiul pentru elevi: Elevii trebuie adesea să facă un stagiul la școală. Stagiul pentru elevi durează adesea doar una sau două săptămâni. Scopul este de a familiariza elevii cu viața profesională și de a le oferi o primă orientare profesională.
- Stagiul în timpul studiilor: Pentru a finaliza un program de studii, elevii trebuie adesea să efectueze un stagiul. Procedura și durata sunt reglementate de regulamentul de studii. Stagiile de practică obligatorii oferă o experiență profesională inițială.

Stagiul voluntar

Oricine poate face un stagiul de voluntariat - fie că este elev, student sau adult. Durata este stabilită împreună cu întreprinderea sau organizația.

Plata

Stagiarii primesc uneori bani în timpul stagiului. Dar nu întotdeauna. Acest lucru depinde de mai mulți factori. De exemplu, de tipul de stagiū, de durată sau chiar de sector.

Stagiarii au dreptul la plată dacă

- stagiul durează mai mult de trei luni
- și este voluntar.

Această regulă nu se aplică stagiilor obligatorii care fac parte dintr-un program universitar. De asemenea, regula nu se aplică stagiilor sub vârsta de 18 ani.

Zece sfaturi pentru stagiari

1. Informați-vă înainte de efectuarea stagiului (de exemplu, pe internet) cu privire la întreprinderea de practică.
2. Fiți politicos, punctual și de încredere.
3. Arătați interes și motivație.
4. Puneți întrebări dacă doriți să știți ceva sau dacă ceva nu este clar.
5. Abordați problemele în mod direct. Rămâneți prietenos.
6. Acceptați criticile și învățați din ele.
7. Privatul este privat: de exemplu, evitați apelurile telefonice private sau să vă uitați constant la telefonul mobil.
8. Îmbrăcați-vă adecvat.
9. Faceți noi contacte. Aceste contacte pot fi utile atunci când căutați un loc de muncă mai târziu.
10. Solicitați un certificat de stagiū. Certificatul de stagiū poate fi util atunci când căutați un loc de muncă ulterior.

Primiți sprijin pentru venit ([centrul pentru ocuparea forței de muncă](#))? Atunci anunțați managementul de caz înainte de a începe stagiul!

Candidaturi și interviuri de angajare

Găsiți un loc de muncă și aplicați

Multe companii publică anunțuri de angajare - în ziare sau pe internet. Acestea caută noi angajați. Anunțul precizează ce fel de muncă sau de formare este implicată și ce cerințe sunt impuse candidaților. De asemenea, anunțul vă spune cum să vă depuneți candidatura - în scris, prin e-mail, online sau personal.

Invitația la un interviu

Dacă sunteți invitat la un interviu, aceasta înseamnă că întreprinderea este interesată de dumneavoastră. Pregătiți-vă bine:

- Aflați mai multe despre companie (de exemplu, prin intermediul site-ului web).
- Gândiți-vă de ce v-ar plăcea să lucrați acolo.
- Gândiți-vă la întrebările pe care le puteți pune la interviu.
- Planificați-vă suficient timp pentru călătorie.
- Fiți punctual și bine aranjat.

Candidatura - cum este structurată

O candidatură completă constă din trei părți:

1. Scrisoare de intenție
Aici vă prezentați și explicați de ce sunteți potrivit pentru acest post. Menționați orice experiență relevantă - inclusiv din țara dumneavoastră de origine. Scrisoarea de intenție trebuie să fie personală și individuală, să aibă o pagină și să fie semnată.
2. Curriculum vitae (CV)
O prezentare generală a carierei dumneavoastră sub formă de tabel: educație, experiență profesională, diplome de absolvire a școlii. O fotografie este opțională, dar este adesea așteptată. Utilizați [Europass](#), de exemplu, pentru a vă crea CV-ul în formatul corect.
3. Certificatele și documentele justificative
Atașați copii ale celor mai importante documente: Diplome școlare sau universitare, referințe de la locul de muncă, dovezi ale stagiilor, cursurilor de perfecționare sau de limbi străine. Dacă documentele nu sunt în limba germană sau engleză, acestea trebuie traduse.

Cum să aplicați - iată cum funcționează

💡 Anunțul de post vă va spune cum să aplicați. Vă rugăm să îl citiți cu atenție.

- Prin poștă
Cumpărați un dosar de candidatură și atașați scrisoarea de intenție, CV-ul și certificatele. Trimiteți totul la adresa indicată.
- Prin e-mail
Creați un fișier PDF cu toate documentele. Trimiteți-l ca atașament și scrieți un scurt text de însoțire în e-mail.
- Online
Multe companii mari utilizează portaluri de aplicații. Înregistrați-vă acolo și încărcați-vă documentele.

🌐 Puteți găsi sfaturi utile pentru candidatura dumneavoastră la [Planet Beruf](#).

🌐 [Europass](#) este un portal online multilingv (peste 20 de limbi) care ajută migranții să își vizualizeze competențele și cunoștințele. Acesta oferă un instrument online gratuit pentru crearea unui pașaport lingvistic sau a unui CV (a se vedea mai sus). De asemenea, pe Europass puteți găsi sfaturi importante pentru o bună candidatură la un loc de muncă.

🌐 La [Bewerbung.net](#), [StepStone](#) și [Lebenslauf2go](#) puteți crea gratuit un CV și o scrisoare de intenție. În unele cazuri, puteți, de asemenea, să vă importați datele din Xing sau LinkedIn. De asemenea, este posibil să vă scrieți propriile texte în șablon sau să importați fișiere.

🌐 Informații și șabloane pentru scrisori de intenție pot fi găsite la: [Bewerbung2go](#), [BewerbungsWissen](#), [Karrierebibel](#)

Contractul de muncă

Orice persoană care începe un loc de muncă primește un contract de muncă. Acesta reglementează cele mai importante condiții de muncă. Acesta stabilește când lucrați. Câte zile de concediu primiți. Precizează câți bani veți primi. Ambele părți - angajatul și angajatorul - trebuie să respecte aceste acorduri. Contractul devine obligatoriu din punct de vedere juridic atunci când îl semnați. Semnați-l numai după ce ați înțeles pe deplin conținutul acestuia.

Tipuri de contracte:

Contract de muncă pe durată nedeterminată

De obicei, există o perioadă de probă de trei sau șase luni. În timpul acestei perioade, o relație de muncă poate fi reziliată în termen de două săptămâni. Angajatorul poate rezilia contractul. Dumneavoastră, în calitate de angajat, puteți, de asemenea, să dați preaviz. La sfârșitul perioadei de probă, începe un raport de muncă permanent. Aceasta are o protecție mai lungă împotriva concedierii.

Programul de lucru este, de obicei, de 40 de ore pe săptămână.

Aveți dreptul la pauze:

- De la 6 ore trebuie să luați cel puțin o pauză de 30 de minute.
- Dacă lucrați 9 ore sau mai mult, aveți dreptul la o pauză de cel puțin 45 de minute.

Contract de muncă pe durată determinată

Relația de muncă se încheie la data convenită, fără a fi nevoie de preaviz de încetare.

Mini loc de muncă

Câștigul maxim pe lună este de 538 de euro și este scutit de impozit și de contribuții la asigurările sociale.

Doar angajatorul plătește o sumă forfetară. Dacă se dorește, angajatul poate contribui la sistemul de pensii.

Cu toate acestea, în cazul în care deveniți șomer, nu aveți dreptul la indemnizația de șomaj 1.

Timp parțial

Numărul de ore cuprinde, de obicei, între 20 și 30 de ore pe săptămână și este supus impozitului și contribuțiilor de securitate socială.

Salariul este ajustat în comparație cu posturile cu normă întreagă.

Se aplică cel puțin salariul minim legal.

Cu normă întreagă

Numărul de ore cuprinde, de obicei, 39 sau 40 de ore pe săptămână și este supus impozitului și contribuțiilor de securitate socială.

Primiți salariul integral.

Se aplică cel puțin salariul minim legal.

Aveți dreptul la cel puțin 20 de zile de concediu plătit pe an.

Munca temporară

Contractul de muncă este încheiat cu agenția de muncă temporară și este supus impozitului și contribuțiilor de asigurări sociale.

Agenția de muncă temporară vă repartizează clienților pe bază temporară pentru o perioadă de maximum 18 luni.

Se aplică cel puțin salariul minim legal.

Dreptul muncii:

În Germania există numeroase legi care reglementează și protejează drepturile angajaților. Printre acestea se numără, de exemplu

- Reglementarea orelor de lucru
- salariul minim
- dreptul la concediu de odihnă
- protecția împotriva concedierii
- reprezentarea intereselor societății (comitet de întreprindere)
- reglementarea activității sindicatelor
- și multe altele

Impozite și contribuții la asigurările sociale:

Fiecare angajat din Germania plătește o parte din salariu sub formă de impozite. Autoritățile federale, de stat și locale folosesc această sumă pentru a-și finanța cheltuielile. La rândul lor, angajatorii sunt obligați să plătească contribuții de asigurări sociale pentru angajații lor. Aceste contribuții la asigurările sociale finanțează sistemul de asigurări sociale din Germania. Acest sistem garantează că veți primi bani de la stat dacă nu aveți un loc de muncă.

Numărul de identificare fiscală:

Numărul de identificare fiscală este un număr din 11 cifre și este utilizat în scopul impozitării veniturilor. Numărul este valabil pe toată durata vieții dumneavoastră. Biroul fiscal vă poate identifica întotdeauna cu acest număr. Locul dumneavoastră de muncă necesită acest număr. Nu aveți acest număr în documentele dumneavoastră? Îl puteți obține personal de la biroul de înregistrare (Bürgeramt). Sau prin completarea unui formular la [Biroul central federal de impozite](#).

Numărul de asigurare națională:

Aveți nevoie de un număr de asigurare națională pentru un loc de muncă. Îl puteți obține de la [casa de asigurări de sănătate](#) (de exemplu, AOK, DAK).

Muncă ilegală:

Aveți un loc de muncă care este plătit. Dar această muncă nu este înregistrată la biroul fiscal și la fondul de asigurări de sănătate. Prin urmare, nu plătiți impozite și contribuții de asigurări sociale. Acest lucru este **illegal**. Vă puteți confrunta cu amenzi și închisoare! Primiți prestații sociale sau ajutor de șomaj? Dar lucrați în continuare? Nu ați anunțat biroul de asistență socială, agenția de ocupare a forței de muncă sau centrul pentru ocuparea forței de muncă? Și acest lucru este **illegal**. Primiți în mod greșit prestații de stat, chiar dacă aveți o activitate remunerată.

Contabilitate de salarizare sau contabilitate de salarizare

Sunteți un angajat?

Atunci veți primi un extras de cont după prima lună de muncă.
De asemenea, unii angajatori vă vor elibera ulterior o declarație lunară.
Alții fac acest lucru doar dacă în luna respectivă există ceva diferit (de exemplu, prima de Crăciun).

Detaliile obligatorii din declarație sunt

- Numele și adresa angajatorului
- Numele, adresa și data nașterii angajatului
- Numărul de asigurare al angajatorului
- Data începerii activității
- Clasa de impozitare și numărul de identificare fiscală
- Perioada de salarizare
- Salariul brut (salariul fără deduceri)
- Tipul și cuantumul suplimentelor sau alocațiilor
- Tipul și valoarea deducerilor
- Suma netă (după toate deducerile) și este, de obicei, suma plătită

💡 Păstrați fișele de salariu într-un loc sigur! Le puteți prezenta apoi autorităților (de exemplu, biroului de imigrare).

Exploatarea forței de muncă și munca ilegală

Exploatarea muncii

Este cazul în care (trebuie să) lucrați în condiții nedrepte sau fără consimțământul dumneavoastră.

Este o infracțiune penală:

- Neplata banilor, chiar dacă munca a fost efectuată.
- Lucrul cu ore mai lungi decât cele convenite prin contract pentru același salariu (lucrul în jurul salariului minim).
- Traficul de persoane în scopul exploatării prin muncă sau al muncii sexuale forțate.
- Sclavie și muncă forțată.

Munca ilegală

Aceasta este atunci când câștigați bani fără să plătiți impozite.

De asemenea, nu plătiți [contribuții la asigurările sociale](#). Acest lucru este ilegal și va fi urmărit penal și sancționat.

Sunteți obligat să anunțați autoritățile dacă vă angajați.

Banii sunt apoi plătiți de obicei în numerar și nu sunt transferați în contul dumneavoastră. Nu există un [contract de muncă](#), nici chitanțe sau [fișe de plată](#).

Meseriile calificate sunt deosebit de afectate. Acesta este motivul pentru care vameșii inspectează adesea șantierele de construcții. Acolo se cer contracte de muncă și permise de

ședere. De asemenea, se verifică și obligațiile fiscale.

Dacă primiți prestații sociale și sunteți prins lucrând la negru, puteți ajunge la închisoare. În plus, prestațiile sunt reduse semnificativ sau anulate.

Drepturile dumneavoastră ca angajat; Integrare echitabilă Saxonia Inferioară

Aici veți găsi toate informațiile de care aveți nevoie cu privire la drepturile dumneavoastră ca angajat în Germania. Dacă vă cunoașteți drepturile, vă puteți proteja de exploatare și discriminare.

Refugiații și migranții din țări terțe care au un loc de muncă, fac o ucenicie sau un stagiu pot obține consiliere aici. Ei vă vor consilia dacă doriți să lucrați și aveți întrebări.

Subiectele includ

- Piața muncii și contractele de muncă
- Plata și salariul minim
- Orele de lucru, concediile sau concedierea
- Incapacitatea de muncă și accidente de muncă
- Asigurări de sănătate, îngrijire pe termen lung și pensii
- Tratatamentul inechitabil din partea șefilor
- Respectarea drepturilor angajaților
- Consilierea este gratuită și confidențială.

[Centrul de consiliere FAIRE INTEGRATION din Oldenburg](#) este responsabil pentru Emsland. Acesta vă poate consilia prin telefon, online sau personal.

Puteți găsi mai multe informații în flyer!

[Flyer Fair Integration Flyer 24 iulie.pdf](#)

Recunoașterea calificărilor educaționale străine

CertIFICATELE ÎN GERMANIA

Certificatele sunt foarte importante în Germania. Le primiți la școală, la universitate sau la locul de muncă. La locul de muncă, acestea sunt numite referințe profesionale. Certificatele arată ce ați învățat și ce ați realizat. Acestea sunt o condiție importantă pentru obținerea unui loc de muncă. De asemenea, aveți nevoie de certificate pentru a fi admis la o școală sau universitate.

Ați obținut deja certificate în străinătate? Atunci puteți obține recunoașterea acestora în Germania. Certificatele dumneavoastră vor fi verificate pentru a se stabili ce calificări aveți în Germania. Este ca o "traducere" a realizărilor dumneavoastră. Dacă v-ați pierdut certificatele, puteți încerca să obțineți recunoașterea competențelor și experienței dvs. profesionale prin teste.

Consultanță de specialitate privind recunoașterea certificatelor

Aveți un [certificat de absolvire a școlii](#) din străinătate și doriți să începeți o formare sau să lucrați în Saxonia Inferioară? Atunci puteți afla cum este recunoscută calificarea dumneavoastră în Germania.

Dacă aveți o [calificare profesională](#), există, de asemenea, o opțiune de recunoaștere a acesteia.

Doriți să studiați sau să desfășurați activități academice? Atunci contactați birourile universitare relevante pentru recunoașterea calificărilor dumneavoastră.

BUS-GmbH oferă consiliere cu privire la recunoașterea calificărilor academice și profesionale străine.

Cine poate solicita consiliere?

Oricine poate solicita consiliere, indiferent de statutul său de ședere. Trebuie doar să faceți o programare! Consilierea este confidențială și gratuită.

Vă rugăm să aduceți următoarele documente cu dvs:

- Curriculum vitae
- rapoarte școlare
- prezentarea generală a materiilor și notelor
- Carte de identitate sau pașaport
- Informații suplimentare privind documentele necesare pot fi găsite pe [site-ul web](#).

Primiți bani de la agenția pentru ocuparea forței de muncă?

Dacă da, [managerul dvs. de caz](#) vă poate ajuta să aranjați o întâlnire de consiliere.

Dacă nu sunteți în măsură să plătiți singur traducerea documentelor dumneavoastră, este posibil ca agenția pentru ocuparea forței de muncă să acopere costurile dacă beneficiați de prestații în cadrul SGB II. Vă rugăm să vă adresați managerului de caz înainte de a solicita traducerea documentelor dumneavoastră.

Contact și înregistrare

📞 Vă puteți înscrie pentru o sesiune de consiliere [aici](#).

BUS-GmbH | Frau Blümke

@bluemke@bus-gmbh.de

☎ [+495416929622](tel:+495416929622)

🌐 <https://www.bus-gmbh.de/projekte/iq-netzwerk-nied...>

BUS-GmbH | Frau Loose

@loose@bus-gmbh.de

 [+495416929630](tel:+495416929630)

 <https://www.bus-gmbh.de/projekte/iq-netzwerk-nied...>

BUS-GmbH | Frau Zivotic

@zivotic@bus-gmbh.de

 [+495416929623](tel:+495416929623)

 <https://www.bus-gmbh.de/projekte/iq-netzwerk-nied...>

Certificarea oficială a certificatelor

Aveți un document, de exemplu un certificat. Autoritățile vor să știe dacă documentul este autentic?

Atunci trebuie să îl autentificați oficial la notar! Acest lucru este important și pentru înscrierea la o universitate. Toate copiile de certificate trebuie să fie legalizate oficial. Acestea pot fi autentificate la [biroul pentru cetățeni al municipalității dumneavoastră](#) sau la districtul Emsland. Vă rugăm să rețineți că documentele trebuie mai întâi traduse în limba germană.

Puteti găsi mai multe informații pe [portalul de servicii al landului Saxonia Inferioară](#).

Solicitați un certificat de bună conduită

Solicitarea unui certificat de bună conduită

Unii angajatori doresc să prezentați un certificat de bună conduită. Certificatele de bună conduită servesc drept dovadă că o persoană nu are antecedente penale. Certificatul de bună conduită se mai numește uneori și "certificat de bună conduită al poliției". De exemplu, veți avea nevoie de unul dacă doriți să lucrați în sectorul securității, cu copii sau în sectorul public.

Există diferite tipuri de certificate de bună conduită:

- în scopuri private
- pentru o autoritate publică
- extinsă
- european

Întrebați autoritatea pentru care aveți nevoie de el ce tip este necesar.

Pe cine trebuie să contactez?

Responsabilitatea revine municipalității, municipalității comune și orașului. Puteți găsi mai multe informații pe site-ul web al [autorității locale](#).

Instrucțiuni pentru persoanele care manipulează alimente

Instrucțiuni privind alimentele

Intrați în contact cu alimente deschise la locul de muncă? Produceți alimente?

Atunci trebuie să vă supuneți unei instruiți!

Instruirea se numește instruire alimentară și este obligatorie în conformitate cu § 43 din Legea privind protecția împotriva infecțiilor (IfSG) înainte de începerea activității.

Scopul este de a permite angajaților să își asume responsabilitatea de a se asigura că manipularea alimentelor nu reprezintă un risc în ceea ce privește răspândirea agenților patogeni.

Informații suplimentare pot fi găsite [aici](#). De asemenea, vă puteți înscrie la seminarul online [aici](#).

Primiți bani de la agenția pentru ocuparea forței de muncă? Dacă da, acestea pot acoperi costurile. Luați [legătura cu persoana dumneavoastră de contact](#) înainte de a vă înscrie!

Adulți tineri

Agenția pentru ocuparea forței de muncă pentru tineret (JBA)

Sunteți pe cale să vă începeți cariera?

Cu atât de multe opțiuni, decizia nu este întotdeauna ușoară. Vestea bună este că nu sunteți singur!

Agenția pentru Ocuparea Forței de Muncă pentru Tineret (JBA) te va sprijini cu îndrumare în carieră și îți va acorda mult timp pentru tine și întrebările tale. Indiferent dacă doriți să începeți o ucenicie sau un program de studii - sau poate aveți planuri complet diferite? Sau niciunul?

Indiferent de ceea ce aveți în minte, sunteți pe mâini bune la JBA. Bineînțeles, veți găsi și o ureche înțelegătoare dacă lucrurile pur și simplu nu merg bine pentru dumneavoastră în acest moment.

JBA Emsland consiliază și sprijină tinerii până la vârsta de 25 de ani în găsirea unui [loc de ucenicie](#) sau a unui [curs de studii](#) adecvat.

Urmăriți JBA pe Instagram [@jba_emsland](#)

 www.jba-emsland.de

 [05931442711](tel:05931442711)

 info@jba-emsland.de

Calificarea de intrare

Știi ce vrei să fii? Dar nu ai găsit un [loc de formare](#) până la 30 septembrie?

Atunci puteți face un stagiu de practică mai lung, în anumite condiții. Acesta vă pregătește pentru [formarea profesională](#). Se numește calificare de intrare (EQ) și durează între 4 și 12 luni.

Calificarea introductivă începe, de obicei, la 1 octombrie.

Dacă sunteți interesat, întrebați managerul de [caz](#) dacă primiți [alocație pentru cetățeni](#)! În caz contrar, contactați [Agenția pentru ocuparea forței de muncă](#)!

De asemenea, este posibil să aveți nevoie de o autorizație din partea [biroului de imigrație](#).

Nu ați împlinit încă 18 ani? Atunci trebuie să vă faceți un examen medical înainte de a vă angaja! Aceasta se numește **examinare inițială**. Medicul vă va elibera apoi un certificat pe care trebuie să îl prezentați angajatorului dumneavoastră. Puteți găsi mai multe informații [aici](#).

Vă rugăm să rețineți: nu puteți solicita o ședere tolerată pentru formare cu un EQ!

Anul social voluntar (FSJ)

Anul social voluntar (FSJ)

Ce este un an social voluntar (FSJ)?

Anul social voluntar (FSJ) este o alternativă bună la un stagiu. Dacă ați terminat școala obligatorie și aveți sub 27 de ani, puteți face un FSJ. Aici puteți dobândi o experiență valoroasă în cadrul unei organizații sociale sau culturale.

Unde puteți face un FSJ?

- La spital
- Grădiniță
- școală
- Centrul de protecție a tinerilor
- Parohie
- Instituție culturală
- Facilități pentru persoane în vârstă sau persoane cu handicap

Unde puteți găsi oferte?

[Aici](#) veți găsi informații suplimentare și o listă a organizațiilor recunoscute care oferă un an social voluntar.

Pentru a găsi un loc în domeniul de activitate dorit pentru un an social, trebuie să aplicați din timp pentru un FSJ. În mod ideal, cu șase luni în avans. Uneori este, de asemenea, posibil să începeți un FSJ în scurt timp, în termen de patru săptămâni.

Ce beneficii primiți?

