

Índice de Contenidos

Bienvenido a Ingolstadt	10
Saludos	10
Nota de género = descargo de responsabilidad en materia de género	11
Datos de interés sobre Ingolstadt	11
Información estadística de la ciudad de Ingolstadt	12
Datos geográficos de la ciudad de Ingolstadt	14
Ingolstadt y sus ciudades hermanadas	14
"Ingolstadt_live": la nueva plataforma de ocio y experiencias	15
Alianza de Ingolstadt para la Democracia, la Diversidad y la Tolerancia	17
Plano de Ingolstadt	17
Aplicaciones y sitios web sobre la vida en Alemania	17
Aplicaciones y portales para la vida cotidiana	18
Bienvenido a Integreat	20
Integreat en lenguaje de signos (Vídeo)	21
Mejorando Integreat: Comunidad Integreat	21
Comentarios	21
Oficinas importantes en Ingolstadt	21
Fechas, oficinas, documentos	21
Oficina de Extranjeros y Migración Ingolstadt	22
Bürgeramt - Servicio de atención al ciudadano - Información general	23
Oficina de Asistencia Social de Ingolstadt	24
Centro de empleo de la ciudad de Ingolstadt	28
Agencia de Empleo de Ingolstadt	30
Asuntos relacionados con el seguro obligatorio de pensiones	31
Registro civil de Ingolstadt	33
Oficina de Juventud y Familia de Ingolstadt	34
Oficina de Atención a la Infancia y Educación Ingolstadt	35
¿Has perdido algo?	37
Oficina del permiso de conducción y matriculación de vehículos	37
Centro de asistencia Ingolstadt	39
Distrito de Alta Baviera	40
Distritos bávaros	41
Servicio de vigilancia del tráfico (VÜD)	43
Últimas noticias	44
Jornada de natación femenina en la piscina cubierta de Südwest	44
Cuidado con los falsos empleados de COM-IN y GWG	45
Novedades en Ingolstadt: ocio, eventos y consejos de un vistazo.	45
Documentos de identidad y fotos de pasaporte: Cambios a partir de mayo de 2025 en Alemania	46
Los nuevos mapas de rutas escolares están aquí	47
Expediente electrónico del paciente (ePA)	48
Horarios y días festivos Baviera	49
Vacaciones escolares y días festivos	51
Trace the Face - Servicio de búsqueda de familiares desaparecidos de DRK	52
Ayuda en caso de emergencia	52
Números de emergencia - SOS	52
Servicio de urgencias médicas, servicio de urgencias farmacéuticas	53
Policía	54
Cómo protegerse de los defraudadores	54

Policía en Alemania	55
Comisaría de Ingolstadt	56
Protección civil	56
Aviso por sirena y altavoz	56
Aplicaciones de protección civil	57
Consejos de seguridad para bañarse en el lago y el río	59
Consejos de seguridad para el hielo en el lago y en el río	60
Traumatismos, crisis agudas y estrés psicológico	62
Ayuda contra la violencia y los malos tratos - ¿Es usted una mujer necesitada?	64
Intercambios y redes	68
Problemas familiares	71
Apoyo a niños y jóvenes	71
Apoyo a hombres y niños	72
Médicos del Mundo - Centro de asesoramiento de Múnich	74
Ayuda en caso de problemas de vivienda, ayuda en caso de desamparo inminente, ayuda a las personas sin hogar	75
Apoyo, asesoramiento y ayuda en caso de matrimonio forzado (inminente)	80
"Diviértete - celebra con seguridad"	81
Convivencia en Alemania	83
Breve descripción de Alemania	84
Alianza de Ingolstadt para la Democracia, la Diversidad y la Tolerancia	84
Derechos fundamentales	85
Estado de Derecho	86
Libertad personal	87
Igualdad de derechos entre hombres y mujeres	88
Derechos del niño	89
Derechos del niño: asesoramiento y ayuda	91
Derechos de la mujer	92
Trabajo y salarios	92
MGF: mutilación genital femenina	92
Interrupción del embarazo	94
Violencia doméstica	96
Derechos LGBTQIA	97
No violencia / integridad física	98
Justicia social	98
Libertad de expresión	100
Libertad religiosa	101
Alemania de la A a la Z	102
Policía	102
Responsabilidades de la policía	102
Derechos frente a la policía	103
Naturalización	104
Antidiscriminación e inclusión	106
Experiencias de discriminación	107
¿Qué pueden hacer los refugiados queer contra la violencia y el acoso?	108
Libertad religiosa	109
Responsable de Inclusión de la ciudad de Ingolstadt	110
Consejo de Inclusión de la ciudad de Ingolstadt	111
Derecho electoral alemán y bávaro, derecho de voto de los extranjeros, elecciones a la UE	112
Extranjeros Derecho de voto / Extranjeros UE / Extranjeros no UE	112

Elecciones municipales en Baviera	113
Elecciones federales / estatales / de distrito	114
Elecciones europeas	116
Referendos y plebiscitos en Baviera	118
Participe en la sociedad de la ciudad como voluntario	118
Participa ahora en las elecciones del Parlamento Juvenil	120
¿Quién es extranjero en Alemania?	122
Refugiados	122
Inscripción	122
Solicitar asilo	123
Estatuto de residencia	126
Alojamiento para refugiados en Ingolstadt	128
¿Qué es un centro ANKER?	128
Asesoramiento sobre refugiados e integración en ANKER	129
Asesoramiento independiente sobre el procedimiento de asilo (AVB)	129
Ofertas en las instalaciones de ANKER	130
Alojamiento de seguimiento	131
Tasas por el uso de locales municipales de asilo	132
Vivienda de transición	132
Residencia privada	134
Prestaciones en virtud de la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo (AsylbLG)	135
Prestaciones de la AsylbLG	135
Tarjeta de pago para solicitantes de asilo	138
Su camino hacia nosotros - Datos de contacto Oficina de Asuntos Sociales	140
Asistencia médica	140
Fondo de planificación familiar	142
Oportunidades laborales (AGH)	143
IngolstadtPass	144
Información para refugiados: ¿Cuándo puedo trabajar?	146
Menores refugiados no acompañados	148
Asilo familiar y protección internacional para los miembros de la familia	149
Rastrear el rostro - Servicio de rastreo DRK	149
Motivo de la huida queer: Queer Refugees Germany	150
Migración - Nacionales de la UE	151
Residencia de nacionales de la UE	151
Ciudadanos de la UE sin trabajo	152
Requisitos para ejercer una actividad remunerada en Alemania	153
Reagrupación familiar o reagrupación familiar	154
Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho laboral y social	155
Migración - Nacionales de terceros países	157
Extranjeros: formación profesional y estudios	157
Formación profesional en Alemania	158
Estudiar en Alemania	160
Nacionales de terceros países - Trabajar en Alemania	163
Afluencia de trabajadores cualificados con formación profesional y personas con conocimientos profesionales prácticos	163
Para los empresarios	165
Para profesionales	165
Tarjeta azul UE Alemania	167
Residencia permanente	168
Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho laboral y social	169

Reagrupación familiar con nacionales de terceros países	171
Procedimiento de asilo	172
Ucrania	173
Información sobre la guerra en Ucrania	173
Información oficial de entrada	173
Centro de empleo de la ciudad de Ingolstadt	173
IngolstadtPass	175
Educación y participación	176
Prestaciones para los refugiados sin certificado ficticio / permiso de residencia	177
Prestaciones para los refugiados con un certificado / permiso de residencia ficticios	179
Preguntas sobre la renta ciudadana - ayuda a la renta básica	180
Aprender alemán	182
Agencia de empleo de Ingolstadt	183
Vehículos ucranianos y permiso de conducir	185
Vehículos con matrícula ucraniana	185
Permiso de conducir ucraniano	185
Servicios de asesoramiento	186
Café Internacional	188
Actos en los centros de barrio Augustinviertel y Monikaviertel	190
IN VIA - Ofertas para mujeres - La vida en Baviera	191
Asesoramiento y apoyo	192
Brújula social de Ingolstadt: guía de ayudas, asistencia y servicios	192
¿Qué es un centro de asesoramiento?	193
Centros especiales de asesoramiento para inmigrantes	194
¿Qué hace el servicio de asesoramiento sobre refugiados e integración?	195
Asesoramiento sobre refugiados e integración en ANKER	196
Asesoramiento sobre migración para inmigrantes adultos (mayores de 27 años)	197
Asesoramiento sobre migración para jóvenes	199
Menores refugiados no acompañados	200
MiMi - Con los emigrantes para los emigrantes (MiMi-Bayern)	201
Ayuda en caso de problemas de vivienda, ayuda en caso de desamparo inminente, ayuda a las personas sin hogar	202
Centros de asesoramiento sobre deuda privada e insolvencia privada - Cuenta de protección de embargo	206
Reconocimiento de títulos extranjeros	207
Lucha contra la discriminación, asesoramiento a las víctimas	209
B.U.D. - Asesoramiento. Apoyo. Documentación para víctimas de la violencia de extrema derecha	209
Centro contra la discriminación de la ciudad de Ingolstadt	210
Experiencias de discriminación	211
¿Qué pueden hacer los refugiados queer contra la violencia y el acoso?	212
Asesoramiento y contactos para personas queer - LSBTQIA+	213
Asesoramiento y ayuda en casos de violencia, malos tratos, crisis y matrimonio forzado	215
Apoyo, asesoramiento y ayuda en caso de matrimonio forzado (inminente)	215
Ayuda contra la violencia y los malos tratos - ¿Es usted una mujer necesitada?	215
Traumatismos, crisis agudas y estrés psicológico	219
Intercambios y redes	221
Problemas familiares	224
Motivo de la huida queer: Queer Refugees Germany	224
Regreso al país de origen	225
Ayuda de voluntarios	226