- Primiți bani de buzunar pe lună
- Veți primi o alocație de catering pe lună
- Dacă este necesar, vi se poate oferi cazare (o cameră mobilată)

- Aveți cel puțin 26 de zile de concediu dacă serviciul voluntar durează 12 luni
- Sunteți asigurat în caz de boală, accident și daune aduse terților
- vi se rambursează cheltuielile de deplasare la și de la seminarii
- În anumite condiții, vi se poate oferi sprijin financiar pentru un curs de limbă
- Trebuie să vă organizați și să vă plătiți singur călătoria către și de la locul de voluntariat

💡 Întrebați organizația la ce beneficii specifice aveți dreptul în timpul FSJ!

Primesc un certificat?

La sfârșitul serviciului de voluntariat, veți primi un certificat pentru munca depusă la centrul de plasament. De asemenea, veți primi un certificat pentru zilele de formare.

Care sunt beneficiile unui FSJ?

- Angajament social și a face bine
- Dezvoltare personală, lărgirea orizonturilor și experimentarea de lucruri noi
- Orientare profesională în cadrul FSJ - nu numai în sectorul social
- Dobândirea de experiență practică
- FSJ poate fi recunoscut pentru universitate, stagiu de pre-studiu, an de recunoaștere
- Ia-ți timp liber și câștigă mai mult timp

💡 **Vă rugăm să rețineți:** Un FSJ trebuie să fie autorizat de autoritatea pentru străini dacă nu aveți un permis de muncă fără restricții!

Instruire asistată (AsA)

Urmați un [program de formare](#) în cadrul companiei sau o [calificare introductivă](#)?

Atunci **AsA** ar putea fi ceva pentru tine!

Tutorat sau sprijin socio-educational sau ambele?

Împreună cu persoana de contact, vă veți stabili nevoile individuale.

Vă rugăm să luați legătura cu noi!

👤 [Centrul pentru ocuparea forței de muncă](#)

👤 [Agenție de ocupare a forței de muncă](#)

Șomaj și prestații sociale

Indemnizație de șomaj la agenția de ocupare a forței de muncă

Dreptul la indemnizația de șomaj de la agenția de ocupare a forței de muncă

Sunteți șomer dacă sunteți capabil să lucrați, dar nu aveți un loc de muncă. Aceasta înseamnă că nu câștigați niciun ban pentru a trăi. Întrucât Germania este un stat social, aceasta îi ajută pe cei care nu își pot câștiga singuri existența sau o pot face doar parțial.

Cu toate acestea, în principiu, toată lumea ar trebui să își câștige propriul trai prin muncă.

Dacă vă pierdeți locul de muncă, veți primi ajutor de șomaj. Pentru aceasta, trebuie să fi lucrat în Germania timp de cel puțin 12 luni în ultimele 30 de luni și să fiți supus asigurării obligatorii. Există și alte condiții în anumite circumstanțe.

Agenția Federală pentru Ocuparea Forței de Muncă va decide dacă primiți sau nu ajutor de șomaj.

1. Înregistrați-vă ca persoană în căutarea unui loc de muncă!

Ați fost concediat, ați dat preaviz sau contractul dvs. de muncă temporar se apropie de sfârșit. Agenția pentru ocuparea forței de muncă vă va sprijini în căutarea unui nou loc de muncă. De asemenea, vor colabora cu dvs. pentru a stabili dacă aveți dreptul la sprijin financiar.

Este important să vă înregistrați imediat ca persoană în căutarea unui loc de muncă. Înregistrați-vă ca persoană în căutarea unui loc de muncă cu cel puțin 3 luni înainte de încheierea raportului de muncă. Dacă aflați abia mai târziu, înregistrați-vă ca persoană în căutarea unui loc de muncă cel târziu 3 zile mai târziu.

Puteți face acest lucru în diferite moduri:

-  [La fața locului, la agenția locală de ocupare a forței de muncă](#)
-  prin telefon la numărul [0800/4555500](tel:08004555500) (gratuit)
-  [online](#) la agenția de ocupare a forței de muncă

2. Înregistrați-vă personal ca șomer!

Trebuie să vă înregistrați ca șomer în persoană sau online la agenția locală de ocupare a forței de muncă cel târziu în prima zi în care rămâneți fără loc de muncă. Aceasta este una dintre condițiile prealabile pentru a primi indemnizația de șomaj.

3. completați cererea de solicitare a indemnizației de șomaj!

Depuneți [online](#) cererea pentru indemnizația de șomaj. Alternativ, puteți obține un formular de cerere de la agenția locală de ocupare a forței de muncă pentru a depune cererea în scris.

Puteți obține informații suplimentare aici.

 **Important:** Aici veți găsi doar informații generale. Vă rugăm să contactați agenția locală de ocupare a forței de muncă pentru informații referitoare la situația dumneavoastră personală.

ÎNTREBĂRI FRECVENTE: Cerere de alocație pentru cetățean (centru de ocupare a forței de muncă)

Cine are dreptul la alocația pentru cetățeni?

Toate persoanele care au nevoie de asistență, care sunt apte de muncă și care au împlinit vârsta de 15 ani și nu au împlinit încă vârsta cuprinsă între 65 și 67 de ani pot primi alocația pentru cetățeni. Persoanele care locuiesc împreună cu dumneavoastră într-o comunitate de nevoie (de exemplu, copiii) primesc, de asemenea, alocații.

Unde trebuie să depun cererea pentru alocația pentru cetățeni?

În districtul Emsland, serviciile sociale și de muncă specializate ale [orașelor și municipalităților](#) sunt responsabile pentru acordarea prestațiilor.

Care este cuantumul alocației pentru cetățeni? Cum se compune aceasta?

Necesarul standard de subzistență include în special costurile pentru hrană, îmbrăcăminte, igienă personală, obiecte de uz casnic și necesități zilnice. De asemenea, acoperă costurile unei locuințe adecvate și ale încălzirii.

Necesitățile standard începând cu 01.01.2024

pentru persoanele singure, părinți singuri sau beneficiari,

- al căror partener este minor 563 de euro
- 506 euro pentru partenerii adulți din comunitatea de beneficiari
- 451 euro pentru alți membri adulți ai comunității de prestații care sunt capabili să câștige un venit

pentru tinerii dintr-o comunitate de prestații începând cu vârsta de

- de la vârsta de 15 ani până la vârsta de 18 ani 471 euro
- pentru copii de la vârsta de șapte ani până la vârsta de 14 ani 390 euro
- 357 euro pentru copiii cu vârsta de până la șase ani

Mi s-a stricat frigiderul. Voi primi unul nou?

Nu, astfel de costuri sunt deja incluse în cerința standard.

Cu toate acestea, este posibil să fiți eligibil pentru un împrumut. De asemenea, puteți solicita un împrumut dacă nu beneficiați de prestații pentru că nu aveți nevoie de asistență, dar venitul și bunurile dumneavoastră nu sunt suficiente pentru a acoperi costul achiziției.

Cum aflu dacă voi primi bani?

Veți fi notificat în scris cu privire la decizia privind cererea dumneavoastră. Decizia vă va spune dacă aveți dreptul la prestații, pentru cât timp și în ce cuantum.

Când și cum se plătesc prestațiile în bani?

Prestațiile vor fi transferate în contul dumneavoastră la data de 1 a lunii în care aveți dreptul la ele.

Informații suplimentare pot fi găsite pe [site-ul web](#) al Centrului pentru ocuparea forței de muncă din districtul Emsland.

 **Important:** Aici veți găsi doar informații generale. Vă rugăm să contactați autoritatea locală pentru informații privind situația dumneavoastră personală.

Dreptul la prestații în temeiul Legii privind prestațiile pentru solicitanții de azil (Asylum Seekers Benefits Act)

Veți primi prestații în temeiul Legii privind prestațiile pentru solicitanții de azil (Asylum Seekers Benefits Act) dacă:

- sunteți un solicitant de azil în Germania sau
- sunteți un străin cu un permis de ședere tolerată sau
- sunteți obligat să părăsiți țara și
- nu aveți venituri sau bunuri sau
- câștigați prea puțin la locul de muncă și aveți nevoie de sprijin pentru a vă acoperi costurile de trai.

Veți primi:

- Bani de buzunar și o sumă suplimentară pentru hrană, îmbrăcăminte și asistență medicală.
- Acoperire în caz de boală.
- Costuri de locuință și de încălzire.
- [Prestații pentru educație și participare.](#)

Nu aveți dreptul la prestații în temeiul Legii privind prestațiile pentru solicitanții de azil dacă:

- Venitul dumneavoastră disponibil sau bunurile sunt suficiente pentru a trăi,
- primiți deja prestații în temeiul Codului de securitate socială.

Depunerea unei cereri:

- În districtul Emsland, serviciile sociale și de muncă specializate ale [orașelor și municipiităților](#) sunt responsabile pentru acordarea prestațiilor.

 **Important:** Aici veți găsi doar informații generale. Vă rugăm să vă adresați autorităților locale pentru informații referitoare la situația dumneavoastră personală.

Independență

Ce înseamnă munca independentă?

A fi lucrător independent înseamnă că lucrați pentru dumneavoastră - nu pentru o companie sau un șef. De exemplu, aveți propriul magazin sau vă conduceți propria companie.

Munca independentă are avantaje:

- Sunteți propriul dvs. șef
- Vă puteți planifica singur munca

Dar există și dezavantaje și riscuri:

- Trebuie să vă ocupați singur de bani, clienți și de toate aspectele organizatorice
- Uneori venitul este incert

În Germania, fiecăruia i se permite să lucreze independent. Aceasta se numește libertate profesională. Pentru unele profesii, însă, aveți nevoie mai întâi de o formare specială sau de o licență.

Cine poate lucra independent în Germania?

- Dacă cererea dvs. de azil este încă în curs de examinare, dacă cererea dvs. a fost respinsă sau dacă aveți o ședere tolerată, nu aveți voie să lucrați pe cont propriu.
- Dacă nu faceți parte din unul dintre aceste grupuri, puteți înființa o afacere în Germania.
- Dacă primiți bani de la [centrul pentru ocuparea forței de muncă](#), discutați mai întâi cu responsabilul de caz înainte de a vă angaja pe cont propriu.

Ce trebuie să știți înainte de a deveni lucrător independent?

Să vă începeți propria afacere este un pas important. Sunt multe lucruri pe care trebuie să le planificați și să le luați în considerare - de la ideea inițială până la o afacere de succes.

Acesta este motivul pentru care ar trebui să solicitați întotdeauna consiliere!

Subiectele importante includ, de exemplu:

- Cum creez un plan de afaceri?
- Cum găsesc bani și finanțare pentru compania mea?
- Ce impozite trebuie să plătesc?
- De ce asigurare am nevoie?
- Cum pot face față riscurilor?

Linkuri cu informații suplimentare

- [Emsland GmbH](#)
- [Informații online "Gründer"Zeiten](#)
- [Portal pentru fondatori](#)
- [Pagina de internet a centrului IQ](#)
- [Agenția de dezvoltare economică Haselünne](#)
- [Agenția de dezvoltare economică Lingen](#)
- [Agenția de dezvoltare economică Meppen](#)
- [Dezvoltarea afacerilor Papenburg](#)
- [Regiunea Ems Dollart](#)

- [Noi pornim în Germania](#)

💡 **Important:** Aici veți găsi doar informații generale. Vă rugăm să obțineți informații cu privire la situația dumneavoastră personală de la autoritatea pentru străini, de la agenția pentru ocuparea forței de muncă și/sau de la autoritatea locală.

Copii, tineret și familie

Informații de bază privind copiii, tinerii și familia

Copiii, tinerii și familiile se bucură de o protecție specială în Germania. Această protecție începe în timpul sarcinii și continuă până când copilul împlinește vârsta de 18 ani.

Biroul de asistență socială pentru tineret sprijină părinții și tutorii în creșterea, îngrijirea și educarea copiilor și tinerilor. Acesta este punctul de contact pentru toate întrebările, incertitudinile și problemele legate de acestea.

💡 Se aplică următorul principiu: Mai bine prea devreme decât prea târziu!

Sarcina și nașterea

Femeile însărcinate beneficiază de protecție specială în Germania. Li se permite să solicite consiliere. Veți fi îngrijită de un medic. Dacă sunteți însărcinată, trebuie să mergeți mai întâi la un ginecolog (ginecolog). Efectuați acolo controalele. Veți primi apoi un permis de maternitate. Permisul de maternitate este un document care conține informații importante despre sarcina dumneavoastră. Acesta conține, de asemenea, informații despre sănătatea dumneavoastră. Și cea a copilului dumneavoastră. Luați întotdeauna cu dumneavoastră carnetul de maternitate în caz de urgență.

Consiliere pentru sarcină

Diakonisches Werk

📍 Bahnhofstraße 29, 49716 Meppen

☎ [+49 \(0\) 593198150](tel:+490593198150)

✉ [@dw-meppen@diakonie-emsland.de](mailto:dw-meppen@diakonie-emsland.de)

🌐 www.diakonie.de

📍 Bögenstraße 7, 49808 Lingen

☎ [+49 \(0\) 591800410](tel:+490591800410)

✉ [@dw-lingen@diakonie-emsland.de](mailto:dw-lingen@diakonie-emsland.de)

📍 Landsbergstraße 9, 26871 Papenburg

☎ [+49 \(0\) 496198880](tel:+490496198880)

✉ [@dw-papenburg@diakonie-emsland.de](mailto:dw-papenburg@diakonie-emsland.de)

Sozialdienst kath. Frauen e.V. Meppen - Emsland Mitte

📍 Nagelshof 21 b, 49716 Meppen

☎ [05931/98410](tel:0593198410)

✉ [@info@skf-meppen.de](mailto:info@skf-meppen.de)

🌐 www.skf-meppen.de

Sozialdienst kath. Frauen e. V. Lingen

📍 Burgstraße 30, 49808 Lingen

☎ [0591/800620](tel:0591/800620)

@ info@skf-lingen.de

🌐 www.skf-lingen.de

Sozialdienst kath. Frauen e. V. Esterwegen

📍 Hauptstraße 50, 26897 Esterwegen

☎ [05955/2871](tel:05955/2871)

@ info@skf-esterwegen.de

Caritasverband für den Landkreis Emsland

Kirchstraße 16, 26871 **Papenburg**

☎ [04961/94410](tel:04961/94410)

@ inoormann@caritas-os.de oder vbrinker@caritas-os.de

🌐 www.caritas-os.de

📍 Am Markt, 49751 **Sögel**

☎ [05952/93700](tel:05952/93700)

@ mrohjans@caritas-os.de

Außensprechstunde Werlte

📍 Hauptstraße 73, 49757 **Werlte**

☎ [05952/93700](tel:05952/93700) (Terminabsprache über Sögel)

pro familia Lingen

Lookenstraße 26, 49808 Lingen

☎ [0591/12078437](tel:0591/12078437)

@ lingen@profamilia.de

🌐 www.profamilia.de/lingen

Consiliere pentru sarcină

donum vitae emsland e.V.

🌐 <https://emsland.donumvitae.org/>

🕒 De luni până vineri de la 8.30 la 11.30 și de luni până miercuri de la 15.00 la 17.00.

Beratungsstelle Lingen

📍 Am Wall-Süd 21, 49808 **Lingen**

☎ [0591/8079820](tel:0591/8079820)

@ lingen@emsland.donumvitae.org

Beratungsstelle Meppen

📍 Margaretenstraße 25, 49716 **Meppen**

☎ [05931/599324](tel:05931/599324)

@ meppen@emsland.donumvitae.org

Beratungsstelle Papenburg

📍 Kirchstraße 29, 26871 **Papenburg**

☎ [04961/779990](tel:04961/779990)

@papenburg@emsland.donumvitae.org

Beratungsstelle Werlte

📍 Am Markt 7, 49757 **Werlte**

☎ [04961/779990](tel:04961779990)

@

werlte@emsland.donumvitae.org

📅 În fiecare luni și joi (programările pot fi făcute prin intermediul Papenburg)

Diakonisches Werk

📍 Bahnhofstraße 29, 49716 **Meppen**

☎ [05931/98150](tel:0593198150)

@dw-meppen@diakonie-emsland.de

🌐 www.diakonie.de

📍 Bögenstraße 7, 49808 **Lingen**

☎ [0591/800410](tel:0591800410)

@dw-lingen@diakonie-emsland.de

📍 Landsbergstraße 9, 26871 **Papenburg**

☎ [04961/98880](tel:0496198880)

@dw-papenburg@diakonie-emsland.de

☎ **Linia telefonică de ajutor pentru femeile însărcinate aflate în dificultate:**

[08004040020](tel:08004040020)

Moașa

Moașele sprijină femeile și familiile lor de la începutul sarcinii până la sfârșitul alăptării. Moașele oferă consiliere în timpul sarcinii. Ele pot ajuta la naștere. După naștere, ele introduc alăptarea. De asemenea, se ocupă de recuperarea fizică și psihologică a femeii. Fiecare femeie poate apela la ajutorul unei moașe. Majoritatea serviciilor sunt acoperite de asigurarea de sănătate.

Programul [Hebammenzentrale Emsland](#) ajută la căutarea unei moașe. Activitatea centrului de moașe este gratuită.

Nașterea și îngrijirea ulterioară

Ginecologul dumneavoastră vă va îndruma către o maternitate. După naștere, solicitați acolo o moașă sau o asistentă de obstetrică pentru îngrijire ulterioară. Veți primi un certificat de naștere de la clinică.

Puteți găsi ajutor după naștere aici: [Bine ați venit - Ajutor practic pentru familii după naștere](#)

Evangelisches Dorfhelferinnenwerk Niedersachsen e.V.:

[Ajutoarele sătești](#) vă sprijină în gospodărie și au grijă de familia dumneavoastră dacă nu puteți face acest lucru din motive de sănătate. Ei le oferă copiilor dumneavoastră tot ce au nevoie: Schimbarea scutecelor, îmbrăcare, hrănire, alinare și multe altele. Îi duceți la grădiniță și la școală, îi luați, mâncați și vă jucați cu ei și le supravegheați temele.

Notificarea la oficiul de stare civilă

Copiii nou-născuți trebuie să fie înregistrați la [oficiul de stare civilă](#). Locuiți într-o locuință? Atunci nașterea trebuie să fie raportată la conducere. Maternitatea va înregistra nașterea la oficiul de stare civilă. Acolo veți primi certificatul de naștere (provizoriu) pentru copilul dumneavoastră. Aduceți cu dvs. cartea de identitate. Veți avea nevoie și de certificatul de naștere de la clinică. Sunteți căsătorit? Aduceți cu dvs. certificatul de căsătorie.

💡 Vă rugăm să prezentați numai documentele originale. Dacă documentele dvs. sunt într-o limbă străină, este necesară o traducere în limba germană certificată oficial.

👤 Locuiți în locuință comună? Dați administratorului locuinței o copie a certificatului de naștere. Copilul dumneavoastră va fi apoi înregistrat.

Medicii pediatri

Există zece examene de depistare precoce (U1-U9 și J1). Aceasta înseamnă că copilul dumneavoastră va fi examinat în mod regulat până la vârsta de 6 ani. Pediatrul monitorizează dezvoltarea copilului dumneavoastră. Examinările U1 (examinare după naștere) și U2 au loc de obicei în clinică. Pentru examinările ulterioare, trebuie să vă faceți o programare la [pediatru](#).

💡 Kita-Anmeldung Este posibil să vi se ceară să prezentați o dovadă a examinărilor complete de depistare precoce.

Îngrijirea copiilor

Centru de îngrijire de zi

Kita este un termen care desemnează un centru de zi pentru copii. Copilul dumneavoastră poate frecventa un centru de îngrijire de zi. Copilul dumneavoastră trebuie să aibă cel puțin un an. Copilul dumneavoastră va fi îngrijit acolo de educatoare. Acesta va învăța multe lucruri importante. Unele centre acceptă și copii cu vârsta sub un an.

Sunteți în căutarea unui loc într-o creșă? Atunci contactați administrația locală a orașului sau a comunei.

Grădinița pentru copii

Părinții au dreptul la un loc în creșă pentru copiii începând cu vârsta de un an. Puteți alege între o creșă și un centru de zi pentru copii cu vârsta cuprinsă între un an și trei ani. Copiii sunt îngrijiți de un îngrijitor permanent într-un grup mic. Centrele locale pentru familii sunt punctul de contact pentru găsirea unui loc de îngrijire a copiilor.

Costuri

Frecventarea unui centru de îngrijire de zi este în general gratuită pentru copiii de la vârsta de trei ani până la începerea școlii.

În multe cazuri, taxele pentru centrul de zi sau pentru îngrijirea copiilor sunt plătite de către oraș sau district. În cazul centrelor de zi, trebuie să depuneți o cerere la municipalitate; în cazul centrelor de zi, trebuie să depuneți o cerere la [biroul de asistență socială pentru tineret](#).

Creșa, grădinița și after-school sunt diferite tipuri de centre de îngrijire de zi pentru diferite grupe de vârstă.

💡 La grădiniță, copilul dumneavoastră poate învăța limba germană și poate descoperi lucruri noi. De asemenea, va socializa cu alți copii și va face cunoștință cu prietenii și cu cultura germană. Profitați de această oportunitate, este importantă pentru viitorul copilului dumneavoastră. Frecventarea unei grădinițe ajută, de asemenea, la pregătirea copilului dumneavoastră pentru școală.

💡 Din păcate, nu există întotdeauna suficiente locuri în imediata apropiere a casei sau a locuinței dumneavoastră. Pentru a găsi un loc, adresați-vă autorităților locale, [biroului de asistență socială pentru tineret](#) sau serviciului de cazare.

Grădiniță

Grădinița este o facilitare pentru copiii cu vârste cuprinse între 1 și 3 ani. În cadrul creșei, copiii sunt sprijiniți în dezvoltarea lor de către personal special instruit, în grupuri mici. Atenția și grija din partea îngrijitorilor sunt deosebit de importante aici.

Grădinița

Grădinița este o instituție pentru copiii cu vârsta de 3 ani până la începerea școlii. În grădiniță, copiii se pot juca, picta, face lucrări de artizanat și pot învăța împreună cu alți copii. În ultimul an de grădiniță, copiii au, de asemenea, lecții preșcolare regulate pentru a-i pregăti pentru începerea școlii. Există grădinițe private și publice. Dacă frecventarea grădiniței vă costă ceva depinde de grădiniță și de locul în care locuiți.

Copii din școala (primară) până la vârsta de 13 ani

Există, de asemenea, opțiuni de îngrijire după școală pentru copiii de vârstă școlară până la 13 ani. Există multe modele diferite de îngrijire a copiilor, cum ar fi îngrijirea după școală, îngrijirea la prânz sau școala pe toată durata zilei. În toate modelele, copiii sunt susținuți în realizarea temelor pentru acasă. În plus, activitățile de petrecere a timpului liber nu sunt neglijate. Puteți afla ce model de îngrijire a copiilor este disponibil pentru copiii din școala (primară) din orașul sau comuna dumneavoastră de la școala primară, de la primărie sau de la biroul de asistență socială pentru tineret.