Centros de idiomas en Ingolstadt	226
Consejo de Migración de Ingolstadt	228
Guías de integración a tiempo completo de la ciudad de Ingolstadt	230
Grupo Amnistía Internacional Ingolstadt	231
Participe en la sociedad de la ciudad como voluntario	231
Información importante en Internet	233
Rastrear el rostro - Servicio de rastreo DRK	234
Salud	234
Información general sobre salud	234
Información general para inmigrantes y extranjeros	235
Emergencia	237
Medicamentos y farmacias	238
Seguro de enfermedad	239
Expediente electrónico del paciente (ePA)	240
Visita al médico y al hospital	241
Números de emergencia - SOS	244
Centros de asesoramiento y ofertas de ayuda	245
Ayuda contra la violencia y los malos tratos - ¿Es usted una mujer necesitada?	245
aplicación breastcare	249
MiMi - Con los emigrantes para los emigrantes (MiMi-Bayern)	249
Centros de asesoramiento para personas necesitadas de cuidados y sus familiares	250
Responsable de Inclusión de la ciudad de Ingolstadt	252
Médicos del Mundo - Centro de asesoramiento de Múnich	254
Ayuda médica a los refugiados	255
Embarazo y parto: asesoramiento, apoyo, ayuda	257
¿Qué hay que tener en cuenta durante el embarazo y el parto?	257
Información general sobre el embarazo y el parto	261
Contactos para el asesoramiento sobre el embarazo y el asesoramiento sobre el conflicto del embarazo	263
Anticoncepción y planificación familiar	265
Salud infantil	266
Traumatismos, crisis agudas y estrés psicológico	267
Cuidados paliativos	269
Guía familiar para personas con discapacidad	271
Enfermedades infecciosas Higiene Protección	271
Semanas bávaras de pruebas del VIH	272
Atención: Garrapatas en Ingolstadt	272
Grupos de autoayuda en Ingolstadt	274
Particularidades en caso de accidente laboral	275
Centros de asesoramiento sobre delegación de la asistencia sanitaria / directiva asistencial / asistencia jurídica	276
Apoderamiento sanitario o poder notarial / directriz de cuidados	277
Centro especializado en centros de asistencia y discapacidad - Desarrollo y supervisión de la calidad (FQA)	278
Centro de asistencia Ingolstadt	279
Alemán	280
Nivel de idiomas y certificados	280
Fases del nivel lingüístico: ¿A1, A2, B1, B2, C1 o C2?	281
Cursos de idiomas	284
Cursos de orientación inicial	284
Cursos profesionales de idiomas (DeuFöV)	285

Cursos de idiomas y estudio en línea	285
Materiales de apoyo y aprendizaje (bibliotecas)	287
Agencias de traducción e intérpretes	288
Encuentre un mediador lingüístico - conviértase usted mismo en mediador lingüístico	289
Ofertas en línea del Goethe-Institut	290
Aprenda alemán usted mismo sin necesidad de un curso	291
Aprender alemán sin cursos	291
Centros de idiomas en Ingolstadt	293
Tutoría lingüística y grupos de práctica con voluntarios	295
Intercambios y redes	296
Café Internacional	299
Ofertas gratuitas en línea	300
Cuentos de hadas en lenguaje fácil	301
Actos en los centros de barrio Augustinviertel y Monikaviertel	302
Café de idiomas para mujeres y familias, cursos de conversación gratuitos	303
Educación Formación Estudio	306
Reconocimiento de títulos extranjeros	306
Información sobre formación, trabajo y estudios	308
Formación profesional	308
Formación profesional en Alemania	308
Escuela de formación profesional	310
Estudiar	312
Estudiar en Alemania	312
Estudiar en una universidad	315
Financiación y becas	316
Aspectos básicos de la inmigración de mano de obra cualificada	317
Para los empresarios	317
Para profesionales	318
Para formación y estudios	320
Tarjeta azul UE Alemania	321
Trabajar en Ingolstadt	322
Iniciativa ucraniano-bávara - Encontrar trabajo	323
Desempleo	323
Preguntas sobre los ingresos de los ciudadanos - seguridad básica	323
Derecho de residencia	325
Ley de Residencia	325
Oficina de Extranjeros y Migración	326
Información sobre permisos de residencia de la IHK	326
Información de la Cámara de Industria y Comercio sobre inmigración y reconocimiento de cualificaciones profesionales extranjeras	327
Bolsa de trabajo	328
Centro de empleo de la ciudad de Ingolstadt	328
Agencia de Empleo de Ingolstadt	329
¿Cuándo puedo trabajar?	331
Ciudadanos de la UE, Noruega, Liechtenstein, Islandia y Suiza	331
Información para refugiados: ¿Cuándo puedo trabajar?	332
Nacionales de terceros países - Trabajar en Alemania	333
Afluencia de trabajadores cualificados con formación profesional y personas con conocimientos profesionales prácticos	334
Para los empresarios	335
Para profesionales	336