Centrele de familie

Famiiliile ar trebui să se simtă confortabil și apreciate în districtul Emsland. Famiiliile au uneori nevoie de ajutor, sfaturi sau sprijin în viața de zi cu zi. Există centre de familie pentru asta. Se găsesc în fiecare oraș, oraș și comunitate.

Ce este un centru de familie?

Un centru de familie este un loc pentru părinți și copiii lor. Ei ajută și sfătuiesc cu probleme sau întrebări. Există diverse oferte pentru părinți și copii. Ajutorul și ofertele sunt combinate aici.

Ce oferă centrele de familie?

- Ei vă ajută dacă aveți nevoie de îngrijire pentru copilul dumneavoastră.
- Veți găsi soluții pentru îngrijirea copiilor. Mai ales în perioada sărbătorilor sau când grădinița este închisă.
- Ele oferă părinților educație ulterioară, de exemplu despre educație parentală și nutriție.
- Ei sfătuiesc cu privire la problemele din familie, cu privire la parentalitate sau alte întrebări. Dacă ai probleme, te trimit la centre de consiliere.
- Există întâlniri comune aici, cum ar fi grupuri de copii mici (mame cu bebeluși)
- Aici sunt voluntari. Aceștia sprijină și ajută în familie sau în grădiniță.

Unde pot găsi un centru de familie lângă mine?

Aici:

Bawinkel: Familienzentrum der SG Lengerich

📍 Prinzenweg 2, 49844 Bawinkel

☎ [05969981864](tel:05969981864)

@ fz-kita-bawinkel@t-online.de

Dörpen: Familienzentrum der SG Dörpen

📍 Astrid-Lindgren-Straße 1, 26892 Dörpen

☎ [049639197731](tel:049639197731)

@ familienzentrum@kita-st-elisabeth-doerpen.de

Emsbüren: Familienzentrum Emsbüren

📍 Popenstraße 15, "Alte Amtsvogtei", 48488 Emsbüren

☎ [059034809864](tel:059034809864) oder [01741717953](tel:01741717953)

@ info@familienzentrum-emsbueren.de

Esterwegen: Familienzentrum Nordhümmling

📍 Zum Dorfplatz 15, 26897 Esterwegen

☎ [05955532](tel:05955532)

@ fz@kita-esterwegen.de

Freren: Familienzentrum der SG Freren

📍 Markt 1, 49832 Freren

☎ [05902950456](tel:05902950456)

@ familienzentrum@freren.de

Geeste: Familienzentrum Geeste

📍 Huberta-Roggendorf-Straße 12, 49744 Geeste

☎ [059379189985](tel:059379189985)

@ familienzentrum.geeste@web.de

Haren: Familienzentrum Sankt Elisabeth

📍 Kirchstraße 29, 49733 Haren

☎ [0593250033441](tel:0593250033441)

@ familienzentrum@martinus-haren.de

Haselünne: Familienzentrum Sankt Vincentius

📍 Holzbaumweg 3, 49740 Haselünne

☎ [05961262](tel:05961262) oder [0596112009411](tel:0596112009411)

@familienzentrum-haseluenne@web.de

Herzlake: Familienzentrum Sankt Nikolaus

📍 Heinrich-Kottmann-Straße 2, 49770 Herzlake

☎ [059621234](tel:059621234)

@kath.kindergarten-herzlake@ewetel.net

Lathen: Familienzentrum Purzelbaum

📍 Wahner Straße 13, 49762 Lathen

☎ [059336468245](tel:059336468245)

@familienzentrum.purzelbaum@lathen.de

Lingen: Familienzentrum Arche Noah

📍 Loosstraße 37a, 49809 Lingen

☎ [05913580](tel:05913580)

@kts.johannes.lingen@evlka.de

Lingen: Familienzentrum Sankt Bonifatius

📍 Burgstraße 21a, 49808 Lingen

☎ [05918227](tel:05918227)

@kika.bonifatius@ewetel.net

Lingen: Familienzentrum Christ König

📍 Am Reinelhof 2, 49809 Lingen

☎ [05912315](tel:05912315)

@kiga-christ-koenig@web.de

Lingen: Familienzentrum Gebrüder Grimm

📍 Elsterstraße 1, 49808 Lingen

@familienzentrum-grimm@mk-lingen.de

Lingen: Familienzentrum Sankt Josef

📍 Josefstraße 19, 49809 Lingen

☎ [05919669152](tel:05919669152)

@kita.st.josef.laxten@web.de

Meppen: Familienzentrum Sankt Margareta

📍 Damaschkering 3, 49716 Meppen

☎ [059313580](tel:059313580)

@st.margareta-kindergarten@ewetel.net

Meppen: Familienzentrum Sankt Vitus

📍 Kanalstraße 30, 49716 Meppen

☎ [059318227](tel:059318227)

@mail@st.vitus-meppen.de

Meppen: Familienzentrum Sankt Ansgar

📍 Rosenstraße 29, 49716 Meppen

☎ [05931847395](tel:05931847395)

@familienzentrum-ansgar@meppen-west.de

Papenburg: Familienzentrum David

📍 Barenbergstraße 28, 26871 Papenburg

☎ [049617088](tel:049617088)

@alexandra.nee@evlka.de

Papenburg: Familienzentrum Sankt Michael

📍 Spillmannsweg 12, 26871 Papenburg

☎ [0496171339](tel:0496171339) oder [01633452143](tel:01633452143)

@familienzentrum-st.michael-papenburg@kita-bistum-os.de

Papenburg: DRK Familienzentrum Regenbogenland

📍 Am Volkspark 22, 26871 Papenburg

☎ [0496191232040](tel:0496191232040)

@familienzentrum@drk-emsland.de

Papenburg/ Aschendorf: Familienzentrum Sankt Amandus

📍 Schulstraße 31, 26871 Aschendorf

☎ [04962700](tel:04962700)

@familienzentrum-st.amandus-aschendorf@kita-bistum-os.de

Rhede: Familienzentrum Sankt Nikolaus

📍 Kolpingstraße 1, 26899 Rhede

☎ [04964958552](tel:04964958552)

@familienzentrum.st.nikolaus@ewe.net

Salzbergen: Familienzentrum Salzbergen

📍 Bahnhofstraße 3, 48499 Salzbergen

☎ [059767894943](tel:059767894943) oder [01602317160](tel:01602317160)

@beckmann@salzbergen.de

Spelle: Familienzentrum "Haus der Familie"

📍 Hauptstraße 43, 48480 Spelle

☎ [05977937190](tel:05977937190)

@familienzentrum@spelle.de

Sögel: Familienzentrum Sankt Jakobus

📍 Prinzenkamp 1, 49751 Sögel

☎ [05952969260](tel:05952969260)

@grote@kiga-jakobus.de

Twist: Familienzentrum Twist

📍 Flensbergstraße 7, 49767 Twist

☎ [05936919720](tel:05936919720)

@familienzentrum-twist@ewetel.net

Werlte: Familienzentrum Sankt Sixtus

📍 Marktstraße 23, 49757 Werlte

☎ [059519949640](tel:059519949640)

@anna@kiga-werlte.de

Programe de educație lingvistică și familială

Educația lingvistică începe acasă, când copiii vorbesc cu părinții lor. Ea continuă mai târziu, în centrul de zi. Există programe precum „**Rucksack KiTa**“, „**Griffbereit**“ und „**griffbereitMINI**“. Acestea sunt programe care sprijină copiii și părinții cu o istorie internațională în educația lingvistică. Aceste programe sprijină, de asemenea, centrele de zi în a ajuta copiii să învețe. Este recunoscut faptul că este o mare abilitate atunci când copiii și familiile vorbesc mai multe limbi.

Programele sunt toate gratuite! Ele sunt prezentate aici:

Rucksack KiTa

Programul **Rucksack KiTa** se adresează copiilor cu vârste cuprinse între 4 și 6 ani cu o istorie familială internațională, precum și părinților/familiilor acestora și instituțiilor de învățământ. Scopul este ca copiii să învețe mai bine limba germană în centrele de zi, dar limba familiei lor să rămână importantă. Acesta este un program pentru familii, în cadrul căruia părinții învață cum își pot sprijini cel mai bine copiii în dezvoltarea lor și în învățarea limbii germane. Programul are loc o dată pe săptămână, timp de două ore.

Puteți găsi mai multe informații despre acest program aici:

<https://tinyurl.com/Rucksack-Kita>

Puteți beneficia de program în următoarele locații **Rucksack KiTa** programul în aceste locații:

Familienzentrum DRK Papenburg

Kita Homeric

📍 Homerichstraße 8, 26878 Papenburg

☎ [04961-91232040](tel:04961-91232040) oder [0172-4034530](tel:0172-4034530)

@familienzentrum@drk-emsland.de

Familienzentrum DRK Papenburg

Kita Regenbogenland

📍 Am Volkspark 22, 26878 Papenburg

☎ [04961-91232040](tel:04961-91232040) oder [0172-4034530](tel:0172-4034530)

@familienzentrum@drk-emsland.de

Familienzentrum Sankt Michael

📍 Spillmannsweg 12, 26871 Papenburg

☎ [04961-71339](tel:04961-71339) oder [0163-3452143](tel:0163-3452143)

@familienzentrum-st.michael-papenburg@kita-bistum-...

Familienzentrum Purzelbaum

📍 Heidswiesmoor 5, 49762 Lathen

☎ [05933-6468245](tel:05933-6468245)

@

familienzentrum.purzelbaum@lathen.de

Familienzentrum Sankt Ansgar

Gemeindehaus Maria zum Frieden

📍 Pfarrer-Orgaß-Stiege 19, 49716 Meppen

☎ [05931-847395](tel:05931-847395)

@familienzentrum-ansgar@meppen-west.de

Familienzentrum Sankt Margareta

KiTa St. Josef

📍 Josefstraße 12, 49716 Meppen

☎ [05931-3580](tel:05931-3580)

@st.margareta-kindergarten@ewetel.net

Familienzentrum Sankt Vitus

📍 Holzbaumweg 3, 49740 Haselünne

☎ [05961-262](tel:05961-262) oder [05961-12009411](tel:05961-12009411)

@familienzentrum-haseluenne@web.de

Kita Emspiraten

📍 Georgstraße 34, 49733 Haren

☎ [05932-7346011](tel:05932-7346011)

@

emspiraten-kinderland@vitus.info

Griffbereit

Acesta este un program pentru familii cu și fără o istorie internațională. Este un grup de joacă multilingv și supravegheat în care mamele și tații se joacă împreună cu copiii lor cu vârste cuprinse între 1 și 3 ani. Scopul este de a promova dezvoltarea copiilor, de a le îmbunătăți competențele lingvistice și de a consolida unitatea dintre diferite culturi, ceea ce înseamnă să ne înțelegem, să ne ajutăm și să ne acceptăm pentru ceea ce suntem. Grupul de joacă se întâlnește o dată pe săptămână timp de 1,5 până la 2 ore.

Puteți găsi mai multe informații despre acest program aici: [Griffbereit ANSICHT 2023.pdf](#)

Griffbereit Programul este disponibil în aceste locații :

Familienzentrum DRK Papenburg

Kita Homeric

📍 Homerichstraße 8, 26878 Papenburg

☎ [04961-91232040](tel:04961-91232040) oder [0172-4034530](tel:0172-4034530)

@familienzentrum@drk-emsland.de

Familienzentrum Samtgemeinde Lengerich

Evangelisches Pfarrheim

📍 Hermann-Meier-Straße 3, 49838 Lengerich

☎ [05963-981864](tel:05963-981864)

@fz-kita-bawinkel@t-online.de

Familienzentrum Sankt Vitus

📍 Rosenstraße 30, 49716 Meppen

☎ [05931-8227](tel:05931-8227)

@

mail@st.vitus-meppen.de

griffbereitMINI

Programul **griffbereitMINI** este un program pentru părinții cu copii mici și bebeluși cu vârste cuprinse între 0 și 1 an. La program pot lua parte și viitorii părinți. Acest program este un grup de joacă multilingv și ghidat pentru părinți cu și fără un background internațional. Ei se joacă împreună și învață cum să vorbească cel mai bine cu bebelușii și copiii mici. Ei vorbesc în diferite limbi, atât în limba părinților, cât și în germană. Scopul este ca bebelușii și copiii mici să audă o mulțime de limbi în timp ce se joacă, astfel încât să poată învăța bine. Grupul de joacă se întâlnește o dată pe săptămână timp de 1,5 ore.

Puteți găsi mai multe informații despre acest program aici: [GriffbereitMINI ANSICHT.pdf](#)

griffbereitMINI Programul este disponibil la această adresă :

Familienzentrum DRK Papenburg

Haus Global

📍 Am Volkspark 22, 26878 Papenburg

☎ [04961-91232040](tel:04961-91232040) oder [0172-4034530](tel:0172-4034530)

@familienzentrum@drk-emsland.de

Școală pentru copii de la 6 la 18 ani

Frecventarea școlii este obligatorie în Germania. Durata școlarizării obligatorii este de 12 ani. Copiii trebuie să frecventeze școala cu normă întreagă timp de nouă ani. Ulterior, ei pot frecventa școala și cu frecvență redusă timp de trei ani. Copilul dumneavoastră ar dori să frecventeze școala cu normă întreagă pe toată durata ei? Atunci o pot face timp de 12 ani.

💡 După 9 ani, copilul dvs. [Berufsausbildung](#)? Și nu frecventează nicio altă școală? Atunci copilul dumneavoastră trebuie să frecventeze o școală cu normă întreagă pentru încă un an. Școlarizarea obligatorie se încheie la vârsta de 18 ani. Cu excepția cazului în care există un contract de formare.

Copilul dumneavoastră trebuie să frecventeze regulat școala. Este responsabilitatea dumneavoastră să vă asigurați acest lucru. Frecventarea școlii la școlile de stat și municipale este gratuită.

În Germania există diferite tipuri de școli. Școala la care merge copilul dumneavoastră depinde, printre altele, de vârsta pe care o are, dar și de performanțele sale școlare.

💡 Părinții primesc adesea informații scrise de la școală, pe care copiii lor le aduc acasă cu ei. Este important să citiți aceste informații.

Puteți găsi mai multe informații [aici](#).

Alocația parentală și alocația pentru copii

Indemnizația parentală

Ați avut un copil și aveți grijă de el? Atunci aveți dreptul la Elterngeld. Un părinte primește alocația parentală pentru maximum 12 luni. Ambii părinți împreună au dreptul la maximum 14

luni.

Elterngeld se bazează pe valoarea venitului pierdut și se ridică la maximum 1.800,00 euro. Cei care nu au un loc de muncă remunerat (inclusiv studenții) primesc suma minimă de 300,00 euro.

Ce este necesar?

Să locuiți în Germania. Locuiți împreună cu copilul dumneavoastră. Aveți grijă și vă creșteți singur copilul. Nu lucrați deloc sau cel mult 32 de ore pe săptămână. Iar venitul dumneavoastră imposabil în ultimul an calendaristic nu a depășit 250.000 de euro (pentru cupluri, limita este de 300.000 de euro). Această limită va fi redusă la 200.000 de euro venit imposabil pentru nașteri începând cu 1 aprilie 2024 și la 175.000 de euro venit imposabil pentru nașteri începând cu 1 aprilie 2025 pentru cupluri și părinți singuri.

💡 NOTĂ: Depuneți cererea în primele 3 luni de la nașterea copilului dumneavoastră.

Ce documente sunt necesare?

- Certificatul de naștere al copilului (în special pentru solicitarea indemnizației parentale)
- Fișele de salariu pentru ultimele 12 luni înainte de naștere sau înainte de începerea perioadei de protecție a maternității, dacă ați obținut venituri înainte de naștere.
- Certificat de primire a indemnizației de maternitate după naștere (disponibil la fondul de asigurări de sănătate; nu se aplică funcționarilor publici)
- Certificat de indemnizație de la angajator (alternativ: fluturași de salariu/salariu pentru luna nașterii)
- Confirmarea angajatorului privind concediul pentru creșterea copilului și, dacă este cazul, activitatea profesională remunerată în timpul primirii indemnizației pentru creșterea copilului
- În cazul unei angajări cu fracțiune de normă în timpul perioadei de acordare a indemnizației parentale: o declarație tip corespunzătoare din partea angajatorului
- Permis de ședere sau permis de stabilire (dacă proveniți dintr-o țară care nu este membră a Uniunii Europene)

Ce altceva ar trebui să știu?

Părinții copiilor născuți la 1 iulie 2015 sau după această dată au posibilitatea de a alege între cele două variante anterioare **Elterngeld** și noul **ElterngeldPlus**. De asemenea, ambele prestații pot fi combinate. Întrucât noul ElterngeldPlus oferă multe opțiuni diferite pentru organizarea concediului parental, puteți obține informații online sau solicita consiliere personală înainte de a depune cererea.

Puteți utiliza serviciul online "ElterngeldDigital" pentru a crea în mod convenabil cererea online și pentru a o depune ca document tipărit în format PDF la biroul pentru indemnizații parentale. Nu uitați să semnați cererea și, dacă este cazul, declarația (declarațiile) de venit și să atașați documentele justificative solicitate.

Detalii de contact

Elterngeldstelle des Landkreises Emsland

📍 Herzog-Arenberg-Str. 12, 49716 Meppen

☎ [05931/44-6311](tel:05931/44-6311)
✉ info@emsland.de
🌐 [Elterngeldstelle Emsland](#)

Orașele [Lingen](#), [Meppen](#) și [Papenburg](#) au propriul birou pentru alocații parentale.

Puteți găsi mai multe informații aici:

- [Calculatorul alocației parentale](#)
- [Alocația parentală, alocația parentală plus și concediul pentru creșterea copilului](#)
- [Legea federală privind alocația parentală](#)

Alocația pentru copii

Toți părinții care au un permis de stabilire sau de ședere în Germania au dreptul la Kindergeld. Trebuie să depuneți dumneavoastră o cerere pentru Kindergeld la Agenția Federală pentru Ocuparea Forței de Muncă. Această agenție plătește Kindergeld pentru fiecare copil de la naștere până la vârsta de cel puțin 18 ani. Puteți găsi informații mai detaliate în germană, engleză, turcă și rusă [aici](#).

Cerințe pentru Kindergeld

Puteți aplica pentru Kindergeld dacă:

- Copilul dvs. are sub 18 ani (în anumite condiții, puteți solicita și primi Kindergeld și pentru copiii adulți),
- vă ocupați în mod regulat de copilul dumneavoastră și acesta locuiește în gospodăria dumneavoastră (acest lucru este valabil și pentru copiii vitregi, nepoții sau copiii adoptivi) și
- aveți reședința în Germania, în altă țară din UE, în Norvegia, Liechtenstein, Islanda sau Elveția. Pentru mai multe informații, consultați pagina Kindergeld pentru persoanele care locuiesc în sau din străinătate.

Plata Kindergeld nu depinde de venitul dumneavoastră. Ca regulă generală, aveți dreptul la Kindergeld doar pentru copiii care îndeplinesc condițiile.

Kindergeld Doar o singură persoană, de obicei un părinte, primește alocația. În cazul în care există mai mulți copii, sumele individuale sunt plătite ca o singură sumă.

💡 În anumite condiții, Kindergeld poate fi plătită direct copilului, la cerere.
Plata alocației pentru copii

Kindergeld de la naștere

În cazul în care copilul dumneavoastră îndeplinește condițiile, puteți completa [online cererea de alocație pentru copii](#).

Kindergeld Depuneți cererea online

Dacă aveți o legitimație federală, nu mai este nevoie să imprimați cererea online, ci o puteți trimite direct la biroul de prestații familiale online, fără a o semna.

[Informații suplimentare](#) pot fi găsite pe site-ul web al Agenției Federale pentru Ocuparea Forței de Muncă.

Pachet pentru educație și participare (BuT)

Activități de petrecere a timpului liber, excursia școlară sau un abonament la un club. Toate acestea costă bani.

Prin urmare, este adesea dificil pentru copiii și tinerii din familiile cu venituri mici să participe pe deplin la viața socială.

Care sunt beneficiile pentru educație și participare?

Aceștia sunt bani pentru copiii și tinerii din familiile cu venituri mici. Părinții primesc banii pentru anumite servicii care îi ajută pe copii și tineri. În special pentru evenimente la grădinițe și școli.

Prestațiile din pachetul pentru educație sunt de obicei prestații în bani sau în natură (sub formă de vouchere). Le primiți de la [orașul sau municipalitatea](#) dumneavoastră.

Cine poate primi prestațiile pentru educație și participare?

Părinții pot solicita beneficiile pentru toți copiii care locuiesc în gospodărie. Condiția prealabilă este primirea uneia sau mai multora dintre următoarele prestații:

- Alocație pentru locuință
- supliment pentru copii
- [alocație pentru cetățeni](#)
- ajutor social
- [prestații pentru solicitanții de azil](#)

SGB II Orice persoană care nu primește niciuna dintre prestațiile de mai sus și nu poate acoperi nevoile specifice de educație și participare ale copilului poate avea dreptul la prestații din pachetul educațional conform și poate depune o cerere la [centrul de ocupare a forței de muncă](#) relevant.

Elevii care au nevoie de asistență până la vârsta de 25 de ani primesc prestații pentru **educație**. Aceștia trebuie să frecventeze o școală generală sau o școală profesională. De asemenea, aceștia nu trebuie să primească o alocație de formare profesională.

KitasCopiii care au nevoie de asistență în centrele de îngrijire de zi () și în centrele de zi pentru copii primesc, de asemenea, o parte din prestațiile pentru educație.

Copiii și tinerii până la vârsta de 18 ani primesc prestații pentru **participare**. De asemenea, este posibil un sprijin pentru sugari.

Ce prestații sunt implicate?

Prestații pentru educație

- **Călătorii și excursii școlare**
Costurile efective ale excursiilor de o zi la școală sau la grădiniță.

Este posibil să se colecteze declarații prin intermediul școlilor pentru excursiile de o zi. Costurile reale ale excursiilor de mai multe zile pentru clase și centre de îngrijire de zi. Pentru excursiile școlare, banii pot fi plătiți direct copiilor sau părinților acestora.