Tarjeta azul UE Alemania	337
Residencia permanente	338
Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho laboral y social	340
¿Cómo puedo buscar trabajo?	342
La aplicación	342
Contrato laboral	343
Reconocimiento de títulos extranjeros	345
Información sobre el reconocimiento profesional	345
Reconocimiento de títulos extranjeros	345
Reconocimiento de las profesiones de enfermería en Baviera	347
Reconocimiento de las profesiones sanitarias en Baviera	348
Reconocimiento de las profesiones autorizadas	349
Certificación oficial de certificados	350
Derecho laboral	351
Información general sobre Derecho laboral	351
Centro de Asesoramiento para una Integración Equitativa	352
Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho laboral y social	353
Creación de empresas y autoempleo	354
Derechos e impuestos	356
Pensiones y jubilación	357
Acceso al mercado laboral	360
Contrato laboral	362
Solicitudes y entrevistas de trabajo	364
Encontrar trabajo: asesoramiento y ayuda	366
Infancia, juventud y familia	367
Información básica sobre infancia, juventud y familia	367
Guardería	367
¿Qué es una guardería?	367
¿Cómo funciona una guardería?	368
¿Cómo encuentro plaza para mi hijo en una guardería?	369
Solicitar una licencia de guardería para niños	370
Ayuda económica: pago de las tasas y contribución de los padres	370
Escuela para niños de 6 a 18 años	370
Asesoramiento a padres, familias, niños y jóvenes	371
Prestaciones familiares	373
Subsidio familiar y subsidio familiar complementario	375
Fondo de planificación familiar	376
Actividades de ocio para niños y jóvenes	377
Lugares de encuentro para familias	379
IngolstadtPass	379
Educación y participación	381
Menores refugiados no acompañados	381
Asesoramiento familiar y educativo	382
Educación de padres y familias - Centros de apoyo familiar	384
Registro civil: punto de contacto para certificados y documentos	385
Programas para padres e hijos	386
Representante de la familia	386
Más tiempo para las familias: vacaciones y ocio	386
Vivir en Ingolstadt	388
Información general sobre el tema "Encontrar un piso"	388
Lista de comprobación para la búsqueda de vivienda	388

Alquiler y contrato de alquiler	389
Normas de la casa	390
Eliminación de residuos, reciclado, separación de residuos y depósitos	391
Energía y medio ambiente	393
Tasas de radiodifusión	394
Subsidio de vivienda	395
Certificado de derecho a la vivienda y notificación de reserva	397
Ayuda en caso de problemas de vivienda, ayuda en caso de desamparo inminente, ayuda a las personas sin hogar	399
Ayuda económica para vivienda de la oficina de empleo	404
Vida cotidiana y organización de la vida	405
Protección de los consumidores Centros de asesoramiento	406
Centro de Asesoramiento al Consumidor de Baviera	407
Asuntos financieros y contratos	408
Información básica sobre contratos	408
Cuenta bancaria, cuenta corriente	409
Seguros	410
Seguro privado de responsabilidad civil	411
Impuestos y declaraciones fiscales	411
Contratos y teléfonos móviles	413
Internet y WIFI gratuitos (hotspots gratuitos)	414
Movilidad	415
Transporte público y bicicleta	415
Aparcamiento en Ingolstadt	416
Visualización en directo de las estaciones de carga gratuitas a través de la aplicación SWI e-motion	418
Permiso de conducir y conducción de vehículos	421
Seguro de responsabilidad civil del automóvil	422
La matriculación de un coche o vehículo	422
Compartir coche - Coche de alquiler	422
Práctica religiosa en Ingolstadt	423
Ropa, hogar, alimentos	424
Tiempo de cosecha	426
¿Has perdido algo?	427
Aviso por sirena y altavoz	428
Aplicaciones de protección civil	429
Consejos de seguridad para bañarse en el lago y el río	430
Consejos de seguridad para el hielo en el lago y en el río	432
Cultura, ocio, deporte	434
"Ingolstadt_live": la nueva plataforma de ocio y experiencias	434
Bibliotecas	436
Más tiempo para las familias: vacaciones y ocio	438
Ofertas para mujeres	439
IN VIA - Ofertas para mujeres - La vida en Baviera	439
Jornada de natación femenina en la piscina cubierta de Südwest	440
Ofertas para mayores	441
Intercambios y redes	442
Saludable, en forma y activo en la vejez	446
Programas deportivos	446
Saludable, en forma y activo en la vejez	447
Historia y costumbres	448

Tiempo de cosecha	448
LGBTQIA+ Lesbianas, Gays, Bisexuales, Transexuales/Transgénero*, Queer, Inter* y Asexuales	449
¿Qué significa LGBTQIA+? Explicado de forma sencilla	449
Derechos LGBTQIA	450
Asesoramiento y contactos para personas queer - LGBTQIA+	451
Motivo de la huida queer: Queer Refugees Germany	453
¿Qué pueden hacer los refugiados queer contra la violencia y el acoso?	454
Más sitios web queer	455
Alianza de Ingolstadt para la Democracia, la Diversidad y la Tolerancia	455
Discapacidad (inclusión), asistencia y pensiones	456
Centros de asesoramiento sobre discapacidad e inclusión	457
Responsable de Inclusión de la ciudad de Ingolstadt	460
Guía familiar para personas con discapacidad	462
Mi hijo tiene una discapacidad o una enfermedad crónica	462
Centros de asesoramiento para niños pequeños, alumnos, aprendices y estudiantes con discapacidades	463
Centros de asesoramiento para personas necesitadas de cuidados y sus familiares	466
Centro especializado en centros de asistencia y discapacidad - Desarrollo y supervisión de la calidad (FQA)	469
Centro de asistencia Ingolstadt	470
Departamento de Sanidad: Asesoramiento a personas con discapacidad y a ancianos o enfermos crónicos.	471
Solicitar el abono para personas con discapacidad grave en Ingolstadt	472
Vacunación a partir de los 60: prevención para un envejecimiento saludable	473
EUTB: Asesoramiento para personas con discapacidad o enfermedades crónicas	473
Asuntos relacionados con el seguro obligatorio de pensiones	473
Consejo de Inclusión de la ciudad de Ingolstadt	476
Centros de asesoramiento sobre delegación de la asistencia sanitaria / directiva asistencial / asistencia jurídica	477
Apoderamiento sanitario o poder notarial / directriz de cuidados	478

Bienvenido a Ingolstadt

Seguro que tiene muchas preguntas sobre la vida en Ingolstadt.

Esta aplicación le ayudará a orientarse en la vida cotidiana. Le proporciona información importante sobre diversos temas.

La aplicación es una guía práctica. Sin embargo, no puede sustituir el asesoramiento y el apoyo personal.

Saludos

Bienvenido a Ingolstadt

Estimado nuevo ciudadano,

Nos alegramos de que haya llegado a una ciudad diversa y cosmopolita. Le damos una calurosa bienvenida y le invitamos a conocer Ingolstadt en todo su esplendor. La ciudad tiene mucho que ofrecer, ya sea para la familia, el ocio o el trabajo.

Ingolstadt está situada en el corazón de Baviera y es conocida por su universidad, la industria automovilística y un variado programa cultural. Parques, museos y eventos hacen que la vida aquí sea variada. También hay muchas oportunidades de participar activamente en los ámbitos de la educación, el deporte y los programas sociales.

Empezar en una ciudad nueva conlleva muchas preguntas. Esta aplicación le ayudará a orientarse rápidamente. Encontrará información importante sobre autoridades, vivienda, trabajo y salud. También hay consejos sobre actividades de ocio, cursos de idiomas y puntos de contacto para situaciones vitales especiales. La aplicación Integreat está diseñada para ayudarle a estar al tanto de todos estos servicios.

La aplicación Integreat es un punto de contacto digital para las personas que han huido o emigrado a Ingolstadt. Aquí muchas cosas pueden ser diferentes, desde los hábitos culturales hasta las normas sociales. Esta aplicación le ayuda a entender y conocer mejor la vida en Ingolstadt. Está diseñada para ayudarle a orientarse rápidamente y a sentirse bienvenido en nuestra ciudad. La información se ofrece en 18 idiomas.

En Ingolstadt viven personas de más de 140 naciones. La integración es un paso importante hacia una convivencia armoniosa. En Ingolstadt hay muchas personas comprometidas que estarán encantadas de ayudarle. Si tiene alguna pregunta, no dude en ponerse en contacto con las oficinas correspondientes.

En Ingolstadt hay muchas personas comprometidas y serviciales que trabajan en autoridades, organizaciones e instituciones. Estarán encantados de ayudarle con cualquier pregunta que tenga. No dude en ponerse en contacto con ellos si necesita ayuda, no entiende algo o tiene alguna sugerencia. Hay numerosas personas de contacto que pueden ayudarle.

El objetivo es que se sienta a gusto en su nuevo entorno y forme parte de nuestra sociedad.

Esperamos que se adapte rápidamente y que pronto establezca sus primeros contactos. Esperamos con confianza su futuro personal en nuestra ciudad común.

Le deseamos lo mejor para su futuro en Ingolstadt.

Tu equipo de Ingolstadt Integreat

Nota de género = descargo de responsabilidad en materia de género

Para facilitar la lectura del texto, no utilizamos al mismo tiempo los formularios para hombres, mujeres y diversos (h/m/d). Esto también ayuda a traducirlo automáticamente a muchos idiomas. Todas las expresiones para personas son válidas para todos los géneros.

El género, sobre todo en textos de lectura fácil, es un tema muy debatido. No hay consenso. Las formas especiales, como el guión bajo o el asterisco de género, no son adecuadas para los textos de lectura fácil, ya que interrumpen la fluidez de la lectura y dificultan la comprensión.