- **Rechizite școlare personale** Rechizite școlare personale în valoare totală de 174 de euro vor fi recunoscute în anul calendaristic 2023, și anume 116 euro pentru prima jumătate a anului școlar și 58 de euro pentru a doua jumătate a anului școlar, până la al zecelea an școlar.
Rechizitele școlare includ, de exemplu, o trusă sportivă, materiale pentru scris, matematică și desen.
Dacă aveți mai mulți copii la școală, veți primi banii pentru fiecare copil în parte.
- **Transportul școlar** Costurile reale de deplasare a elevilor la școală.
Această prestație este oferită sub formă de prestație în numerar, cu excepția cazului în care se încheie o înțelegere directă cu compania locală de transport.
- **Sprijin pentru învățare (meditații)** Costurile reale ale meditațiilor.
Cu toate acestea, vă rugăm să vorbiți mai întâi cu profesorul copilului dumneavoastră. Acesta trebuie să certifice nevoia de sprijin.
- **Masa de prânz la școală, la centrele de zi și la centrele de îngrijire după școală**
Masa de prânz la școlile cu program prelungit, la centrele de îngrijire după școală sau la centrele de zi, fără costuri suplimentare pentru părinți.

Beneficii pentru participare

Părinții pot primi bani pentru participarea copiilor lor la activități [culturale, sportive și de agrement](#); de exemplu, dacă copiii iau

- iau lecții de muzică,
- sunt membri ai unui club sportiv,
- participă la cursuri la centrele de educație pentru adulți,
- merg la un muzeu, la teatru sau la un musical.

Părinții pot primi 15 euro pe lună pentru fiecare copil.

Unde și cum pot fi solicitate prestațiile pentru educație și participare?

Vă rugăm să depuneți cererile în timp util la [autoritatea locală](#), care va transmite cererile, sau direct la districtul Emsland.

Formularele de cerere sunt disponibile la nivel [local](#) sau pe [site-ul web](#) al districtului Emsland.

 **Important:** Aici veți găsi doar informații generale. Vă rugăm să contactați autoritatea locală pentru informații privind situația dumneavoastră personală.

Activități de agrement pentru copii și tineri

Copiilor le place să se joace. Copiilor le place să învețe. Copiilor le place să facă sport. Există multe oportunități pentru copii în locurile de joacă, bibliotecile și cluburile sportive. Copiii pot petrece timp aici cu familiile lor. De asemenea, aici se pot întâlni cu prietenii.

În Emsland puteți experimenta multe pentru bani puțini. Pe apă sau pe apă, la teatru sau la muzeu, în pădure sau pe câmp - între Salzbergen și Papenburg vă așteaptă numeroase activități care costă puțin sau deloc. Aici puteți găsi câteva surse de inspirație pentru [excursii în familie](#).

Există, de asemenea, o mulțime de oferte pentru **tineri**. Aici își pot petrece timpul împreună cu prietenii. O prezentare generală a tuturor **centrelor de tineret** din Emsland poate fi găsită [aici](#).

Puteți găsi **cluburi sportive** în cartierul dumneavoastră la [Sportangebotsfinder](#).

 Alte **activități de petrecere a timpului liber** pot fi găsite aici:

- [Activități de petrecere a timpului liber pentru copii, tineri, adulți și persoane în vârstă](#)
- [Facilități culturale și activități de petrecere a timpului liber](#)

Sănătate

Informații generale privind sănătatea

Locuiți în Germania și aveți o boală acută și dureri. Atunci aveți dreptul la asistență medicală de bază. Unele vaccinuri și controale sunt recomandate de stat. Acestea sunt destinate prevenirii bolilor. Aveți dreptul la vaccinările și controalele preventive recomandate.

Consultați un medic dacă:

- sunteți grav bolnav sau aveți dureri
- sunteți însărcinată
- sunteți bolnav cronic
- aveți nevoie de un vaccin

Mai aveți medicamente? Mai aveți prospectul pentru medicamentele dumneavoastră? Aduceți-le cu dvs. la consultația medicală.

Ați fost deja la medic sau la spital din cauza bolii dumneavoastră? Vă rugăm să aduceți constatările cu dumneavoastră.

Aveți permis de ședere? Atunci trebuie să vă înregistrați la o [societate](#) obișnuită [de asigurări de sănătate](#). Acolo veți primi un card de asigurare. Acesta vă dă dreptul la servicii din partea medicilor. La fel ca toți cetățenii din Germania.

Refugiații și solicitanții de azil nu au încă asigurare de sănătate. Ei au nevoie de un voucher de tratament. Puteți obține acesta de la [biroul de asistență socială al orașului/municipiului](#). Îl puteți folosi apoi pentru a merge la medicul dumneavoastră de familie.

["Living in Emsland - briefly explained: the German healthcare system"](#) este un film explicativ cu informații de bază despre sistemul de sănătate german. Acest film este disponibil în 11 limbi. O [broșură](#) completează filmul cu informații suplimentare.

Ghidul ["Sănătate pentru solicitanții de azil"](#) îi informează pe solicitanții de azil cu privire la principalele caracteristici ale sistemului de asistență medicală din Germania și ce trebuie să facă dacă se îmbolnăvesc. Acesta oferă informații despre cum să vă protejați propria sănătate și despre examinarea inițială obligatorie necesară după sosirea în Germania. Ghidul este disponibil în 6 limbi.

Ghidul ["Sănătate pentru toți"](#) oferă informații privind asigurarea de sănătate și asistența medicală preventivă. De asemenea, explică ce trebuie să faceți în caz de urgență. Ghidul este disponibil în 15 limbi.

Aici veți găsi ["Filme informative despre sănătate"](#) cu informații despre sistemul de sănătate, sarcină și naștere, dinți sănătoși, prevenirea cancerului și multe altele. Filmele sunt disponibile în 8 limbi.

Pe [site-ul web al Ministerului Federal al Sănătății](#) veți găsi multe alte broșuri și filme explicative pe diverse teme, cum ar fi vaccinările, demența, vizita la ginecolog sau diabetul, în diferite limbi.

Asigurare de sănătate

În Germania, asigurarea este obligatorie. Aveți un permis de ședere? Atunci, biroul de asistență socială vă va înregistra la o casă de asigurări de sănătate. Casa de asigurări de sănătate vă va elibera un card de asigurare. Puteți folosi cardul de asigurare pentru a consulta un medic de familie. Dacă este necesar, medicul vă va trimite la un specialist.

Cardul de asigurare

Puteți utiliza cardul de asigurare pentru a avea acces la servicii medicale. Activitatea medicilor este plătită de compania de asigurări. Trebuie să luați cu dumneavoastră cardul de asigurare la întâlnirea cu un medic.

Cardul european de asigurări de sănătate se află pe verso. Îl puteți folosi pentru a consulta un medic în orice țară din UE. Puteți obține informații în acest sens de la compania dumneavoastră de asigurări de sănătate.

Călătoriți într-o țară din afara UE? Atunci puteți încheia o asigurare de sănătate suplimentară pentru călătoria dumneavoastră. Aceasta se numește asigurare internațională de sănătate.

Refugiații și solicitanții de azil nu sunt încă acoperiți de o asigurare de sănătate. Aveți nevoie de un cupon de tratament medical. Îl puteți obține de la [biroul de asistență socială al orașului/municipiului](#). Îl puteți folosi apoi pentru a merge la medicul de familie.

Puteți găsi un ghid privind asigurarea de sănătate aici: [Ghidul asigurărilor de sănătate](#)
Ghidul este disponibil în diferite limbi.

Vizita la medic

Medici generaliști și specialiști

Dacă sunteți bolnav, mergeți la cabinetul unui medic (medic generalist). Puteți alege singur cabinetul medical. Medicii își stabilesc propriile ore de funcționare. Doriți ca medicul dumneavoastră de familie să vă ajute? Atunci faceți o programare.

Medicii generaliști efectuează examinări importante. Ei sunt primul dumneavoastră punct de contact în caz de boală. Ei decid asupra medicamentelor de care aveți nevoie. Ei decid dacă este necesară o examinare de specialitate.

Dacă este necesar, medicul dumneavoastră de familie vă va trimite la un specialist. Aceștia pot efectua examinări specializate.

Puteți căuta un medic de familie aici: [Arztauskunft-Niedersachsen](#) (numai în limba germană)

Cabinetul medicului este închis?

Serviciul medical de gardă vă poate ajuta sunând la: ☎ [116117](#)

De asemenea, puteți căuta un cabinet de urgență aici: [Notdienstpraxen](#) (multilingv)

Există medici care vă pot ajuta și în afara orelor de funcționare.

Pediatri și pediatri

Copiii sunt examinați de pediatri. Există examinări prescrise. Acestea sunt importante pentru sănătatea copilului dumneavoastră. Examinările au loc întotdeauna la o anumită vârstă. Ele au ca scop prevenirea bolilor la copii. Copiii trebuie să fie imunizați. Imunizările sunt importante. Acestea împiedică copiii să se îmbolnăvească de anumite boli. Acestea sunt gratuite. Vă rugăm să consultați un medic pediatru pentru mai multe informații.

De asemenea, puteți găsi un medic pediatru în [Arztauskunft Niedersachsen](#).

Dentiști și stomatologi

Vă doare o măsea? Atunci mergeți la un dentist.

Căutați un dentist: [Zahnarztauskunft-Niedersachsen](#)

Ginecolog și ginecolog

Este important ca femeile să fie examinate în mod regulat de un ginecolog. Acest lucru permite ca bolile să fie recunoscute din timp. Acest lucru se numește control. De asemenea, puteți discuta acolo subiectul contracepției.

Aveți nevoie de ajutor pentru a găsi un ginecolog potrivit? Adresați-vă grupului dvs. de sprijin sau consilierului din unitatea de cazare. De asemenea, puteți găsi un ginecolog în [Arztauskunft Niedersachsen](#).

Important!

💡 Atunci când mergeți la medic, prezentați cardul de asigurare de sănătate.

💡 Sunteți solicitant de azil? Sunteți bolnav și aveți nevoie de o consultație medicală? Atunci aveți nevoie de un bon de tratament. Îl puteți obține de la [biroul de asistență socială al orașului/municipiului](#). Vizita la medic este apoi gratuită pentru dumneavoastră.

💡 Este necesară o operație? O operație se efectuează într-un spital. Dacă **nu** este o **urgență**, biroul de asistență socială trebuie să vă autorizeze în prealabil șederea în spital. Înainte de a merge la spital, trebuie să solicitați o autorizație de la biroul de asistență socială. În acest scop, medicul dumneavoastră vă va elibera un certificat medical. Biroul de asistență socială va acoperi doar intervențiile necesare din punct de vedere medical.

Dosarul electronic al pacientului (ePA)

Începând cu **15 ianuarie 2025**, în Germania va fi introdus un nou dosar digital al pacientului, denumit **dosar electronic al pacientului (ePA)**. Acest dosar va stoca toate datele medicale importante, cum ar fi ceea ce medicul a aflat despre sănătatea dumneavoastră, ce medicamente luați sau ce examinări ați efectuat.

Toate persoanele care beneficiază de asigurare obligatorie de sănătate primesc automat acest ePA. Dacă nu doriți acest lucru, vă puteți opune.

Medicii și pacienții pot accesa rapid și ușor datele privind sănătatea prin intermediul ePA. Cu toate acestea, numai persoanele autorizate în acest sens pot vedea datele. Astfel, datele rămân în siguranță.

Cum pot refuza persoanele asigurate înființarea unei ePA? Ce termene limită se aplică?

Dacă, la o dată ulterioară, o persoană nu mai dorește să utilizeze ePA, aceasta o poate șterge. Scopul este de a permite medicilor și pacienților să colaboreze mai rapid și mai bine pentru a îmbunătăți starea de sănătate.

Dacă cineva dorește să refuze ePA, trebuie să își informeze compania de asigurări de sănătate. Dacă nu face acest lucru, EPR va fi creat automat.

Detalii importante despre EPC. Ce trebuie să aveți în vedere?

Conținutul APE:

- Toate informațiile importante de la vizitele dumneavoastră la medic sunt incluse automat în EPR dacă sunt disponibile în format digital. Aceasta înseamnă, de exemplu, că constatările sau diagnosticele pe care medicul le notează sunt transferate în EPR.
- De asemenea, puteți încărca chiar dvs. informații precum semnele vitale (de exemplu, înălțimea sau greutatea dvs.) sau documente medicale mai vechi în EPR.
- Din 2025, va exista o prezentare generală automată a tuturor medicamentelor pe care le luați. Aceasta va fi completată ulterior de un plan special de medicație.

Drepturi de acces:

- Puteți specifica ce medici sau spitale sunt autorizați să acceseze ePA. Dacă doriți să efectuați modificări, puteți face acest lucru prin intermediul aplicației ePA sau puteți contacta biroul de mediator al casei dumneavoastră de asigurări de sănătate.

- În cazul în care cardul dumneavoastră de sănătate este citit la un cabinet medical sau la un spital, aceștia vor avea acces temporar la ePA dumneavoastră timp de 90 de zile, cu excepția cazului în care vă opuneți.

Utilizare și accesibilitate:

- Puteți gestiona ePA prin intermediul unei aplicații speciale pe smartphone-ul dumneavoastră. Fiecare fond legal de asigurări de sănătate oferă propria sa aplicație ePA, pe care o puteți descărca gratuit din App Store (pentru iOS) sau Google Play Store (pentru Android).
- Dacă nu dispuneți de un smartphone, puteți obține asistență de la farmacii sau centre speciale pentru a vă accesa ePA.

Reglementări juridice:

- Introducerea ePA va începe inițial în Hamburg și Renania de Nord-Westfalia. Aceasta va fi apoi disponibilă în întreaga Germanie din februarie 2025.
- Persoanele asigurate privat pot utiliza, de asemenea, un ePA, deși acest lucru depinde de compania de asigurări în cauză.

Avantaje:

- ePA facilitează comunicarea între medici, spitale și alte unități medicale. Vă oferă o imagine de ansamblu mai bună asupra datelor dumneavoastră medicale.
- De asemenea, ePA sporește siguranța și acuratețea medicației.

Provocări:

- Nu toate documentele, cum ar fi rapoartele medicale vechi pe hârtie, sunt digitalizate automat. Cu toate acestea, puteți întreba furnizorul dvs. de asigurări de sănătate dacă poate prelua digitalizarea.
- La început, pot apărea dificultăți tehnice, deoarece unii medici trebuie să își adapteze software-ul cabinetului.
- O altă problemă este că nu există informații multilingve, adică nu există traduceri în alte limbi.

ePA este un pas important către digitalizarea sectorului asistenței medicale. Acesta ar trebui să îmbunătățească asistența medicală. De asemenea, oferă o bază pentru cercetare.

Doriți să aflați mai multe? Puteți găsi mai multe informații aici:

 [Întrebări frecvente ale Asociației medicilor din asigurările de sănătate statutare](#)

 [Întrebări și răspunsuri privind dosarul electronic al pacientului \(ePA\) de către KBV](#)

 [Informații de la centrul de consiliere a consumatorilor cu privire la ePA](#)

Medicamente și farmacii

Aveți nevoie de medicamente? Atunci mergeți la medicul dumneavoastră. Acesta vă va da o rețetă. Cu această rețetă vă puteți procura medicamentele de la orice farmacie. Farmaciile sunt de obicei deschise de luni până sâmbătă. Orele de deschidere ale farmaciilor variază. Aveți nevoie urgentă de medicamente noaptea sau în weekend? Fiecare farmacie are un afiș cu numele și adresa farmaciei care este deschisă în regim de urgență. Puteți găsi aceste informații

și pe internet.

Căutați farmaciile care asigură permanența de urgență: www.aponet.de

💡 În calitate de solicitant de azil, veți primi multe medicamente fără coplată. Prin urmare, ar trebui să verificați cu medicul dumneavoastră. Dacă nu aveți o rețetă, va trebui întotdeauna să plătiți pentru medicamente.

Numere de urgență - SOS

O urgență este o amenințare acută la adresa sănătății.

Apelați la un medic de urgență numai în cazul unei urgențe cu o amenințare acută la adresa sănătății. Medicul de urgență va veni împreună cu serviciul de ambulanță. Dacă aveți dureri și nu există o amenințare acută la adresa sănătății dumneavoastră, mergeți la un medic de familie.

Contacte de urgență

Pompierii, serviciul de salvare, medicul de urgență ☎ [112](tel:112)

Poliția ☎ [110](tel:110)

Numerele de urgență de pe telefoanele mobile funcționează întotdeauna.

Nu aveți credit pe telefonul mobil? Numărul funcționează în continuare!

Informații importante pentru un apel de urgență

- **Cine** sună (numele dvs.)?
- **Unde** s-a întâmplat ceva (adresa)?
- **Ce** s-a întâmplat?
- **Câte** persoane rănite sau bolnave sunt acolo?
- **Ce fel de** boli sau leziuni sunt?
- **Așteptați** alte întrebări!

Rămâneți calm. Vorbiți încet și clar. Atunci veți fi înțeles mai bine. Nu încheiați conversația. Așteptați alte întrebări. Centrul de apeluri de urgență / poliția va încheia apelul atunci când toate informațiile importante au fost transmise.

Mergeți la spital? Nu vă uitați cartea de identitate sau dovada de sosire. Sunteți înregistrat la o companie de asigurări de sănătate? Luați cu dvs. cardul de asigurare.

💡 În calitate de solicitant de azil, puteți merge la spital doar în caz de urgență, fără un bon de tratament. Trebuie să prezentați dovada de sosire la spital. Spitalul va recunoaște atunci că sunteți solicitant de azil. Costurile vor fi suportate de către biroul de asistență socială.

Căldura și sănătatea

Căldura este epuizantă pentru mulți oameni. Le este greu să se concentreze sau să lucreze. Unii oameni se îmbolnăvesc pe vreme foarte caldă.

Ce pericole există atunci când este foarte cald?

Căldura solicită foarte mult organismul. Oamenii transpiră și pierd apă și săruri importante. Mulți oameni se simt obosiți sau slăbiți. Cei care sunt deja bolnavi au adesea și mai multe probleme. Creierul funcționează mai greu. Sângele se îngroașă dacă nu beți suficient. Inima trebuie atunci să lucreze mai mult. Unii oameni au un atac de cord sau un accident vascular cerebral.

Acesta este modul organismului de a semnala că este prea cald:

- Fața devine fierbinte și roșie.
- Vă doare capul.
- Vă simțiți slăbit sau amețit.
- Circulația dumneavoastră nu funcționează corect și tensiunea arterială fluctuează.
- Vă simțiți rău (greață).
- Mușchii sau stomacul vă dor (crampe).
- Deveniți agitat sau nu mai puteți înțelege totul.
- Vă simțiți pielea uscată, inclusiv gura.
- Nu trebuie să mergeți des la toaletă, urina dumneavoastră este închisă la culoare.
- Aveți o temperatură ridicată a corpului (peste 37,5 °C), care arată ca o febră.

Ce vă ajută imediat dacă nu vă simțiți bine?

- Puneți-vă o cârpă rece și umedă pe față, gât sau picioare.
- Beți mult - de preferință apă.
- Mergeți la umbră sau într-o cameră răcoroasă.
- Dacă tot nu vă simțiți mai bine, consultați un medic.

Ce puteți face în general atunci când este foarte cald?

- **Beți suficient în fiecare zi.**

Adulții au nevoie de cel puțin 1,5 litri de apă pe zi. Persoanele în vârstă au nevoie între 1,3 și 1,5 litri. Dacă este foarte cald, trebuie să beți cu 1 până la 2 litri mai mult. Apa și ceaiul fără zahăr sunt cele mai bune.

Băuturile nu trebuie să fie prea fierbinți sau prea reci. Beți doar puțin alcool, cafea sau ceai negru.

Atenție! Unele persoane nu au voie să bea atât de mult din cauza bolii. Cel mai bine este să întrebați medicul dumneavoastră.

- **Mâncați mese ușoare.**

Mâncați mese ușoare, cum ar fi multe fructe, legume și salată.

- **Aveți grijă cu medicamentele.**

Dacă luați medicamente, discutați cu medicul dumneavoastră. Unele medicamente funcționează diferit atunci când este foarte cald.

- **Îmbrăcămintea și umbra vă protejează de soare.**

Purtați haine deschise la culoare, aerisite. Purtați o șapcă sau o pălărie atunci când sunteți la soare. Nu stați prea mult în soare.

- **Folosiți cremă solară.**
Folosiți cremă solară cu un factor de protecție solară ridicat.
- **Odihniți-vă.**
Luați o pauză la prânz și odihniți-vă. Acoperiți-vă doar cu o pătură sau un cearșaf subțire.
- **Păstrați-vă locuința răcoroasă.**
Ventilați locuința dimineața și seara. Închideți ferestrele în timpul zilei și lăsați perdelele sau obloanele trase. Acest lucru va menține locuința mai răcoroasă.
- **Evitați munca fizică grea**
Evitați munca fizică extenuantă sau sportul atunci când este foarte cald. Dacă trebuie să lucrați, faceți multe pauze și beți multe lichide.
- **Aveți grijă când înotați.**
Dacă înotați, purtați ochelari de soare și o pălărie. Acest lucru vă va proteja de soare.

Gândiți-vă și la alte persoane atunci când este foarte cald.

Acordați atenție familiei, vecinilor, colegilor de apartament și altor persoane.

- Arată ei altfel decât de obicei? De exemplu: palid, confuz sau foarte obosit? Au dureri de cap sau probleme circulatorii?

Atunci ajutați-i:

- Vorbiți cu persoana respectivă.
- Dați-i apă sau duceți-o la umbră.

Dacă situația este foarte gravă: sunați la numărul de urgență 112!

Pentru cine este căldura deosebit de periculoasă?

- Persoane în vârstă
- Bebelușii sau copiii
- femeile însărcinate
- Persoanele cu o boală (în special la nivelul creierului, inimii, plămânilor sau rinichilor)
- Persoanele cu handicap
- Persoane fără adăpost
- Persoane cu probleme de dependență
- Persoanele care lucrează în aer liber sau care muncesc din greu
- Persoanele care fac sport în aer liber.

Centre de consiliere și oferte de ajutor

Serviciul social psihiatric

Bolile mintale pot afecta pe oricine. Acestea devin din ce în ce mai frecvente. Prin urmare, informarea timpurie cu privire la opțiunile de ajutor și tratament este foarte importantă. Serviciul de Psihiatrie Socială (SPDI) este bucuros să vă însoțească, să vă consilieze și să vă sprijine! Consilierea este gratuită și confidențială.

Serviciul oferă următorul ajutor:

- Consiliere individuală
- Vizite la domiciliu
- serviciu de criză
- ajutor de însoțire
- Grupuri pentru persoanele afectate și rude

Scopul este de a vă ajuta să vă ajutați pe dumneavoastră și de a vă permite să vă duceți viața cât mai independent posibil.

Aveți dificultăți în viața de zi cu zi din cauza bolii dumneavoastră? Sau aveți nevoie de consiliere și sprijin în relația cu o persoană bolnavă? Atunci vă rugăm să luați legătura cu noi:

Landkreis Emsland

Fachbereich Gesundheit

📍 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

☎ [05931/441188](tel:05931/441188)

@ gesundheitspdi@emsland.de

🌐 www.emsland.de

Consiliere în materie de dependență

Există centre de consiliere pentru toate aspectele legate de dependență. Acestea oferă consiliere și ajutor pentru întrebări. Doriți să vă schimbați modul în care vă ocupați de alcool, droguri, medicamente sau jocuri de noroc? Suferiți de tulburări de alimentație? Căutați o cale de ieșire din dependență? Aveți nevoie de sprijin? Atunci contactați serviciul de consiliere în materie de dependență.