Datos de interés sobre Ingolstadt

Ingolstadt fue nombrada por primera vez en un documento hace más de 1200 años. Un documento de Carlomagno menciona un "lugar de Ingold" en la desembocadura del Schutter. Hacia 1250, la promoción se convirtió en ciudad. De 1392 a 1447, fue la capital residencial del Ducado de Baviera-Ingolstadt. En 1516 se proclamó aquí la Ley de Pureza de la Cerveza de Baviera. Y de 1472 a 1800, la ciudad fue sede de la primera universidad bávara de la Vieja Baviera.

Ingolstadt fue una pequeña ciudad caracterizada por la agricultura hasta mediados del siglo pasado. Pero entonces la industrialización se aceleró y con ella creció la población. Hoy en día, casi 140.000 personas viven en la segunda ciudad más grande de la Alta Baviera. Aquí encontrará todas las facilidades de un moderno centro regional. Ingolstadt ha conservado su antiguo encanto bávaro. Cuenta con amplias zonas verdes y parques. Además de varios lagos de baño, hay 2 piscinas cubiertas y los baños termales del Danubio.

En el casco antiguo se conservan numerosos edificios históricos. Reflejan la agitada historia de la ciudad hasta nuestros días. ¿Sabía que la familia de la reina francesa Isabeau residió en el Palacio Nuevo? Conoce la historia del Dr. Victor Frankenstein. Se dice que creó su monstruo en el Anatómico Viejo. ¿Por qué a los habitantes de Ingolstadt se les conoce también como los "Schanzer"?

Puede leer todo esto en nuestro folleto para nuevos residentes. Aquí encontrará mucha información, consejos prácticos, contactos, direcciones y números de teléfono.

Y no es sólo la ciudad lo que hace tan atractiva la vida aquí, en el corazón de Baviera. Ingolstadt está rodeada de paisajes culturales y bellezas naturales:

- los pantanos del Danubio entre Neuburg e Ingolstadt,
- la región productora de lúpulo de Hallertau, en el sur,
- el hermoso valle de Altmühltal, al norte de Ingolstadt.

Le esperan emocionantes recorridos para descubrir la ciudad y sus alrededores. ¿Quiere saber más sobre su nuevo hogar? Entonces visite nuestro Centro de Atención al Ciudadano o la Oficina de Turismo. Estarán encantados de ayudarle.

También encontrará mucha más información y consejos actuales en

www.ingo-lstadt.de

[Folleto para nuevos residentes](#) en Ingolstadt

[Ingolstadt - Wikipedia](#)

[Información turística de Ingolstadt](#)

Información estadística de la ciudad de Ingolstadt

Cifras sobre la ciudad (a 31/12/2024)

- Localización región metropolitana: Ingolstadt está situada en el corazón de Baviera. La ciudad está situada entre Múnich, Núremberg, Augsburg y Ratisbona.
- Población actual (registro de población, 31/12/2024): 145.445 habitantes
- Proporción "con experiencia migratoria personal o familiar": 50,5
- Ingolstadt es la segunda ciudad más grande de Alta Baviera y la quinta de Baviera.

Accesibilidad y nudo de transportes:

- La ciudad está situada en la autopista Múnich-Nuremberg (BAB 9).
- Tiene acceso a las carreteras federales 13 y 16.
- El nudo ferroviario ofrece una parada del ICE.
- Hay conexiones directas con Múnich, Núremberg, Ratisbona y Augsburg.

Número de matrícula del vehículo en Ingolstadt: IN

Historia:

- La primera mención documental se remonta al año 806.
- Hacia 1250 se le concedieron derechos de ciudad.
- Los duques bávaros residieron aquí de 1392 a 1447.
- La Universidad Estatal de Baviera existió desde 1472 hasta 1800.
- La Ley de Pureza de la Cerveza de Baviera se proclamó aquí en 1516.
- De 1827 a 1945, la ciudad fue fortaleza y guarnición.
- Desde 1989, Ingolstadt tiene más de 100.000 habitantes. Esto convierte a Ingolstadt en la ciudad más joven de Alemania.

Lugares de interés más importantes

- El castillo ducal del siglo XIII
- Iglesia parroquial de San Moritz de 1234
- Puerta de la Cruz de 1385
- Castillo nuevo de 1418
- Iglesia parroquial "Zur Schönen Unserer Lieben Frau" 1425
- Antigua anatomía 1735
- Asamkirche Maria de Viktoria 1736
- Teatro municipal con sala de fiestas (congresos) y salas de exposiciones 1966

[Museos:](#)

- Museo municipal en el Kavalier Hepp
- Museo Alemán de Historia Médica
- Museo de Arte y Diseño en Hormigón
- Museo del Ejército Bávaro - Palacio Nuevo
- Bávaro Museo del Ejército
- museo móvil Audi
- Asamkirche Maria de Victoria
- Museo Lechner
- Museo de maquinaria agrícola Hundszell
- Museo de la Policía de Baviera - Torre Triva
- Centro de Documentación de la Casa Marieluise Fleißer
- Museo de la Primera Guerra Mundial en el Reduit Tilly
- Museo de Historia Local Niemes & Prachatitz
- El [nuevo](#) Museo de Arte y Diseño del Hormigón se está [construyendo](#) en los terrenos de la antigua fundición, en el centro de la ciudad.
- Aquí puede encontrar el [mapa de la ciudad](#) con todos los museos y otras instituciones de Ingolstadt

Universidades en Ingolstadt

- Universidad Católica de Eichstätt-Ingolstadt con la Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales
- Universidad Técnica de Ingolstadt

Ferias y centros de exposiciones

- Centro de ferias y exposiciones Volksfestplatz
- Saturn Arena
- Sala de baile del teatro municipal de Ingolstadt

Ciudades y regiones hermanadas [Ingolstadt y sus ciudades hermanadas](#)

Datos geográficos de la ciudad de Ingolstadt

Extensión este-oeste: 18,2 km

Extensión norte-sur: 15,6 km

Longitud del límite de la ciudad: 77 km

Superficie del casco urbano: 133,35 km².

Situación en el Danubio: kilómetro fluvial 2,458 (estuario de Schutter)

Altitud:

Desembocadura del Schutter 362 m sobre el nivel del mar

Longitud del Danubio en la zona urbana:: 14,2 km

Punto más alto: Iglesia de Pettenhofen 410,87 m sobre el nivel del mar

Elevación natural más alta: 373 m sobre el nivel del mar (Schliffelmarkt)

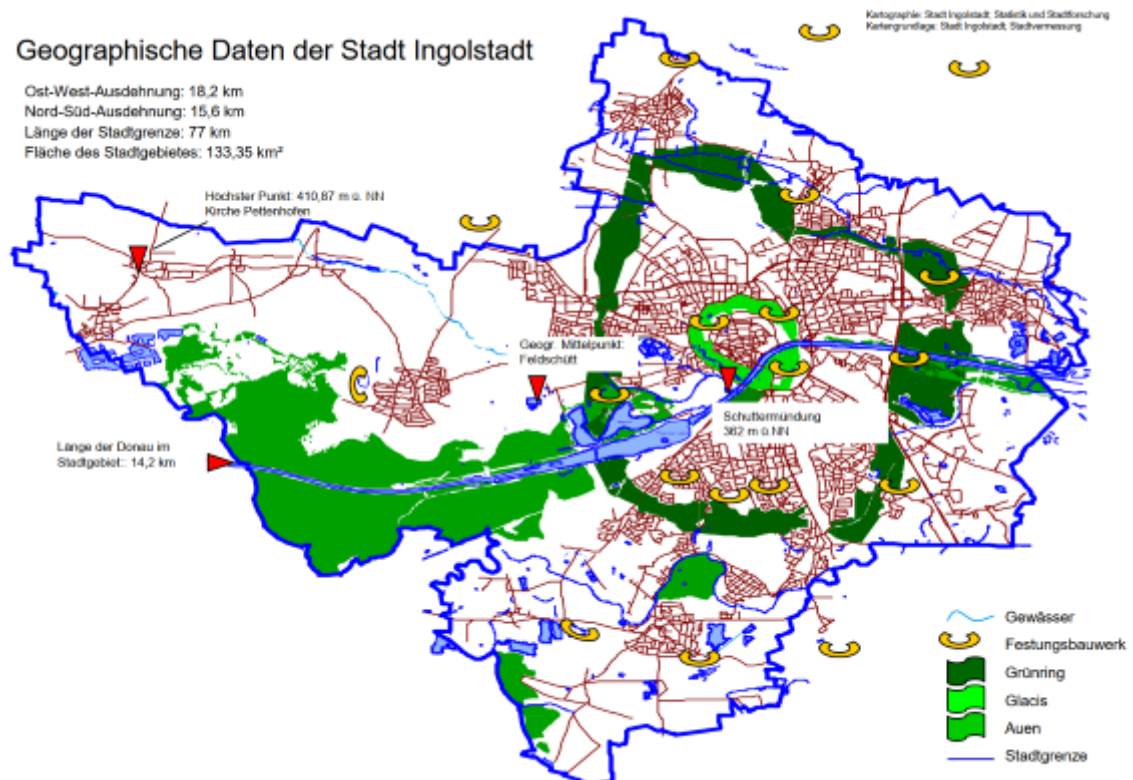
Aguas:

- Schutter, río Ingolstadt
- Danubio
- La ciudad cuenta actualmente con 28 lagos y estanques con una superficie total de 147 hectáreas (1,47 km²). Alrededor del 60% de las zonas acuáticas se utilizan intensamente para el [baño y actividades de ocio](#).
- [Lagos locales de recreo y baño](#) más importantes: Baggersee, Auwaldsee, Schafirsee, Mailinger Aue

Piscinas y pistas de hielo

- Piscina de recreo de Donautherme
- Piscina al aire libre de Ingolstadt
- Piscina cubierta del Suroeste
- Piscina deportiva de Ingolstadt

Datos geográficos de la ciudad de Ingolstadt



Ingolstadt y sus ciudades hermanadas

Ingolstadt en el mundo

Ingolstadt lleva más de 60 años cultivando sus amistades internacionales de diversas maneras. De este modo, la ciudad contribuye activamente a la paz y al entendimiento mutuo entre las diferentes culturas de Europa y de todo el mundo.