Aici veți găsi următoarele centre de consiliere pe tema dependenței:

Caritas Beratungsstelle Papenburg

📍 Kirchstraße 16, 26871 Papenburg

☎ [04961/94410](tel:04961/94410)

@ sucht.pbg@caritas-os.de

Diakonisches Werk Meppen

📍 Bahnhofstraße 29, 49716 Meppen

☎ [05931/98150](tel:05931/98150)

@ dw.meppen@diakonie-emsland.de

Caritas Beratungsstelle Meppen

📍 Kuhstraße 42, 49716 Meppen

☎ [05931/984240](tel:05931/984240)

@ sucht.mep@caritas-os.de

Diakonisches Werk Emsland Bentheim

📍 Bögenstraße 7, 49808 Lingen (Ems)

☎ [0591/800410](tel:0591/800410)

@ dw-lingen@diakonie-emsland.de

Caritas Beratungsstelle Lingen

📍 Burgstraße 30, 49808 Lingen (Ems)

 [0591/80062300](tel:0591/80062300)
@sucht.lin@caritas-os.de

Centrul de moașe Emsland

O moașă sprijină femeia însărcinată în timpul sarcinii. Aceasta o ajută în cazul unor probleme în timpul sarcinii și oferă un curs de pregătire pentru naștere. În timpul nașterii, o moașă se va ocupa de dumneavoastră. Nașterea are loc în spital, într-un centru de nașteri sau la domiciliu. După naștere, moașa va veni la dumneavoastră acasă. Ea vă va sprijini în primele săptămâni cu bebelușul. Serviciile sunt plătite de către compania de asigurări de sănătate.

Centrul de moașe din Emsland vă va ajuta să găsiți o moașă. Activitatea centrului de moașe este gratuită.

Landkreis Emsland

Fachbereich Gesundheit

 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

 [05931/442181](tel:05931/442181)

@hebammenzentrale@emsland.de

 www.hebammenzentrale-emsland.de

Orele de funcționare a centralei telefonice:

 Marți 12:00 - 16:00

 Miercuri 10:00 - 12:30

 Joi 10:00 - 12:30

Rețeaua pentru copii Emsland

Kindernetz Emsland este un serviciu de consiliere pentru familiile cu copii. Rețeaua pentru copii este formată dintr-o echipă de medici, moașe și asistente medicale pediatrice. Serviciul se adresează familiilor cu copii cu vârste cuprinse între 0 și 3 ani.

Vă aflați într-o situație stresantă după naștere? Vă simțiți nesigură și copleșită? Nu puteți cere sfatul nimănui? Atunci contactați-ne. Noi vă oferim ajutor și sprijin.

Landkreis Emsland

Fachbereich Gesundheit

 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

 [05931/441181](tel:05931/441181)

@kindernetz@emsland.de

 www.kindernetz-emsland.de

Linia de asistență telefonică privind violența împotriva femeilor

Linia de asistență telefonică pentru violența împotriva femeilor oferă consultanță femeilor afectate din întreaga Germanie. Consilierii oferă consiliere cu privire la toate formele de violență împotriva femeilor. Aveți nevoie de ajutor acolo unde locuiți? Atunci consilierii vă vor îndruma către instituțiile locale adecvate. Consilierea online este, de asemenea, posibilă prin intermediul site-ului web. Ședințele de consiliere sunt confidențiale. Doriți să rămâneți anonimă? Nu este nicio problemă. Nu trebuie să dați niciun detaliu personal la telefon. Acest lucru este valabil și pe site-ul web. Dacă aveți dificultăți de auz, puteți rezerva un serviciu de

interpretariat prin intermediul site-ului web. Acest lucru nu vă costă nimic. Conversația cu consilierii va fi tradusă în limbajul semnelor german. De asemenea, poate fi tradusă și în limbaj scris. Consilierea este posibilă în multe limbi prin intermediul interpreților.

Linia de asistență telefonică privind violența împotriva femeilor

 [116016](tel:116016)

 www.hilfetelefon.de

Alte opțiuni de consiliere și sprijin pot fi găsite la rubrica [Violența domestică](#).

Linie telefonică de asistență pentru femeile însărcinate aflate în dificultate

Linia de asistență telefonică consiliază femeile însărcinate aflate în dificultate. Femeile însărcinate și anturajul lor apropiat pot contacta consilierii înainte și după naștere. Aceștia sunt disponibili non-stop. Consilierii vă vor sprijini. Ei cunosc oferte de ajutor adecvate. Aceștia ajută indiferent de sex, origine, credință și identitate sexuală. Dacă este necesar, aceștia vă vor consilia și cu privire la posibilitatea unei nașteri confidențiale.

Linia de asistență pentru femeile însărcinate aflate în dificultate

 [0800/404002](tel:0800404002)

 www.hilfetelefon-schwangere.de (multilingv)

Ghidul familiei

Ghidul familiei pentru persoanele cu dizabilități

Aktion Mensch publică un ghid pentru familii. Ghidul de familie se adresează persoanelor cu handicap și familiilor acestora. Acesta oferă informații și adrese. Există, de asemenea, un site web. Acolo veți găsi informații importante despre viața cu un handicap. Veți găsi, de asemenea, contacte locale. Aceste informații sunt disponibile într-o limbă germană simplă și ușor de înțeles. Acoperă subiecte precum școala, munca, timpul liber, drepturile, locuințele, consilierea și multe altele.

Ghidul familiei

 info@aktion-mensch.de

 www.familienratgeber.de

aplicație pentru îngrijirea sânilor

Cancerul de sân este cel mai frecvent tip de cancer la nivel mondial. În Europa, una din opt femei va dezvolta cancer de sân în cursul vieții. Numai în Germania, aproximativ 70.000 de femei sunt diagnosticate cu cancer de sân în fiecare an. Cu cât boala este recunoscută mai devreme, cu atât mai mari sunt șansele de vindecare. 25% din cazuri pot fi prevenite prin adoptarea unui stil de viață sănătos. Aplicația pentru îngrijirea sânilor are o bază științifică. Aceasta explică tot ce trebuie să știți despre cancerul de sân și depistarea precoce într-un mod ușor de înțeles. Înveți cât de important este un stil de viață sănătos. În prezent, aplicația este disponibilă în șapte limbi: arabă, germană, engleză, farsi, franceză, spaniolă și turcă.

Aplicația pentru îngrijirea sânilor

- vă reamintește să vă palpați singuri sânii cu ajutorul unui calendar al ciclului

- explică autoexaminarea pas cu pas cu instrucțiuni ilustrate
- explică factorii de risc și simptomele și oferă sfaturi specifice pentru un stil de viață sănătos
- răspunde la întrebări despre examinările medicale de screening în Germania
- oferă linkuri către numeroase puncte de contact, cum ar fi centre de săn, ofițeri de integrare sau servicii de sprijin, la care femeile se pot adresa cu întrebări
- prezintă povești încurajatoare ale femeilor afectate

Aplicația poate fi descărcată din magazinele de aplicații Apple și Google. Aplicația este gratuită. Aplicația poate fi utilizată fără a colecta date cu caracter personal. Este lipsită de publicitate și este concepută pe termen lung. Informații suplimentare în șapte limbi la: www.breastcare.app

Centru de sprijin pentru îngrijire

Centrul de asistență medicală din Saxonia Inferioară cu Centrul de servicii pentru demență

Centrul de asistență pentru îngrijire oferă consiliere persoanelor care au nevoie de ajutor sau de îngrijire. De asemenea, primesc consiliere următoarele persoane: Rudele, îngrijitorii și angajații din sectorul de îngrijire.

Aici este disponibil ajutor pe aceste teme:

- servicii de îngrijire în ambulatoriu, cu internare parțială și completă.
- Furnizarea de ajutoare
- Oferte pentru a ușura povara celor care se ocupă de îngrijirea familiei
- Demența și prevenirea
- Prestații pentru îngrijire sau handicap grav
- Prestații de asigurare pentru îngrijire și alte prestații sociale

Consilierea este gratuită. Ea este independentă și personalizată. Consilierea are loc prin telefon sau la fața locului. Este posibilă și o vizită la domiciliu. Centrul de sprijin oferă ore de consultație [în zona dumneavoastră](#). Informații suplimentare pot fi găsite pe [pliant](#).

Iată datele de contact ale centrului de sprijin pentru îngrijire

 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

 [05931/442211](tel:05931/442211)

 @pflgestuetzpunkt@emsland.de

 [Internetseite Pflegestützpunkt](#)

Centrul de servicii pentru demență

Aveți grijă de o persoană cu demență? Sau una dintre rudele dumneavoastră suferă de demență? Puteți obține ajutor și sprijin la Centrul de servicii pentru demență. Puteți găsi mai multe informații pe [site-ul web](#) al [Centrului de servicii pentru demență](#). Ghidul privind demența pentru districtul Emsland este, de asemenea, disponibil acolo. Acesta răspunde la cele mai importante întrebări despre demență. De asemenea, oferă informații despre locurile unde puteți găsi ajutor și sprijin suplimentar.

Iată datele de contact ale Centrului de servicii pentru demență

 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

 [05931/441210](tel:05931/441210)

 pfligestuetzpunkt@emsland.de

 [Internetseite Demenz Servicezentrum](#)



Educație și cultură

Școlarizarea obligatorie și sistemul de învățământ

Educație

Prin educație se înțelege educația formală, de la grădiniță la universitate, formarea și munca, precum și educația informală.

Educația informală este un proces de învățare pe tot parcursul vieții în care oamenii

- atitudini,
- valori,
- competențe și
- cunoștințe

prin intermediul influențelor și surselor din propriul mediu, de exemplu, în educația culturală.

În districtul Emsland, există o **regiune de** educație care este responsabilă pentru multe domenii de educație în cadrul învățării pe tot parcursul vieții.

Învățământul obligatoriu

În Germania, frecventarea școlii este obligatorie. Aceasta înseamnă că toți copiii trebuie, în general, să meargă la școală între 6 și 18 ani. Părinții sau tutorii copiilor au datoria de a se asigura că aceștia frecventează școala. Școala monitorizează prezența la școală.

Frecventarea obligatorie a școlii include

- prezența regulată la cursuri

- participarea regulată la evenimentele școlare obligatorii
- respectarea regulilor școlare
- Informații suplimentare pot fi găsite aici: [Prezența obligatorie la școală](#)

Școlarizarea obligatorie pentru copiii refugiaților începe numai după ce aceștia își stabilesc reședința permanentă în Germania.

Școlarizarea obligatorie este împărțită în învățământ general obligatoriu (cel puțin 9 ani) și/sau învățământ profesional obligatoriu (3 ani în sistem dual sau 1 an de învățământ cu normă întreagă).

Sistemul de învățământ

Școala primară:

- De la clasa I la clasa a IV-a (între 6 și 10 ani)

Școala secundară:

- De la clasa a 5-a la clasa a 9-a sau până la clasa a 10-a.
- urmată de o ucenicie în sistem dual (3 ani de școală și companie cu salariu de formare) la o școală profesională (BBS).
- sau o școală cu normă întreagă (1 an la o BBS)
- sau gimnaziu de la clasa a 5-a până la clasa a 13-a

Există diverse școli secundare:

- Școala specială,
- Hauptschule,
- Realschule,
- școală secundară,
- comprehensive school sau
- gimnaziu.

Important!

Când se încheie școlarizarea obligatorie, se încheie și dreptul de a frecventa școala. Dacă un elev nu a avut rezultate bune la școală, nu trebuie să frecventeze o altă școală.

Prin **urmare**, este **important să fiți un elev bun**.

Școli profesionale informații generale

[Școli profesionale în Emsland](#)

Aveți peste 15 ani? Nu mai frecvențați o școală generală? Atunci aveți multe opțiuni la o școală profesională. Vă puteți pregăti pentru o carieră sau puteți obține un certificat de absolvire a școlii generale. În Germania, elevii trebuie să frecventeze școala până la vârsta de 18 ani ([școlarizare obligatorie](#)).

Există următoarele tipuri de școli profesionale:

Berufseinstiegsschule (BES) clasele 1 și 2:

Școlile profesionale au programe pentru elevii cu sau fără certificat de absolvire a învățământului secundar. Nu ați primit încă un contract de ucenicie? Nu aveți încă o idee concretă cu privire la locul de muncă pe care doriți să îl ocupați? Aici puteți să vă faceți o idee despre diverse domenii profesionale. Vă puteți baza pe certificatul de absolvire a liceului. Sau puteți obține certificatul de absolvire a școlii secundare. Aici sunt promovate și limba și integrarea.

Școala profesională:

Aici are loc formarea profesională în [sistem dual](#). O parte din formare o învățați la școală. Cealaltă parte o învățați într-o companie.

Școala profesională (BFS):

La școlile profesionale vă puteți pregăti pentru profesie. Cursurile durează între 1 și 3 ani. Primiți o formare profesională de bază. Sau pregătire profesională. Sau chiar o calificare profesională. Aveți deja o calificare de absolvire a școlii? Atunci puteți obține aici următoarea calificare. Școlile profesionale sunt în general împărțite în următoarele domenii profesionale:

- domeniu comercial
- economie casnică, pedagogie socială sau sectorul de îngrijire
- domeniul industrial-tehnic

școală secundară specializată (FOS):

Frecventarea cu succes a cursurilor duce la obținerea unei calificări generale pentru intrarea la universitate. Aceasta dă dreptul la

- să urmeze un program de licență la o universitate
- să urmeze orice școală de nivel secundar superior
- să urmeze faza introductivă a liceului profesional (anul 11)
- să urmați cursurile liceului profesional în anul 13, dacă ați absolvit o formare profesională.

Școlile secundare superioare specializate sunt împărțite în următoarele domenii:

- Afaceri și administrație
- Tehnologie
- Sănătate și afaceri sociale
- Design
- Nutriție și economie casnică
- Agricultură, biotehnologie și tehnologia mediului

Liceul profesional (BOS):

Ați absolvit deja o ucenicie? Aveți un certificat de absolvire a școlii secundare? Atunci vă puteți înscrie la Berufsoberschule. Mergeți acolo timp de doi ani. Această școală vă pregătește pentru calificarea de admitere în învățământul superior general. Pentru a face acest lucru,

trebuie să învățați o a doua limbă străină. Fără o limbă străină, veți primi o calificare de admitere în învățământul superior specifică unei discipline. Acest lucru înseamnă că vi se permite să studiați doar anumite materii. Școala secundară superioară profesională este disponibilă în următoarele specializări:

- Liceu profesional tehnic
- Liceul profesional de afaceri
- Liceul profesional pentru servicii sociale

Liceul profesional secundar profesional:

Doriți să studiați la o universitate? Atunci aveți nevoie de Abitur. Poți să îți recuperezi Abitur-ul la un liceu profesional. Pentru a face acest lucru, aveți nevoie de o calificare intermediară în educație. Media notelor tale trebuie să fie de 3,0 sau mai bună. Apoi, puteți urma un liceu profesional timp de trei ani. După cei trei ani, vă veți finaliza Abitur-ul. Acesta este, de asemenea, împărțit în specializări corespunzătoare:

- Specializare tehnică
- Specializare economică
- Științe sociale și ale sănătății
- Specializarea Științe agricole
- Direcția biotehnologie
- Științe nutriționale

Colegiul tehnic

Fachschule oferă formare profesională continuă. Fachschule este un tip de școală care necesită, în general, o formare profesională inițială și, de regulă, o experiență profesională practică corespunzătoare.

Aceasta conduce la o calificare profesională superioară sub diferite forme, cu normă întreagă sau cu jumătate de normă. Aceasta vă califică pentru a prelua sarcini de conducere. În plus, colegiul tehnic de doi ani conduce, de obicei, la calificarea de intrare în universitățile de științe aplicate.

Formare "forma de școală cu normă întreagă" sau "sistem dual"

Formă școlară cu normă întreagă - formare la o școală profesională

În Germania, există, de asemenea, o formare cu normă întreagă la o școală profesională. Școlile profesionale oferă o formare profesională completă în teorie și practică în afara sistemului de formare duală (fără ucenicie în cadrul unei întreprinderi). Aceasta durează de obicei între doi și trei ani și jumătate. Lecțiile au loc cu normă întreagă. Pe lângă disciplinele profesionale, se includ și discipline de învățământ general. Școlile profesionale diferă foarte mult în ceea ce privește programele de formare, condițiile de admitere, durata formării și opțiunile de formare ulterioară. Prin urmare, ar trebui să vă adresați școlii care vă interesează.

[Scoli profesionale în Emsland](#)

"Sistem dual"

Formarea profesională duală este o specialitate în Germania. Lucrați într-o întreprindere. În același timp, mergeți la școală. În acest fel învățați teoria și practica. Îți petreci două treimi din timp lucrând. O treime din timp îl petreci la școală. O ucenicie durează 3 ani. În funcție de profesie, poate dura ceva mai mult. Dacă aveți un Abitur, puteți finaliza ucenicia mai repede.

În funcție de tipul de profesie pe care doriți să o învățați în cadrul unui program de formare duală, contactați biroul corespunzător:

Camera de meserii (HWK)

Camera Meșteșugurilor (HWK) este responsabilă pentru meseriile calificate. Aceasta acoperă meserii precum brutar, zidar sau zugrav.

Camera de Comerț și Industrie (IHK)

Camera de Comerț și Industrie (IHK) este responsabilă pentru profesiile din producția industrială, comerț și servicii. Aceasta include, de exemplu, mecanicii de uzină sau funcționarii din comerțul cu ridicata și din comerțul exterior.

Camera Agriculturii (LWK)

Pentru profesiile specializate în agricultură, cum ar fi serviciile agricole, silvicultura, horticultura, agricultura și gospodăria.

Important:

În Germania, o calificare profesională este foarte avantajoasă. Persoanele cu o calificare profesională câștigă în medie mai mulți bani pe parcursul vieții lor. Aceștia au mai puține șanse de a fi șomeri. Este mai puțin probabil ca aceștia să aibă contracte de muncă pe perioadă determinată.

Studierea la o universitate - program de studiu dual

Informații generale

În Germania există multe programe de studii diferite. De asemenea, există diferite tipuri de instituții de învățământ superior:

- Universități (cu orientare academică)
- universități de științe aplicate (orientate spre practică)
- Universități duale (foarte orientate spre practică)
- Facultăți de artă, film și muzică (pentru discipline artistice)

Există universități de stat și universități private. Calitatea universităților private nu este întotdeauna mai bună. Cu toate acestea, trebuie să plătiți taxe de școlarizare ridicate.

Site-uri utile

- [University Compass](#) (toate programele de studii și universitățile din Germania)
- [Study in Germany](#) (informații pentru refugiați)

- [Agenția pentru ocuparea forței de muncă](#) (orientare pentru studii)
- [Serviciul german de schimb academic](#) (DAAD - toate programele de studii în Germania)

Condiții prealabile

Doriți să studiați în Germania? Atunci aveți nevoie de o calificare de admitere la universitate. Aceasta poate fi un Abitur. Poate fi, de asemenea, o calificare de intrare pentru universitățile de științe aplicate. Ați absolvit Abitur-ul în țara dvs. de origine? Este posibil să o puteți folosi pentru a studia în Germania. Acest lucru poate fi verificat.

Puteți găsi mai multe informații pe site-ul [Anabin](#). Accesați portalul de informații "Recunoaștere în Germania". De asemenea, puteți contacta [Serviciul german de schimb academic DAAD](#).

De asemenea, trebuie să dovediți că aveți o bună cunoaștere a limbii germane (nivel C1). Aceasta poate fi testul "Germana ca limbă străină". Sau testul de limbă germană pentru admiterea la universitate. Sau telc Deutsch C1 Hochschule.

Există, de asemenea, posibilitatea de finanțare din partea Bildungsberatung Garantiefonds Hochschule.

Unele universități oferă, de asemenea, semestre pregătitoare. Tot acolo veți învăța limba germană.

Aflați mai multe la universitatea la care doriți să studiați. Majoritatea universităților oferă servicii de consiliere. Există termene limită pentru înscrierea la o universitate. Vă rugăm să țineți cont de aceste termene limită.

Programul de studiu dual

Diferența față de programul tradițional de studii este combinația dintre teorie și practică. Studenții dobândesc experiență practică valoroasă pentru cariera lor în timp ce studiază la universitate. Puteți aplica și pune în aplicare această experiență direct în cadrul companiei.

La final, veți fi obținut o diplomă de licență. Există, de asemenea, modele în care puteți obține atât o diplomă de licență, cât și un program de formare profesională finalizat.

Vizitați [BIB Emsland](#) și veți cunoaște multe companii care oferă programe de studii duale.

Informații privind finanțarea studiilor și bursele pot fi găsite [aici](#).

Fără calificare de admitere la universitate

Puteți studia în țara dvs. de origine cu certificatul de absolvire a școlii? Dar nu și în Germania? Puteți să vă recuperați calificarea pentru admiterea la universitate la un colegiu pregătitor. Studienkollegs sunt special concepute pentru candidații străini. Ele vă pregătesc pentru a studia în Germania.

Studiu: Finanțare și bursă

În calitate de student în Germania, puteți beneficia de sprijin financiar. Acest lucru este posibil prin intermediul Legii federale de asistență pentru formare profesională (BAföG, pe scurt).

BAföG este plătită lunar de către autorități. În cel mai bun caz, veți primi bani pentru întreaga durată a studiilor dumneavoastră. Suma lunară a Bafög poate fi cuprinsă între 399 și 735 de euro. Trebuie să restituiți jumătate din suma Bafög după terminarea studiilor. Condițiile exacte pentru Bafög se schimbă în mod regulat. Puteți găsi informații detaliate la următorul link:

- [**Website Bafög pentru refugiați și migranți**](#)

Ca o alternativă la Bafög, puteți solicita o bursă. De regulă, nu trebuie să returnați o bursă. Notele bune sunt importante pentru a primi o bursă. Donatorii de burse evaluează, de asemenea, activitatea dumneavoastră de voluntariat. În mod normal, veți primi aceeași sumă de bani ca și Bafög. În plus, există o așa-numită "alocație pentru cărți". Aceasta este o plată lunară de până la 300 de euro.

Anumite organizații acordă burse de studiu. Bursele sunt acordate persoanelor cu un potențial mare. Acesta este motivul pentru care aceste organizații se numesc Begabten-Förderungs-Werke. Următoarele Begabten-Förderungs-Werke oferă, printre altele, programe speciale pentru refugiați. Puteți afla cum să vă înscrieți pe site-urile acestora. De asemenea, acestea vă spun ce vă cer organizațiile.

- [**Friedrich-Ebert-Stiftung \(FES\) - Burse pentru refugiați**](#)
- [**Böckler-Aktion Bildung a Fundației Hans Böckler**](#)
- [**Konrad-Adenauer-Stiftung \(KAS\) - Burse pentru refugiați**](#)
- [**Villigst - Bursa noastră pentru refugiați**](#)
- [**Bread for the World - Programul de burse pentru refugiați**](#)

Fondul de garantare al Fundației Otto Benecke este o excepție de la această regulă. Programul se adresează tinerilor imigranți noi. Doriți să obțineți calificarea de intrare în învățământul superior în Germania? Doriți să studiați în Germania? Doriți să lucrați în domeniul academic? Atunci puteți aplica pentru programul de burse. Există, de asemenea, bursa de studii în Germania. Aceasta oferă un sprijin financiar de 300 de euro pe lună. Bursele Germania sunt acordate de universitățile respective.

- [**Fondul de garanție universitară al Fundației Otto Benecke din Bonn**](#)
- [**Bursa de studii din Germania: Deveniți bursier**](#)

Educație culturală

Emsland este o regiune rurală, iar peste tot există numeroase locuri și instituții culturale. Toate acestea sunt ușor accesibile pentru toată lumea. Furnizorii culturali sunt un amestec de profesioniști și voluntari.

Cultura regională este modelată și reexaminată în mod constant de către cei implicați:

- Ce este tipic pentru regiunea noastră?
- Ce tradiții sunt transmise?
- Ce aspecte ale istoriei noastre regionale ar trebui să fie amintite și sub ce formă?

Sarcina culturii este de a

- de a însoți aceste procese,

- de a revitaliza peisajul cultural și
- să promoveze schimbul, cooperarea și crearea de rețele între diferiții furnizori culturali,
- de a proteja patrimoniul cultural al regiunii și de a contribui la difuzarea acestuia.

Conservarea monumentelor istorice joacă un rol important în acest sens.

Pentru a afla mai multe despre locurile și evenimentele culturale, consultați **[harta culturală](#) și [calendarul evenimentelor](#)**.

Facilități culturale și de agrement

Instituții culturale

Emsland oferă numeroase evenimente și instituții culturale. Alte oferte pentru petrecerea timpului liber, sport sau muncă voluntară pot fi găsite în partea de jos a paginii. Aici veți găsi doar câteva exemple din domeniul cultural, deoarece nu este posibil să listați toate facilitățile. Cu toate acestea, veți găsi oferte corespunzătoare în fiecare oraș.

Câteva organizații din domeniul artei pe care le puteți vizita sau la care puteți participa dvs. sau copiii dvs:

- [Școala de Artă Lingen](#)
- [Kunsthalle Lingen](#)
- [Kunstschule Koppelschleuse Meppen](#)
- Meppener [Kunstkreis](#) + [Artothek](#)
- Töpfermarkt
- [Școala de artă Zinnober Papenburg](#)
- Spiel und Kunst ([SpuK](#)) Freren
- [Kunstkreis Haren](#)
- [Centrul de expoziții Gut Altenkamp Aschendorf](#)
- [Emslandmuseum Schloss Clemenswerth](#)
- ParkArt Clemenswerth

Câteva organizații din domeniul muzicii pe care le puteți vizita. De asemenea, în aproape fiecare oraș există numeroase coruri, formații și orchestre la care dumneavoastră sau copiii dumneavoastră puteți participa.

- [Klangkultur Haren](#)
- Harener Klassiknacht
- [Musikschule des Emslandes](#)
- [EmslandArena](#)
- Emsbürener Musiktage
- Musikfest Bremen (Konzertorte in Papenburg, Sögel, Rhede)
- NDR 2 Papenburg Festival
- LAUTFEUER Festival Lingen
- Kleinstadtfestival Meppen

Câteva instituții teatrale pe care le puteți vizita. Există, de asemenea, multe grupuri locale de teatru de amatori și grupuri de dans care ar fi încântate să primească noi membri.

- [Cercul cultural Clemenswerth](#)
- [Kulturkreis Impulse Freren](#)
- [Teatrul acasă Twist](#)
- [Comunitatea teatrală Meppen](#)
- [Teatrul de la Wilhelmshöhe Lingen](#)
- [Forum Alte Werft / Alte Kesselschmiede Papenburg](#)
- [Meppen teatru în aer liber](#)
- [Teatrul din pădure Ahmsen](#)
- [Centrul de educație teatrală al Emsländische Landschaft Lingen](#)
- Festivalul păpușilor
- Festivalul mondial de teatru pentru copii (WKT)

Muzee de istorie culturală, muzee de companie, colecții, locuri de comemorare pe care le puteți vizita. Toate instituțiile oferă, de asemenea, evenimente speciale pe care le puteți vizita cu copiii dvs.

- [Muzeul Moor Emsland Geeste](#)
- [Muzeul de arheologie Emsland Meppen](#)
- [Muzeul orașului Meppen](#)
- [Muzeul Emsland Lingen](#)
- [Muzeul Emsland Castelul Clemenswerth](#)
- [Muzeul Morii Haren](#)
- [Muzeul gazelor naturale Twist](#)
- [Muzeul în aer liber și de istorie locală Haselünne](#)
- [Muzeul Distileriei Haselünne](#)
- [Uzina Von-Velen Papenburg](#)
- [Lumea aventurilor maritime Papenburg](#)
- [Centrul de vizitare MEYER WERFT Papenburg](#)
- [Muzeul pompierilor din Salzbergen](#)
- [Muzeul KRONE Spelle](#)
- [Memorialul Esterwegen](#)
- [Situl memorial "Camp XII Dalum "](#)

Cultura construcțiilor și patrimoniul arheologic

Traseul culturii megalitice merită o excursie. Pe el puteți descoperi artefacte din piatră vechi de peste 5000 de ani. Acestea explică viața de zi cu zi, natura și conceptele despre viața de apoi din acea vreme. Există 33 de stații de la Osnabrück via Emsland până la Oldenburg.

- [Drumul Megalithkultur](#)

Mühlenstraße este un drum care arată vizitatorilor morile din Saxonia Inferioară, cum ar fi morile de apă și morile de vânt. Unele mori sunt acum clădiri rezidențiale, în timp ce alte mori pot fi văzute din exterior și din interior. În apropiere, puteți vizita și morile de cai din satul muzeu Cloppenburg. Împreună cu alte rute ale morilor existente, acesta formează nucleul "rutei culturale europene (Via Molina)".

- [Drumul morilor din Saxonia Inferioară](#)

Studii regionale și conservarea obiceiurilor

- [Asociația Patrimoniului Emsland](#)

Asociația Patrimoniului Emsland este organizația umbrelă pentru asociațiile de patrimoniu. Are 14 000 de publicații în biblioteca sa din Meppen. Este specializată în arheologie, studii regionale, istorie regională și multe altele. Anul acesta există un nou [anuar Emsland](#).

Există o asociație de istorie locală activă în aproape fiecare municipalitate, care este bucuroasă să primească noi membri. Le puteți găsi întotdeauna pe [pagina](#) de [internet a autorităților locale](#).

- [Peisajul Emsland pentru districtul Emsland](#)
- Kivelingsfix Lingen

Membrii unei asociații a burlacilor din Lingen (Ems) în Emsland, Saxonia Inferioară, care datează din 1372, sunt cunoscuți sub numele de Kivelinge.

- Festivalul florii de hrișcă organizat de asociația de istorie locală Geeste (Emsland Moormuseum)
- Platt-Satt-Festival (descentralizat)
- Piața de porumb și piața hanseatică Haselünne

Există, de asemenea, numeroase programe sportive. [Asociația sportivă a districtului Emsland](#) are o bună prezentare generală a sporturilor care sunt oferite și unde.

În Emsland există, de asemenea, multe [trasee](#) frumoase [de ciclism](#). Dacă nu știți încă să mergeți pe bicicletă, puteți învăța [aici](#). Înotul este, de asemenea, foarte distractiv și bun pentru sănătate.

Puteți afla de la [asociația sportivă districtuală](#) unde există cursuri de înot pentru copii. Adulții pot și ar trebui, de asemenea, să învețe să înoate, deoarece există multe piscine și lacuri frumoase în Emsland. Puteți găsi toate [informațiile](#) suplimentare aici.

Vizitarea instituțiilor și evenimentelor culturale sau aderarea la un grup cultural sau la un club sportiv facilitează acomodarea și vă veți familiariza rapid cu oameni noi din zonă. Acest lucru facilitează învățarea limbii și familiarizarea cu viața în Germania. Astfel, vă veți simți mai repede ca acasă în Germania.

[Voluntariatul](#) este, de asemenea, o sarcină semnificativă. Persoanele care lucrează pentru alți oameni sau pentru o cauză în timpul lor liber, fără a fi plătite, fac muncă voluntară. De exemplu, vă puteți implica alături de persoane în vârstă, vecini sau refugiați. De asemenea, puteți ajuta la un club sportiv sau la un adăpost pentru animale și multe alte lucruri.

Educația adulților

Doriți să învățați ceva nou?

Furnizorii de educație pentru adulți sunt instituții care oferă programe educaționale pentru adulți. Acestea sunt, de exemplu, centre de educație pentru adulți sau companii private. Acestea includ, de asemenea, organizații non-profit. Aceste organizații oferă cursuri, seminarii și prelegeri, de exemplu. Scopul lor este de a ajuta adulții să își extindă cunoștințele și să își îmbunătățească competențele. Participarea poate costa bani sau poate fi gratuită.

Historisch-Ökologische Bildungsstätte (HÖB) Emsland in Papenburg e.V.

📍 [Spillmannsweg 30, 26871 Papenburg](#)

✉️ [@info@hoeb.de](mailto:info@hoeb.de)

☎️ [+49496197880](tel:+49496197880)

🌐 <https://www.hoeb.de/>

Ludwig-Windthorst-Haus (LWH) | Katholisch-Soziale Akademie

📍 [Gerhard-Kues-Straße 16, 49808 Lingen \(Ems\)](#)

✉️ [@info@lwh.de](mailto:info@lwh.de)

☎️ [+4959161020](tel:+4959161020)

Katholische Erwachsenenbildung (KEB) Sögel

📍 [Am Markt 5, 49751 Sögel](#)

✉️ [@soegel@keb-emsland.de](mailto:soegel@keb-emsland.de)

☎️ [+4959521556](tel:+4959521556)

Puteti găsi alte locații KEB în [Meppen](#) și [Lingen](#).

LEB in Niedersachsen e.V. | Bildungszentrum Emsland/Grafschaft Bentheim

📍 [Jägerstraße 6a, 49808 Lingen](#)

✉️ [@biz-lingen@leb.de](mailto:biz-lingen@leb.de)

☎️ [+495911405030](tel:+495911405030)

Volkshochschule Papenburg gGmbH | Frau Morasch

📍 [Hauptkanal rechts 72, 26871 Papenburg](#)

 [+494961922339](tel:+494961922339)

 <https://www.vhs-papenburg.de/>

Volkshochschule Meppen gGmbH | Frau Lemmen

 [Freiherr-vom-Stein- Straße 1, 49716 Meppen](#)

 [+495931937324](tel:+495931937324)

 <https://www.vhs-meppen.de/>

Volkshochschule Lingen, Bildungszentrum Gebrüder-Grimm | Frau Dr. Lonnemann

 [Elsterstraße 1, 49808 Lingen \(Ems\)](#)

 [+49 \(0\) 59191202840](tel:+49(0)59191202840)

 <https://www.vhs-lingen.de/>

Aspecte juridice și drepturi

Legea fundamentală și drepturile omului

Toate persoanele care trăiesc în Germania trebuie să respecte principiile centrale ale ordinii politice și juridice.

Cel mai important temei juridic pentru viața în Germania este **Legea fundamentală**. Aceasta este constituția Republicii Federale Germania.

Conform Legii fundamentale, fiecare persoană este un **individ liber și autodeterminat**.

Nu se pot face **distincții pe baza sexului, a originii (descendență, limbă, patrie), a culorii pielii, a religiei, credinței sau ideologiei, a handicapului, a vârstei sau a orientării sexuale**.

Germania este un stat federal format din **16 landuri federale**.

Germania este un stat democratic, ceea ce înseamnă că toată puterea de stat emană de la popor.

Catalogul drepturilor fundamentale

Protecția demnității umane

Articolul 1

(1) Demnitatea umană este inviolabilă. Este de datoria oricărei autorități de stat să o respecte și să o protejeze.

(...)

Dreptul la libertatea persoanei

Articolul 2

(1) Orice persoană are dreptul la libera dezvoltare a personalității sale, în măsura în care nu încalcă drepturile altora și nu aduce atingere ordinii constituționale sau legii morale.

(...)

Aceasta include, de asemenea, dreptul la autodeterminare sexuală. Aceasta înseamnă că fiecare persoană poate decide singură la ce acte sexuale dorește să participe și nimeni nu poate fi obligat să facă ceva ce nu dorește să facă.

Egalitate în fața legii

Articolul 3

(1) Toate persoanele sunt egale în fața legii.

(2) Bărbații și femeile au drepturi egale. Statul promovează realizarea efectivă a egalității de drepturi între femei și bărbați și depune eforturi pentru eliminarea dezavantajelor existente.

(3) Nicio persoană nu poate fi discriminată sau favorizată pe motive de sex, descendență, rasă, limbă, patrie și origine, credință, opinie religioasă sau politică. Nimeni nu poate fi discriminat din cauza handicapului său.

Libertatea de credință, de conștiință și de crez

Articolul 4

(1) Libertatea credinței, a conștiinței și a convingerilor religioase și filozofice este inviolabilă.

(...)

Libertatea de opinie, de artă și de știință

Articolul 5

(1) Orice persoană are dreptul de a exprima și de a difuza liber opiniile sale prin viu grai, prin scris și prin imagini și de a se informa, fără nici un obstacol, din surse general accesibile. Libertatea presei și libertatea de a relata prin radio și film sunt garantate. Nu trebuie să existe cenzură.

(...)

Protecția căsătoriei și a familiei, precum și a copiilor de părinți necăsătoriți

Articolul 6

(1) Căsătoria și familia se află sub protecția specială a statului.

(...)

 Aici puteți găsi Legea fundamentală în 11 limbi: [arabă](#), [chineză](#), [engleză](#), [franceză](#), [italiană](#), [persană](#), [poloneză](#), [rusă](#), [sârbă](#), [spaniolă](#), [turcă](#) și [germană](#).

 Acest film arată în mod clar cum funcționează statul constituțional german: [germană](#), [dari](#), [arabă](#), [engleză](#), [franceză](#), [pashto](#), [urdu](#).

Copiii au drepturi

Protecția copiilor și a tinerilor

Copiii, tinerii și familiile se bucură de o protecție specială în Germania. Această protecție începe în timpul sarcinii și continuă până când copilul împlinește vârsta de 18 ani. În Germania, de exemplu, este interzisă bătaia copiilor: în Germania, copiii trebuie să fie crescuți fără utilizarea violenței. Fiecare copil trebuie să meargă la școală.

Copiii au drepturi

În detaliu, acest lucru înseamnă

- Îngrijirea părintească și creșterea fără violență: fiecare copil are dreptul să crească alături de părinți și să fie crescut de aceștia. Fără violență.
- Egalitate: Toți copiii sunt la fel de importanți. Niciun copil nu ar trebui să fie tratat mai puțin favorabil pentru că are o culoare diferită a pielii, o religie diferită sau provine dintr-o altă țară.
- Libertatea de exprimare și de participare: Fetele și băieții trebuie să fie întrebați dacă se iau decizii care îi privesc. Copiilor li se permite să își exprime opiniile fără a fi penalizați. Fie acasă, la școală, la o autoritate publică sau în instanță.
- Educație: Fetele și băieții trebuie să poată învăța pe picior de egalitate și să primească o educație care să corespundă nevoilor și abilităților lor.
- Sănătate: Copiii ar trebui să aibă posibilitatea de a trăi o viață sănătoasă, să primească îngrijiri medicale de calitate și să fie protejați de boli, dependență și droguri.
- Protecția împotriva violenței și a exploatării sexuale: Copiii au dreptul de a fi protejați împotriva violenței, abuzului și exploatării. Nimeni nu are voie să atingă un copil dacă acesta nu dorește acest lucru.

Ajutor în caz de conflicte

Atunci când apar conflicte în familie, poate fi util să solicitați ajutor extern. Mai ales dacă sunt implicați copii și dacă se recurge la violență. Vă rugăm să luați legătura cu noi:

Districtul Emsland - Biroul de asistență socială pentru tineret

Hauptstelle **Meppen**

 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

 [05931/441401](tel:05931/441401)

Außenstelle **Lingen**

 [Am Wall-Süd 21, 49808 Lingen](#)

 [0591/843343](tel:0591/843343)

Außenstelle **Aschendorf**

 [Große Str. 32, 26871 Papenburg](#)

 [04962/5013139](tel:04962/5013139)

 Luni - vineri: 8:30 - 12:30 și luni - joi 14:30 - 16:00

 În cazuri urgente, Biroul de asistență socială pentru tineret poate fi contactat în afara orelor de program prin intermediul centrului de apeluri de urgență  (112).

Consiliere matrimonială, familială, de viață și educațională

Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberatung im Bistum Osnabrück

📍 Versener Str. 30, 49716 **Meppen**

☎ [05931/12050](tel:05931/12050)

@ meppen@efle-bistum-os.de

Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberatung im Bistum Osnabrück

📍 Hauptkanal rechts 75a, 26871 **Papenburg**

☎ [04961/3456](tel:04961/3456)

@ papenburg@efle-bistum-os.de

Psychologisches Beratungszentrum für Eltern, Kinder und Jugendliche; Ehe-, Familien- und Lebensberatung

📍 Bernd-Rosemeyer-Straße 5, 49808 **Lingen**

☎ [0591/4021](tel:0591/4021)

@ lingen@efle-bistum-os.de

🗓️ Vă rugăm să consultați locațiile respective pentru orele de funcționare

Centrul de consiliere pentru violența împotriva copiilor și tinerilor

Deutscher Kinderschutzbund

Ortsverband Emsland Mitte

📍 Emsstraße 1-3, 49716 **Meppen**

☎ [05931/876580](tel:05931/876580)

@ info@kinderschutzbund-emsland-mitte.de

🌐 <https://www.kinderschutzbund-emsland-mitte.de/>

🗓️ Luni - vineri: 9:00 - 11:30 a.m.

Der Kinderschutzbund OV Lingen e.V.

Beratungsstelle LOGO - Kinderschutz-Zentrum

📍 Wilhelmstr. 40a, 49808 **Lingen**

☎ [0591/2262](tel:0591/2262)

@ info@logolingen.de

🌐 <https://www.logolingen.de/>

🗓️ Luni - vineri: 9:00 - 12:00 p.m.

Numărul împotriva durerii pentru copii și tineri

Fie că ai griji și probleme în familie sau la școală, cu prietenii sau cu partenerul tău: să vorbești despre asta te poate ajuta. Consilierii instruiți de la **linia națională de asistență pentru copii și tineri "Nummer gegen Kummer"** își vor face timp pentru tine, te vor asculta și îți vor arăta căi de ieșire - în mod anonim, confidențial și gratuit.

☎ [116111](tel:116111)

🗓️ Luni - sâmbătă: 14:00 - 20:00

Linia de asistență pentru părinți

☎ [08001110550](tel:08001110550) anonim și gratuit

🗓️ Luni - vineri: 9:00 - 17:00 și marți și joi: 17:00 - 19:00

Drepturile femeilor

Muncă și salarii

În medie, femeile din Germania câștigă mai puțin decât bărbații. Ele lucrează adesea în domenii în care sunt plătite mai puțin. Dar, de asemenea, femeile câștigă adesea mai puțin decât colegii lor de sex masculin pentru același loc de muncă. Politicienii discută de ani de zile diverse propuneri pentru a obține o mai mare egalitate salarială. Până acum, însă, nu s-au schimbat prea multe.

Multe dintre locurile de muncă ale femeilor nu sunt percepute ca fiind muncă. Ele se ocupă de treburile casnice. Ele cresc copiii. Sau au grijă de membrii de familie bolnavi sau în vârstă. Aceste munci nu sunt plătite. Dar ele sunt totuși muncă. De multe ori nu este recunoscută.

Ați dori să găsiți un loc de muncă bine plătit în Germania?

Atunci primul lucru pe care ar trebui să îl faceți este să învățați limba germană. BAMF oferă cursuri special pentru părinți și femei. Aici puteți obține, de asemenea, informații despre îngrijirea copiilor și despre sistemul școlar. Acolo unde locuiți, puteți obține informații de la [centrele de consiliere în materie de migrație](#), de la [autoritățile pentru imigrație](#), de la agențiile de ocupare a forței de muncă, de la [centrele de ocupare a forței de muncă](#) sau direct de la [institutiile de învățământ](#) care oferă cursuri de integrare.

Doriți să vă întoarceți la locul de muncă după o pauză în carieră? Poate să vă reorientați din punct de vedere profesional sau să vă reîmprospătați competențele?

[Centrul de coordonare pentru femei și afaceri](#) este un loc în care femeile, în special cele care doresc să se întoarcă la locul de muncă după o pauză, pot găsi sprijin. Acesta oferă ajutor pentru toate întrebările legate de carieră și vă ajută să vă pregătiți pentru revenirea la locul de muncă. Centrul de coordonare este, de asemenea, biroul Unternehmensverbund [vereinbar e.V.](#), ceea ce înseamnă că face parte dintr-o rețea care se angajează să reconcilieze viața profesională și cea de familie.

MGF - mutilare genitală feminină

Mutilarea genitală a femeilor (MGF) este interzisă în Germania. Din septembrie 2013, MGF este pedepsită cu închisoarea. De asemenea, părinții nu au voie să părăsească țara pentru a-și circumcide fiica în străinătate. Acest lucru este, de asemenea, urmărit penal în temeiul dreptului penal german. Fetele și tinerele pot solicita azil dacă sunt amenințate că vor fi circumcizate.

Multe fete mor în timpul mutilării sau ca urmare a acesteia. Există multe efecte secundare periculoase ale mutilării:

- Incontinența,
- durere,
- sângerări abundente,
- complicații în timpul actului sexual și al nașterii,

- infertilitate,
- risc de infectare cu HIV și hepatită,
- otrăvire a sângelui și tetanos,
- stări de șoc,
- traume psihologice,
- depresie.

Dacă sunteți afectată sau amenințată de mutilarea genitală, contactați linia de asistență telefonică la ☎ [08000116016](tel:08000116016). Personalul liniei de asistență telefonică este disponibil zi și noapte și în diferite limbi.

În Germania, este posibilă reconstrucția clitorisului. Această operație de reconstrucție poate fi efectuată de către chirurghi plasticieni. Cereți sfatul unui ginecolog. La Berlin a fost înființat un "[Centru pentru victimele mutilărilor genitale](#)". Aici, nu numai consecințele fizice, ci și cele psihologice sunt tratate în mod anonim și gratuit. Nu aveți nevoie de asigurare de sănătate pentru acest lucru.

Punct de contact:

baobab - zusammensein e.V.

📍 Georgswall 3, 30159 Hannover

☎ [0511/47262677](tel:051147262677)

@info@baobab-zs.de

În toată Saxonia Inferioară și în orașul vecin Bremen, de-a lungul anilor s-au format diverse grupuri de autoajutorare în care se discută probleme de sănătate. În prezent, [aici](#) există următoarele grupuri de auto-ajutorare.

Violența domestică

Familia și prietenii ar trebui să vă sprijine și să vă protejeze. Cu toate acestea, nu este întotdeauna așa. Uneori, acești oameni vă pot face și rău. Vă pot provoca violență. Această violență poate lua diferite forme. Poate fi de natură sexuală. Sau fizică, cum ar fi pumni sau lovituri de picior. Dar poate fi și psihologică. Dacă cineva pe care îl cunoașteți este violent cu dumneavoastră, acest lucru se numește "violență domestică".

Violența domestică are loc, de obicei, în casă, dar se poate întâmpla și în alte locuri. Mulți oameni se gândesc la violența domestică în termeni de violență fizică, de exemplu, abuzuri sexuale sau bătăi. Dar violența domestică ia și alte forme: Dacă sunteți insultat, abuzat, amenințat, închis sau controlat, aceasta este, de asemenea, violență domestică. Hărțuirea, adică atunci când sunteți urmărit și supravegheat, poate fi, de asemenea, o formă de violență domestică. **Toate formele de violență sunt pedepsite în Germania.** Aveți **dreptul la o viață fără violență**. Violența domestică nu este o chestiune privată, ci o încălcare a dreptului fiecărei persoane la integritate fizică.

În Germania există numeroase centre de contact pentru victimele violenței domestice. Folosiți centrele de asistență.

Card de urgență în Emsland

Card de [urgentă](#) pentru violența domestică cu centrele de consiliere relevante din districtul Emsland

Linia de asistență telefonică pentru violența împotriva femeilor

 [08000/116016](tel:08000/116016) (gratuit și anonim)

 www.hilfetelefon.de

Linia de asistență telefonică pentru abuzuri sexuale

 [0800/2255530](tel:0800/2255530)

 www.hilfetelefon-missbrauch.de

Servicii de consiliere și sprijin la fața locului

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Meppen - Emsland Mitte

 Nagelshof 21 b, 49716 Meppen

 [05931/98410](tel:05931/98410)

 info@skf-meppen.de

 www.skf-meppen.de

 Luni - joi 08:00 - 12:00 și 14:00 - 16:00

Vineri 08:00 - 12:30

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Lingen

 Burgstraße 30, 49808 Lingen

 [0591/800620](tel:0591/800620)

 info@skf-lingen.de

 www.skf-lingen.de

 Luni - joi 08:30 - 12:30 și 13:30 - 16:30

Sozialdienst katholischer Frauen Esterwegen e.V.

 Hauptstraße 50, 26897 Esterwegen

 [05955/2871](tel:05955/2871)

 info@skf-esterwegen.de

 www.skf-esterwegen.de

 Închis miercuria

Caritasverband für den Landkreis Emsland

 Kirchstraße 16, 26871 Papenburg

 [04961/94410](tel:04961/94410)

 LK-Emsland@caritas-os.de

 www.caritas.de

 Luni - vineri 08:30 - 12:00

Măști și miercuri 14:00 - 16:30

Informații suplimentare pot fi găsite aici:

 www.gewaltlos.de

 [Reteaua ProBeweis](#) (multilingvă) cu clinicile partenere Krankenhaus [Ludmillenstift Meppen](#)

și [Marienhospital Papenburg-Aschendorf](#)

Centre de protecție a femeilor și a copiilor

Există căi de ieșire din violență și oportunități pentru un viitor fără violență. Adăposturile pentru femei sunt facilități pentru femeile și copiii lor care sunt afectate în mod acut de violență sau amenințate de violență - indiferent de vârstă, venit, statut de reședință, orientare sexuală sau origine. Adăposturile pentru femei sunt disponibile 24 de ore pe zi, inclusiv în weekenduri și sărbători legale.

Frauen- und Kinderschutzhaus SKF Meppen

☎ [05931/7737](tel:059317737) (24 Stunden erreichbar!)

@frauen-undkinderschutzhaus@skf-meppen.de

Frauen- und Kinderschutzhaus SKF Lingen

☎ [0591/4129](tel:05914129)

@frauenhaus@skf-lingen.de

Die Adressen der Frauenhäuser bleiben zum Schutz der Betroffenen geheim.

Căsătorie forțată

Consiliere, sprijin și asistență în caz de căsătorie forțată (iminentă) și violență în numele onoarei

Trebuie să te căsătorești chiar dacă nu vrei? Aceasta se numește căsătorie forțată.

Linia telefonică de criză împotriva căsătoriilor forțate din Saxonia Inferioară oferă consiliere gratuită, multilingvă și anonimă. Puteți contacta serviciul de consiliere la: ☎ [0800-0667888](tel:0800-0667888).

Informații suplimentare pot fi găsite în pliantul "**Eu decid dacă și cu cine mă căsătoresc**". Pliantul este disponibil în mai multe limbi:

- [Pliant privind căsătoria forțată în albaneză](#)
- [Pliant privind căsătoria forțată în arabă](#)
- [Pliant privind căsătoria forțată în bulgară](#)
- [Pliant privind căsătoria forțată în germană](#)
- [Flyer căsătorie forțată în engleză](#)
- [Flyer Căsătorie forțată în kurdă](#)
- [Flyer Căsătorie forțată în persană](#)
- [Flyer Căsătorie forțată în română](#)
- [Flyer Căsătorie forțată în sârbă](#)
- [Flyer Căsătorie forțată în turcă](#)

Organizația [TERRE DES FEMMES](#) a publicat o broșură pentru părinți în opt limbi. Aceasta se numește: "**Familiiile puternice au fiice puternice**". Broșura explică ce se întâmplă atunci când fetele sunt forțate sau obligate să se căsătorească la o vârstă fragedă. De asemenea, vorbește despre ce legi sunt în vigoare și unde puteți obține ajutor. Broșura spune că nicio religie nu permite căsătoriile forțate. Broșura este disponibilă în arabă, germană, engleză, farsi, franceză, kurdă, română și turcă:

- [Broșură arabă](#)

- [Broșură în germană](#)
- [Broșură engleză](#)
- [Broșură Farsi](#)
- [Broșură Franceză](#)
- [Broșură Kurdă](#)
- [Broșură Română](#)
- [Broșură Turcă](#)

Papatya ajută fetele care se confruntă cu violența în familie, căsătoria forțată sau răpirea. Acesta oferă protecție, consiliere și ajutor și se adresează fetelor afectate și celor din jurul lor, cum ar fi prietenii lor. Oferă ajutor la telefon sau online :  <https://papatya.org/>

Linia telefonică de ajutor la nivel național "Violența împotriva femeilor" ajută femeile care se confruntă cu violența. Puteți suna la  116016 sau puteți obține consiliere online la:  <https://www.hilfetelefon.de/>

Și bărbații pot fi afectați de violență sau de căsătoria forțată. Linia de asistență "Violența împotriva bărbaților" îi ajută pe bărbați. Puteți suna la  0800-1239900 sau solicita consiliere online:  <https://www.maennerhilfetelefon.de/>

Sunteți afectat de amenințarea căsătoriei forțate, a răpirii sau a violenței și aveți nevoie de un loc sigur unde puteți sta în anonimat?

În Saxonia Inferioară, există locuri unde tinerii pot sta în anonimat dacă sunt afectați de căsătoria forțată, răpire sau violență. **Adăpostul Ada** oferă cazare anonimă pentru fete și femei tinere cu vârste cuprinse între 13 și 21 de ani. Informații suplimentare pot fi găsite aici: [Adăpostul Ada](#)

Antidiscriminare și incluziune

Drepturi egale pentru bărbați și femei

Drepturi egale pentru bărbați și femei

Femeile și bărbații au aceleași drepturi. Acest lucru se reflectă în lege și în viața de zi cu zi.

Acest lucru înseamnă, de exemplu:

- Fetele și băieții merg la școală împreună și primesc aceleași lecții. Participă împreună la lecțiile de sport.
- Femeilor și bărbaților li se permite să studieze sau să învețe o meserie. În principiu, toate profesiile sunt deschise tuturor sexelor.
- Femeile își asumă, de asemenea, responsabilități în societate, de exemplu în poliție, în sectorul sanitar, în școli sau în birourile și autoritățile publice. Instrucțiunile acestora trebuie să fie urmate.
- Femeile și bărbații decid singuri ce muncă vor să facă. Ei pot dispune singuri de banii pe care îi câștigă.

- Femeile nu trebuie să le ceară soților, părinților sau altor membri ai familiei permisiunea de a lucra, de a deschide un cont sau de a încheia contracte.
- Femeile și bărbații au voie să se îmbrace așa cum doresc.
- Femeile și bărbații decid singuri dacă, când și cu cine vor să se căsătorească.
- Mamele sunt protejate în mod special. Acestea trebuie și nu pot lucra timp de șase săptămâni înainte și opt săptămâni după ce au născut. Ele nu pot fi concediate din cauza maternității lor.
- Sarcinile și rolurile în familie nu sunt prescrise.
- Femeile și bărbații participă la viața publică. Aceștia participă la evenimente culturale, politice sau sportive, la restaurante și baruri.
- Femeile și bărbații pot vota și pot fi aleși în funcții politice
- Femeile și bărbații sunt egali în ceea ce privește drepturile de moștenire, atât fiicele, cât și fiii.
- Atingerile, comentariile sau solicitările de natură sexuală sunt permise numai dacă toți cei implicați sunt de acord. Un "stop" sau un "nu" trebuie întotdeauna respectat.

Acest lucru nu este permis în Germania, de exemplu:

- Orice formă de violență în căsătorie.
- Nimeni nu poate fi hărțuit sexual.
- Violul, chiar și în cadrul căsătoriei, este sancționat.
- Nimeni nu poate fi forțat să se căsătorească. Constrângerea la căsătorie prin violență sau amenințări este pedepsită.

Experiențe cu discriminarea

Tratarea inegală a oamenilor din cauza anumitor caracteristici este interzisă în Germania. Dar este încă larg răspândit. Fie în căutarea unei locuințe, la locul de muncă, în autorități, școli, cabinete medicale, în timpul liber sau cu poliția. Discriminarea poate avea loc în toate domeniile vieții. Nu am voie să intru în club pentru că am un handicap? Nu am primit slujba pentru că port o eșarfă? Copiii mei sunt tratați mai rău la școală pentru că vorbesc puțină germană? Poliția mă controlează în autobuzul interurban doar pentru că am o culoare diferită a pielii? Șoferul de taxi refuză să mă ia cu mașina pentru că sunt transsexual? Astfel de experiențe duc la furie, neputință și un sentiment de neajutorare. Dar nu trebuie să acceptați pur și simplu discriminarea. Aveți dreptul să vă apărați împotriva ei.

Toți oamenii din Germania au acest drept. Indiferent de originea lor sau de statutul lor de rezidență. Acesta este consacrat în Constituția germană ca unul dintre drepturile omului. Puteți lua măsuri legale împotriva discriminării.

Am fost discriminat?

Uneori nu știți exact dacă ați fost discriminat. Nu sunteți sigur pentru că alte persoane nu văd o problemă cu o acțiune sau nu cred că discriminarea este rea. În acest caz, consilierea vă poate ajuta. Personalul de la centrul de consiliere va lua în serios experiențele dumneavoastră. Ei vă pot spune dacă experiența dumneavoastră este considerată discriminare și din punct de vedere legal și ce opțiuni legale aveți acum. Dar chiar dacă experiența dumneavoastră nu este considerată discriminare din punct de vedere juridic,

centrul de consiliere vă poate ajuta. Personalul vă poate ajuta să vă împăcați cu ceea ce ați trăit și să dezvoltați strategii pentru viitor.

Centrele de consiliere anti-discriminare sprijină toate persoanele care au suferit discriminare și doresc consiliere.

Consiliere pentru persoanele afectate în Saxonia Inferioară

Centrul de consiliere împotriva discriminării din Saxonia Inferioară este acolo pentru a vă ajuta dacă aveți nevoie de sprijin. Ei vă ascultă, vă înțeleg punctul de vedere și își fac timp să discute cu dumneavoastră în detaliu.

Acesta vă ajută dacă

- ați fost victima violenței de dreapta, rasiste sau antisemite.
- sunteți membru de familie, prieten sau cunoștință a unei victime
- ați fost martor la un astfel de atac.
- doriți să contribuiți la combaterea extremismului de dreapta, rasismului și antisemitismului.

Consilierea este confidențială și gratuită. Acesta este oferit în mai multe limbi.

Date de contact:

Region Nordwest-Niedersachsen Exil e.V. | Betroffenenberatung Niedersachsen

📍 [Möserstraße 34, 49074 Osnabrück](#)

@ nordwest@betroffenenberatung.de

☎ [+49 \(0\) 54138069923](tel:+49(0)54138069923)

☎ [+49 \(0\) 15737967272](tel:+49(0)15737967272)

🌐 <https://betroffenenberatung.de/beratung/>

Puteți obține consiliere direct de la Agenția federală împotriva discriminării, de exemplu, sunând la [030185551855](tel:030185551855). Centrul de consiliere este disponibil la  în zilele de luni între orele 13.00 - 15.00 și la  în zilele de miercuri și vineri între orele 9.00 - 12.00. Personalul vorbește germana. Consilierea este gratuită și anonimă, dacă doriți. Va trebui să plătiți taxele telefonice obișnuite pentru apel.

Alternativ, vă puteți adresa unui [serviciu de consiliere în materie de migrație pentru adulți](#) sau [serviciului pentru migrația tinerilor](#). Personalul vorbește adesea mai multe limbi și vă poate ajuta cu toate problemele legate de viața în Germania.

Ce pot face dacă am fost discriminat de poliție?

Puteți fi, de asemenea, victime ale discriminării din partea poliției. O experiență pe care mulți oameni din Germania o au, de exemplu, este așa-numitul profil rasial. Dacă o persoană este oprită, interogată, percheziționată sau chiar arestată de poliție doar pentru că pare suspectă

din cauza culorii pielii sau a unor caracteristici similare, aceasta este discriminare. "Racial Profiling". Dar se pot întâmpla și insulte discriminatorii, abuzuri sau agresiuni. Victimele brutalității sau violenței poliției pot denunța ofițerii de poliție.

Agenții de poliție nu sunt mai presus de lege. Ce pot și ce nu pot face este reglementat în Codul penal, Codul de procedură penală și legislația poliției.

💡 Important: Aveți dreptul să solicitați cartea de identitate a polițistului și să notați detaliile acestuia. Acest lucru este important dacă doriți să depuneți ulterior o plângere penală. De asemenea, este întotdeauna util să cereți trecătorilor să observe situația. Astfel, veți avea și martori. Vă rugăm să rețineți: trebuie să depuneți o plângere penală în termen de trei luni de la incident. Puteți face acest lucru direct la biroul procurorului general. Nu trebuie să mergeți la poliție.

Lesbiene, homosexuali, bisexuali, trans* și inter* (LGBTI)

În Germania locuiesc împreună mulți oameni diferiți. Aceștia au religii diferite. Sunt de sexe diferite. Vin din țări diferite. Au opinii politice diferite. Au aceleași drepturi.

Acest lucru este valabil și pentru persoanele cu orientări sexuale sau identități de gen diferite: printre acestea se numără lesbienele, homosexualii, bisexualii, persoanele transsexuale și intersexuale. Pe scurt, aceștia sunt numiți LSTBI. În Germania, acestea au aceleași drepturi ca toate celelalte persoane.

În Germania există trei genuri. Acestea sunt "masculin", "feminin" și "divers". Oamenii își pot schimba genul în Germania. De asemenea, aceștia își pot schimba numele. În Germania, femeile au dreptul să iubească și să se căsătorească cu alte femei. În Germania, bărbații pot iubi și se pot căsători cu alți bărbați.

👥 Multe persoane LGBTI s-au refugiat în Germania pentru că au fost persecutate în țara lor de origine. Sunteți refugiat și sunteți lesbiană, homosexual, bisexual, transsexual sau intersexual? Atunci puteți contacta una dintre numeroasele organizații LGBTI din Germania. Acolo veți găsi sprijin. Puteți găsi datele de contact ale acestora la proiectul LSVD "Queer Refugees Deutschland". Veți găsi, de asemenea, informații suplimentare:

Federația Lesbienele și Homosexualilor din Germania (LSVD)

Proiectul "Queer Refugees Deutschland" (Refugiați homosexuali Germania)

🌐 www.queer-refugees.de

@ queer-refugees@lsvd.de

Trans*Beratung Weser-Ems oferă consiliere acceptabilă, independentă și profesională cu privire la toate aspectele legate de trans*gender și de identitatea de gen.

Aceștia oferă consiliere:

- persoanelor trans* (transgender, transsexuale, transidentice)
- Persoane care se întreabă dacă ar putea fi trans*
- rude și persoane asociate
- Persoane care sunt implicate profesional în acest subiect

Trans*Beratung Weser-Ems

☎ [0160/5889070](tel:01605889070)

@weser-ems@trans-recht.de
 <https://transberatung-weser-ems.de/>

În Lingen și Meppen se pot stabili întâlniri individuale de consiliere.

Persoane cu dizabilități

În Germania, aproape una din zece persoane are un handicap grav. Un număr mult mai mare de persoane au deficiențe de sănătate. Sau sunt bolnavi cronici. De exemplu, există persoane care nu pot vedea. Sunt orbi. Există persoane care nu pot auzi. Acestea sunt surde. Corpurile unor oameni sunt mai mici decât ale altora. Unele lucruri nu sunt atât de ușoare pentru ei. Nu poți să mergi de unul singur. Sau este mai dificil să faci o anumită muncă. Dar ar trebui, de asemenea, să poată participa în societate. Există măsuri de incluziune pentru acest lucru. De exemplu, ei primesc ajutor la locul de muncă. Sau copiii primesc sprijin special chiar înainte de a începe grădinița. Se numește intervenție timpurie.

Intervenția timpurie

Intervenția timpurie se adresează copiilor mici care au un handicap sau care ar putea dezvolta un handicap. De asemenea, îi ajută pe copiii care se dezvoltă mai lent decât alți copii în anumite domenii. Exemple de intervenție timpurie sunt Sprijin pentru vorbire, școală pentru vedere sau terapie de mișcare. Intervenția timpurie este disponibilă pentru copiii de la naștere până la vârsta școlară. Sprijinul timpuriu este important pentru a evita dizabilitățile sau pentru a minimiza consecințele dizabilităților.

Pediatrul dumneavoastră vă poate ajuta să găsiți intervenția timpurie. De asemenea, puteți contacta autoritatea locală de sănătate.

Persoane cu handicap grav

Persoanele cu un grad de handicap de 50 sau mai mare pot obține un permis de conducere pentru persoane cu handicap grav. Există o serie de avantaje asociate cu acest card. De exemplu, reduceri de taxe. Și utilizarea redusă sau gratuită a autobuzelor și trenurilor. Beneficiile pe care le primește o persoană depind de tipul de handicap și de gradul de handicap. Puteți solicita un card pentru persoane cu handicap de la biroul de pensii.

Ghidul pentru familii oferă [aici](#) informații valoroase. Puteți afla care este gradul de handicap. Veți afla cine stabilește gradul de invaliditate. Și ce puteți face dacă nu sunteți de acord cu gradul dumneavoastră de handicap.

[Kontakt Daten des lokalen Versorgungsamtes einstellen]

Probleme bei der Inklusion

Cu toate acestea, există încă multe probleme în ceea ce privește integrarea persoanelor cu handicap. Pentru că oamenii nu sunt handicapați - ei sunt handicapați: Bancomatul care este prea înalt îi împiedică să poată colecta bani fără probleme. Scările sunt interzise pentru scaunele cu roțile. Iar fontul mic este o problemă pentru persoanele cu deficiențe de vedere. Vedeți pe cineva care ar putea avea nevoie de ajutor? Atunci întrebați dacă puteți ajuta.

Ghidul familiei oferă informații valoroase [.](#)

Libertatea religioasă

Libertatea religioasă se aplică în Germania. Aceasta este garantată de Legea fundamentală. Puteți să vă practicați credința așa cum credeți de cuviință, atât timp cât nu încălcați Legea fundamentală. De asemenea, nu puteți fi discriminat pe baza religiei dumneavoastră, de exemplu atunci când căutați un loc de muncă. Libertatea religioasă înseamnă, de asemenea, acceptarea convingerilor altora. Germania nu are o biserică de stat. Statul și religia sunt separate.

Aceasta înseamnă, de exemplu:

- Toți oamenii sunt liberi să își aleagă și să își practice propria religie și propriile convingeri.
- Toți oamenii au libertatea de a nu fi religioși. Oricine nu crede în Dumnezeu are dreptul să o spună public.
- Persoanele de religii și convingeri diferite se pot căsători între ele.
- Căsătoria este valabilă din punct de vedere juridic numai în fața oficiului de stare civilă. Căsătoriile încheiate exclusiv în cadrul unei religii nu sunt obligatorii din punct de vedere juridic în Germania.
- Legile religioase nu determină sistemul juridic din Germania.

Azil și refugiați

Acestea sunt doar informații de bază despre diverse subiecte. Există reguli și situații speciale care trebuie respectate. Este în continuare important să solicitați sfatul experților.

Statutul de rezident ca solicitant de azil

Toată lumea din Germania are o carte de identitate. Acest act de identitate ajută la identificarea persoanelor. Ca solicitant de azil, aveți nevoie, de asemenea, de o carte de identitate. Aceasta permite autorităților să vă recunoască statutul. Statutul dumneavoastră determină dacă vi se permite să lucrați sau nu.

Există 5 documente diferite:

1. dovada sosirii

Statut: Solicitant de azil

Context: Ați anunțat autoritățile că aveți nevoie de azil. Autoritățile v-au înregistrat în sistem. Cu toate acestea, nu ați depus încă o cerere de azil. Acest permis este valabil până când depuneți cererea. Depuneți cererea la Oficiul Federal pentru Migrație și Refugiați (BAMF).



2. permis de ședere

Statut: Solicitant de azil

Context: Ați depus o cerere de azil. Un grup de persoane va decide cu privire la cererea dumneavoastră. Acest lucru durează adesea foarte mult timp. Acest permis este valabil până la luarea deciziei. Biroul Federal pentru Migrație și Refugiați (BAMF) decide cu privire la cererea de azil. Cererea dumneavoastră a fost respinsă ca nefondată? Atunci puteți face apel împotriva acesteia. Puteți face acest lucru la instanța administrativă. În general, vi se permite să rămâneți în Germania până când instanța administrativă ia o decizie.

Acest permis spune dacă aveți voie să lucrați. Permisul spune unde puteți locui.

- Doriți să lucrați? Aveți nevoie de un permis pentru acest lucru? Puteți obține acest permis de la [Biroul de înregistrare a străinilor](#). Angajatorul dvs. sau dvs. ca angajat puteți solicita acest lucru.
- Doriți să găsiți un loc de muncă? Contactați [centrele de consiliere pentru migrație](#)
- Aveți nevoie de ajutor financiar? Mergeți la biroul de asistență socială din [localitatea în care locuiți](#)



3. Certificat fictiv

Statut: Refugiați recunoscuți

Context: Ați depus o cerere la autoritatea pentru străini. Această cerere este destinată prelungirii dreptului de ședere. Autoritatea eliberează apoi adesea un certificat. Acest certificat vă autorizează să rămâneți. Acest lucru este important deoarece cererea dumneavoastră nu a fost încă prelucrată.



4. permis de ședere

Statut: refugiat recunoscut

Context: Cererea dumneavoastră de azil a fost acceptată

Permisul de ședere este un titlu de ședere temporară. Se eliberează într-un scop specific.

- Puteți obține ulterior un drept de ședere permanentă (permis de stabilire)
- aveți acces nerestricționat la piața muncii
- [centrul pentru ocuparea forței de muncă](#) vă poate găsi un loc de muncă
- [autoritatea locală](#) vă [poate](#) acorda prestații sociale



5. toleranță

Statut: Persoană tolerată

Context: Cererea dumneavoastră de azil a fost respinsă

Șederea tolerată este acordată pentru o anumită perioadă de timp. Se acordă deoarece deportarea este temporar imposibilă.

- În general, este necesar un permis de muncă. Cererea se depune la [Biroul de înregistrare a străinilor](#).
- Doriți să găsiți un loc de muncă? Mergeți la [centrele de consiliere pentru migrație](#)
- Aveți nevoie de ajutor financiar? Mergeți la biroul de asistență socială din [localitatea](#) dumneavoastră



Cerere de azil

Dacă sunteți înregistrat în Germania și locuiți într-o locuință comună, aceștia sunt următorii pași pe care trebuie să-i urmați.

1. cerere personală de azil

- Depuneți o cerere de azil la **Oficiul Federal pentru Migrație și Refugiați (BAMF)**
- Consilierea pentru procedura de azil vă poate oferi informații importante pentru procedura de azil. Serviciul de consiliere pentru refugiați și integrare este responsabil pentru aceasta.
- **Important:** Puteți depune cererea doar personal. Nu puteți trimite această cerere prin poștă.
- Veți primi programarea și biroul BAMF responsabil cu dovada de sosire. Dacă nu ați primit o programare, adresați-vă managerului dumneavoastră de cazare

2. Prima programare pentru interviu (cerere de azil)

3. interviul personal

A doua programare pentru interviu este interviul propriu-zis. BAMF va decide apoi asupra cererii dumneavoastră de azil. Acesta vă va trimite o decizie. Decizia va fi explicată în detaliu.

a) Decizia este negativă

- În cazul în care decizia este negativă și doriți să o contestați (adică nu sunteți de acord cu ea), mergeți imediat la [centrul de consiliere în materie de migrație](#). Acesta va discuta cu dvs. ce puteți face și vă poate pune în legătură cu avocați specializați. De exemplu, puteți introduce o acțiune în justiție împotriva deciziei.
- Ați prefera să părăsiți țara în mod voluntar? Atunci puteți primi sprijin financiar pentru un nou început în țara dumneavoastră de origine. Mergeți la serviciul de [consiliere pentru returnare](#) sau la [autoritatea pentru străini](#).

b) Decizia este pozitivă, adică vi se recunoaște dreptul la protecție. Următorii pași sunt

Permis de ședere: Ați primit decizia pozitivă a BAMF. În acest caz, trebuie să solicitați imediat un permis de ședere. Îl puteți obține de la [Biroul de înregistrare a străinilor](#).

Azilul familial și protecția internațională a membrilor de familie

Ați primit azil în Germania. Un membru al familiei dumneavoastră are, de asemenea, nevoie de azil. Puteți depune o cerere la [BAMF](#). Membrului dumneavoastră de familie i se va acorda statutul de persoană cu drept de protecție.

În sensul azilului familial, membrii familiei includ

- Soții sau partenerii înregistrați,
- copiii necăsătoriți care sunt minori,
- părinții copiilor minori necăsătoriți,
- alți adulți care au în custodie copii minori necăsătoriți,
- frații minori necăsătoriți ai minorilor.

💡 Părinții trebuie să aibă custodia copiilor lor. Prin urmare, aceștia trebuie să fie în măsură să aibă grijă de copiii lor.

Doriți să vă aduceți soțul sau soția în Germania? Trebuie să fiți deja căsătoriți în țara dumneavoastră de origine. În acest caz, soțul sau soția dumneavoastră poate primi, de asemenea, azil. Căsătoria trebuie să fie recunoscută de Germania. Cererea de azil trebuie să fie depusă înainte sau în același timp cu cererea dumneavoastră. Trebuie să aveți dreptul la protecție.

Născut în Germania:

Ați depus deja o cerere de azil? Ați avut ulterior un copil în Germania? Se poate depune o cerere de azil separată pentru copilul dumneavoastră. Informați Oficiul Federal pentru Migrație și Refugiați cu privire la naștere. De asemenea, puteți informa Biroul de înregistrare a străinilor. În acest caz, cererea de azil este considerată automat ca fiind depusă. Părinții pot depune propriile motive de azil pentru copilul lor. Dacă nu fac acest lucru, se aplică aceleași motive ca și în cazul părinților. În cazul unei decizii negative a Oficiului Federal, este posibilă și o cale de atac.

De asemenea, și pentru protecția copilului, copiii minori nu vor fi și nu trebuie să fie returnați separat de părinții lor în cazul unei decizii negative.

Informații suplimentare pot fi găsite direct la BAMF.

 [Site web privind reîntregirea familiei \(BAMF\)](#)

Consiliere în materie de azil

Serviciul de consiliere pentru azil consiliază persoanele care au solicitat azil. De asemenea, puteți merge la serviciul de consiliere dacă sunteți un nou imigrant cu statut de rezident permanent.

Solicitanții de azil și refugiații pot solicita consiliere cu privire la probleme cotidiene. Consilierii vă ajută cu privire la următoarele subiecte:

- Procedura de azil - furnizarea de informații și răspunsuri la întrebări
- Informații despre legislația germană
- Ajutor și consiliere cu întrebări despre autorități
- Găsirea serviciilor locale
- Orientarea la fața locului
- Consiliere și ajutor cu privire la problemele de zi cu zi
- Consiliere privind programele de integrare (cum ar fi cursuri de limbi străine)
- Consiliere cu privire la întrebări legate de reîntregirea familiei
- Trimiterea persoanelor către alte servicii specializate
- Sunteți persoana de contact pentru voluntari. Aceștia răspund la întrebări specializate privind procedura de azil

 Doriți consiliere înainte de interviul dvs. personal? Aveți întrebări cu privire la procedura de azil? Puteți obține consiliere de la serviciul de [consiliere privind procedura de azil](#).

 Aveți un drept de ședere sigur? Atunci serviciul de [consiliere în materie de migrație](#) vă poate ajuta. Acesta consiliază adulții. Familiile pot, de asemenea, să ceară ajutor acolo.

 Sunteți sub vârsta de 27 de ani? Atunci [Serviciul de migrație a tinerilor](#) este locul potrivit.

Voluntariat

Ce este munca voluntară

Ce înseamnă să fii voluntar?

Voluntariatul înseamnă să lucrezi pentru alți oameni sau pentru o cauză. Aceste persoane fac voluntariat în timpul lor liber. De obicei, ei nu sunt plătiți pentru acest lucru. Acest lucru mai este denumit și: bürgerschaftliches Engagement sau muncă voluntară. Munca voluntară este importantă pentru comunitate. Construiește încredere și solidaritate. Promovează sentimentul de asumare a responsabilității pentru societate.

Ce pot face eu?

- Ajutați persoanele în vârstă
- Sprijinirea persoanelor cu handicap
- Să ajut vecinii
- Să ajuți persoanele care au avut experiența zborului
- Să lucrez într-o asociație
- Ajutor la un adăpost de animale

Mulți oameni fac muncă voluntară în asociații și Verbände. Asociațiile și Verbände sunt foarte importante în Germania. Acestea reunesc oameni cu aceleași interese și hobby-uri. Ele oferă oamenilor posibilitatea de a dezvolta obiective comune.

Aceste obiective pot fi de diferite tipuri:

- Activități de petrecere a timpului liber
- Angajament față de cei nevoiași și dezavantajați
- Protecția naturii
- Contactul cu persoane care gândesc la fel

Există cluburi sportive, cluburi de muzică, societăți de patrimoniu local, cluburi de tir, organizații de protecție a animalelor, asociații culturale, asociații bisericești și multe altele. Puteți cunoaște oameni prin muncă voluntară, de exemplu în cadrul cluburilor. Acest lucru vă permite să vă integrați bine în noua dvs. casă. Aveți întrebări despre voluntariat în Emsland? Puteți găsi persoanele de contact [aici](#).

De ce să acceptați munca voluntară?

Persoanele care fac voluntariat au adesea diferite motive pentru a face acest lucru.

- A ajuta este distractiv și te face fericit.
- Voluntariatul creează un sentiment de comunitate.
- Puteți face ceva bun pentru societate.

- Se pot stabili contacte și chiar se pot dezvolta prietenii.
- Consolidarea încrederii în sine.
- Voluntariatul vă va îmbunătăți propriile abilități sociale.
- Puteți dobândi cunoștințe și experiență și le puteți transmite altora.
- Voluntariatul vă poate aduce beneficii și pe plan profesional.
- Dacă faci ceva bun pentru oameni, primești multe în schimb.

Persoane de contact

Districtul de servicii voluntare din Emsland

Doriți să faceți muncă voluntară?

Aceasta înseamnă munca sau asistența pe care o acordați în mod voluntar. Munca nu are scop lucrativ. De regulă, nu primiți niciun ban pentru aceasta. Această activitate poate fi asimilată cu munca voluntară. De asemenea, poate fi asimilată cu angajamentul civic. În Germania există peste 30 de milioane de persoane care fac acest tip de muncă.

Ce face serviciul de voluntariat al districtului Emsland?

Serviciul de voluntariat oferă diferite forme de sprijin:

- Este acolo pentru a răspunde la întrebări despre voluntariat.
- Oferă [cursuri de perfecționare și finanțare](#) pentru voluntari.
- Oferă [verificări ale asociației](#).
- Planifică și ajută la realizarea de [proiecte](#).
- Acordă [cardul de voluntar](#) din Saxonia Inferioară.
- Este activă în diverse [rețele](#).

Serviciul de voluntariat își propune să încurajeze oamenii să facă voluntariat. Serviciile sale sunt menite să îmbunătățească condițiile și să sprijine interesele voluntarilor.

Persoană de contact: Serviciul de voluntariat:

 Sandra Rickermann

 [Ordeniederung 1, 49716 Meppen](#)

 [05931/441215](tel:05931/441215)

 @ehrenamt@emsland.de

 www.ehrenamt-emsland.de

Agenții de voluntariat în districtul Emsland

Peste tot în Emsland există oameni care vă pot ajuta să găsiți poziția de voluntar potrivită. Acești oameni pot fi găsiți în agențiile de voluntariat și în centrele de voluntariat.

Puteți găsi persoanele de contact [aici](#):

Persoane de contact apropiate de domiciliu

În majoritatea primăriilor există persoane care pot oferi informații despre voluntariat.

Puteți găsi persoanele de contact [aici](#).

Voluntariat cu districtul Emsland

Iată câteva exemple de cum vă puteți implica ca voluntar în districtul Emsland:

Consiliere pentru locuințe

Angajamentul față de o locuință în care toată lumea se poate descurca bine.

Consilierii pentru locuințe arată cum poate arăta o locuință în care nu există trepte sau praguri. Ei explică ce schimbări pot fi făcute pentru a face viața acolo mai ușoară și mai sigură. De exemplu, rampele sau șinele de susținere îi pot ajuta pe oameni să se simtă mai în siguranță. Acest lucru este deosebit de important pe măsură ce îmbătrâniți și aveți nevoie de sprijin. Consilierii pentru locuințe vin personal la dumneavoastră acasă și vă ajută să aflați cum poate fi locuința dumneavoastră mai bună și mai sigură. De asemenea, aceștia oferă informații cu privire la modul în care totul poate fi finanțat și vă ajută cu procesul de solicitare. Consilierii imobiliari multilingvi ajută la eliminarea barierelor lingvistice în comunicare. Aceștia sprijină persoanele cu și fără un trecut migrator în rezolvarea problemelor legate de locuințe.

Pentru a deveni consilier voluntar pentru locuințe, voluntarii trebuie mai întâi să urmeze o formare online pentru a deveni consilieri pentru locuințe. Această formare este gratuită pentru voluntari și durează cinci luni. Aceasta corespunde la cincizeci de unități de predare. În cadrul unei teme pentru acasă, voluntarii realizează o sesiune de consiliere privind locuința la alegerea lor. Aceasta este urmată de o fază practică. În timpul acestei faze, voluntarii sunt însoțiți de consilieri în domeniul locuințelor cu experiență și beneficiază de formare suplimentară în domeniul consilierii în domeniul locuințelor.

Sunteți interesat de această activitate de voluntariat? Dacă sunteți multilingv, sunteți binevenit. Atunci luați legătura cu:

Seniorenstützpunkt Landkreis Emsland

 05931 44-1267

@

seniorenstuetzpunkt@emsland.de



<https://www.emsland.de/wohnberatung>

Ghizi media și tehnologici

Însoțiți persoanele în vârstă în drumul lor către lumea digitală

Ghizii media și tehnologici sunt voluntari care ajută persoanele în vârstă să cunoască mai bine lumea digitală și să o folosească în siguranță. De exemplu, ei îi ajută pe vârstnici să folosească un telefon mobil sau o tabletă. Oferă sprijin în utilizarea rețelelor de socializare sau în căutarea de informații pe internet. Se deplasează la domiciliul persoanei vârstnice sau la casa de îngrijire și oferă consiliere și sprijin simplu și prietenos. Aceștia ajută persoanele în vârstă să utilizeze tehnologia bine și în siguranță.

Ghizii media și tehnologici voluntari primesc inițial o formare. Aceasta durează în total 27 de ore și este gratuită pentru ei. Aici ei învață despre aplicațiile utile de zi cu zi pentru persoanele în vârstă. De asemenea, ei află de ce au nevoie persoanele în vârstă pentru învățare și viață, cum să utilizeze internetul în siguranță și cum să își protejeze datele personale. Cu aceste cunoștințe, ghizii media și tehnologici pot ajuta persoanele în vârstă, indiferent dacă au sau nu un trecut în domeniul migrației.

Doriți, de asemenea, să vă implicați și să le arătați persoanelor în vârstă lumea digitală pe bază de voluntariat? De asemenea, este foarte avantajos în această activitate de voluntariat dacă sunteți multilingv. Atunci luați legătura cu:

Seniorenstützpunkt Landkreis Emsland

☎05931 44-2263

@

seniorenstuetzpunkt@emsland.de

🌐<https://tinyurl.com/53mf5ujf>

DUO - Sprijin pentru cetățenii în vârstă

Angajamentul de a lucra cu persoanele în vârstă

Voluntarii multilingvi însoțesc, în limba lor maternă, persoanele în vârstă cu și fără un trecut migrator. De exemplu, în calitate de însoțitori pentru vârstnici. Ei îi ajută pe vârstnici în viața de zi cu zi, de exemplu la vizite la medic sau la cumpărături. Petrec timp cu ei și organizează împreună activități de petrecere a timpului liber pentru persoanele în vârstă cu și fără un trecut migrator.

În cadrul unui curs de 30 de ore de lecții și 20 de ore de muncă practică, voluntarii învață tot ceea ce este important atunci când însoțesc persoane în vârstă. Acest curs este gratuit pentru voluntari. Aici ei învață lucruri precum: Cum să vorbești cu persoanele în vârstă? Ce se schimbă la bătrânețe? Cum se organizează viața de zi cu zi a persoanelor în vârstă? Care sunt implicațiile fiscale și de asigurare ale voluntariatului?

Doriți să deveniți activi în această activitate de voluntariat? Este un avantaj dacă vorbiți mai multe limbi. Atunci luați legătura cu:

Seniorenstützpunkt Landkreis Emsland

☎05931 44-2263 oder 1267

@seniorenstuetzpunkt@emsland.de

🌐<https://www.emsland.de/duo-seniorenbegleitung>

Sprachmittlerpool

De către persoane cu o istorie de migrație - pentru persoane cu o istorie de migrație

Unii imigranți se tem să profite de serviciile oferite de instituții deoarece au dificultăți cu limba germană. Sprachmittlerpool Districtul Emsland a înființat pentru a le oferi acces la serviciile oferite de administrația districtului. Aici lucrează mediatori lingvistici voluntari care au ei înșiși experiență în domeniul migrației. Ei însoțesc conversațiile în limba lor maternă. Ei ajută la depășirea barierelor lingvistice și culturale și la evitarea neînțelegerilor. Prin angajamentul lor, ei contribuie la egalitatea de șanse și consolidează responsabilitatea personală a imigranților.

Pentru această poziție voluntară, aveți nevoie de cunoștințe foarte bune de limba dvs. maternă și, de asemenea, de cunoștințe foarte bune de germană (cel puțin nivelul B2). De asemenea, este important să fiți de încredere, discret și răbdător. Există cursuri de formare regulate și întâlniri de schimb la care puteți participa.

Pentru activitatea dumneavoastră voluntară în calitate de mediator lingvistic, veți primi o indemnizație de cheltuieli și rambursarea cheltuielilor de deplasare pentru misiunile dumneavoastră.

Sunteți interesat să sprijiniți cu traducerile dvs. persoanele cu origini migrante a căror limbă o vorbiți și o înțelegeți bine în relațiile cu autoritățile și în consiliere? Atunci luați legătura cu noi:

Koordinierungsstelle für Migration und Teilhabe - Landkreis Emsland

☎ 05931 44-2214 oder 05931 44-1214

@stephanie.abdel-naby@emsland.de oder anita.kloster@emsland.de

Ghizi de integrare

Însoțiți și sprijiniți imigranții pe parcursul călătoriei lor în Germania

Ghizii de integrare sunt femei și bărbați din diferite țări care ajută voluntar noii imigranți. Adesea, ei înșiși au trecut prin experiența de a se muta într-o țară nouă și știu cât de dificil poate fi. Datorită experienței lor, ei sunt buni consilieri și susținători. Ei sprijină persoanele cu o istorie de migrație în integrarea lor lingvistică, profesională și socială în Germania. Ei îi ajută pe oameni să se regăsească în noul lor mediu. Le explică totul pe plan local și le arată, de exemplu, unde pot merge la cumpărături, unde pot găsi birourile publice importante sau cum să ajungă la medic. De asemenea, îi ajută să își găsească un loc de muncă. În acest fel, ei ajută persoanele care au sosit recent în Germania pe drumul către o viață independentă și activă și să se simtă ca acasă aici.

Pentru a putea fi voluntar ca ghid de integrare, trebuie mai întâi să urmați un curs cu o durată totală de 30 de ore. Cursul este gratuit. Aici veți învăța noțiuni de bază importante pentru activitatea dumneavoastră de voluntariat, cum ar fi cum să vorbiți bine unii cu alții, cum să vă adaptați la alte culturi și cum să reflectați asupra propriei persoane. Veți primi apoi un certificat. Plasamentele sunt organizate de cluburi, asociații sau autorități locale. Există, de asemenea, întâlniri regulate în cadrul cărora toată lumea poate face schimb de idei și sunt oferite ateliere de lucru.

De asemenea, vă plac comunicarea și diversitatea socială? Doriți să ajutați și să sprijiniți persoane cu o istorie de migrație în perioada lor inițială de sosire în Germania? Aveți propriile

dvs. experiențe de migrație, vă simțiți bine integrat și doriți să împărtășiți experiențele dvs. cu alții? Atunci luați legătura cu noi:

Koordinierungsstelle für Migration und Teilhabe - Landkreis Emsland

☎ 05931 44-2214 oder 05931 44-1214

@stephanie.abdel-naby@emsland.de oder anita.kloster@emsland.de

Stabilirea contactelor inițiale

Locurile de întâlnire sunt pentru toți noii veniți - pentru oameni din toate culturile și generațiile. Faza de tranziție după o mutare este o provocare pentru toată lumea. Pentru a vă înțelege bine într-un loc nou, aveți nevoie de contacte și rețele. Locurile de întâlnire sunt locuri care pot oferi îndrumare inițială în timpul acestei prime perioade de sosire.

Unde pot găsi locuri de întâlnire?

Café International Meppen

📍 [Kirchstraße 5-6, 49716 Meppen](#)

@raphael.migura@awo-ol.de

☎ [+4959315988173](tel:+4959315988173)

☎ [+49 \(0\) 15151308199](tel:+49(0)15151308199)

🕒 Luni - sâmbătă 15:00 - 18:00

Willkommensbüro Lingen

📍 [Große Straße 19, 49808 Lingen](#)

@willkommen@lingen.de

☎ [+495919144734](tel:+495919144734)

🌐 <https://tinyurl.com/willkommensbuero-lingen>

🕒 Marți 15:00 - 17:00 și miercuri 11:00 - 13:00, programări suplimentare și consiliere detaliată la cerere

Haus Global Papenburg

📍 [Kirchstraße 48, 26871 Papenburg](#)

@Migration@drk-emsland.de

 [+49 \(0\) 496191232025](tel:+49(0)496191232025)

 <https://tinyurl.com/haus-global>

 Luni și joi 14:30 - 16:00 Consiliere și informații suplimentare

Cafenea cu povești

MY Turn Emsland

Vă puteți exersa cunoștințele de limbă germană în cafenelele cu povești. Aici puteți discuta cu alte femei la o ceașcă de cafea sau ceai.

Cafenelele cu povești au loc la date selectate într-un loc diferit din Emsland și sunt gratuite. Acesta nu este un curs de limbă și este voluntar. Nu trebuie să vă înscrieți, ci puteți pur și simplu să veniți și să vă aduceți prietenii.

[Aici](#) puteți afla când și unde va avea loc următoarea cafenea cu povești.

De asemenea, puteți găsi și **alte locuri de întâlnire în** apropierea locuinței dumneavoastră. Informați-vă la [municipalitatea locală](#).