Las asociaciones de la ciudad permiten a las personas intercambiar ideas directamente a través de las fronteras nacionales a nivel municipal. Este contacto personal refuerza los lazos y fomenta una estrecha cooperación con las ciudades asociadas. Se crea así una red caracterizada por la confianza y el respeto mutuo.

¿Quién es responsable de los programas de hermanamiento de ciudades?

La [Oficina de Relaciones Internacionales y Administración Cultural](#) desempeña un papel central en la organización de estos hermanamientos de ciudades. La oficina coordina las relaciones y apoya el proyecto de asociación con Legmoin en Burkina Faso. Esta oficina también es responsable del apoyo financiero a los encuentros de jóvenes.

Ingolstadt y sus ciudades hermanadas

La ciudad de Ingolstadt mantiene relaciones de cooperación con numerosas ciudades de todo el mundo. Estas amistades entre las ciudades existen desde hace muchos años y son una parte importante del compromiso internacional de la ciudad.

- Carrara, Italia (desde 1962)
- Foshan, China (desde 2014)
- Grasse, Francia (desde 1963)
- Győr, Hungría (desde 2008)
- Kirkcaldy, Escocia (desde 1962)
- Kragujevac, Serbia (desde 2003)
- Manisa, Turquía (desde 1998)
- Distrito Central de Moscú, Rusia (desde 1995)
- Murska Sobota, Eslovenia (desde 1979)
- Opole, Polonia (desde 2005)
- Asociación de proyectos Legmoin, Burkina Faso (desde 2013)

Ingolstadt comparte una larga tradición de amistad y cooperación con estas ciudades. Son un ejemplo vivo de cómo construir y fortalecer puentes entre culturas. Para una mejor cooperación y comprensión mutua en un mundo globalizado.

"Ingolstadt_live": la nueva plataforma de ocio y experiencias

Bienvenido a Ingolstadt_live

La nueva plataforma de ocio y aventura de Ingolstadt

Ingolstadt tiene una nueva página web: www.ingolstadt.live.

En ella, visitantes y residentes pueden encontrar multitud de ideas para actividades de ocio y

experiencias en la ciudad.

Lo que se puede descubrir en el sitio

- la actualidad de la ciudad
- Lugares de interés y museos
- Visitas guiadas y ofertas culturales
- Consejos para excursiones en bicicleta y a pie
- Información sobre hoteles y restaurantes
- Consejos de viaje

💡 La plataforma muestra todo lo importante de un vistazo, tanto si está de excursión como si vive en la ciudad.

Especialmente práctico: el contenido se actualiza todos los días.

También hay nuevas funciones de forma continua:

- mejores filtros para el calendario de eventos
- mapas de excursiones y lugares de interés
- un asistente digital llamado Viktor, que le ayuda a encontrar rápidamente la información adecuada

Para organizadores de eventos: cómo introducir sus eventos

💡 **Ingolstadt_live** pretende ser una plataforma para todos, no sólo para la administración municipal.

Si está planeando un evento en Ingolstadt, puede publicitarlo fácilmente.

Así es como funciona:

- Visite la página ems.ingolstadt.live
- Regístrese una vez - es gratis
- Introduzca su evento - es rápido y fácil
- Cualquiera puede participar: Clubes, organizaciones culturales, empresas, particulares.

💡 Así se crea una oferta conjunta para todos: desde el deporte hasta la música, pasando por las fiestas de la ciudad.

Su ventaja:

Ingolstadt_live le permite llegar a más gente.

Y todo el mundo se entera de lo que pasa en Ingolstadt.

¿Necesitas ayuda para registrarte o tienes preguntas sobre la plataforma?

Ponte en contacto con el equipo de Ingolstadt_live.

Encontrarás los datos de contacto directamente en la página web o en ☎ +49 (0) 8413053004

Alianza de Ingolstadt para la Democracia, la Diversidad y la Tolerancia

Ingolstadt es colorida y abierta

En Ingolstadt viven más de 140.000 personas de 140 países. Conviven pacíficamente.

No importa de dónde vengan. No importa el color de su piel. No importa en qué religión crean. Todos pertenecen a Ingolstadt.

La "[Alianza de Ingolstadt para la Democracia, la Diversidad y la Tolerancia](#)" se compromete a ello. Muchos grupos están implicados: Asociaciones, empresas, universidades, iglesias, sindicatos, grupos juveniles y partidos políticos.

💡 Todas las organizaciones de Ingolstadt pueden participar. Juntos lo demuestran: Ingolstadt es colorida y abierta.

💡 Todavía es posible que se unan clubes, organizaciones y empresas. Envíe un correo electrónico a buendnis@ingolstadt.de.



Plano de Ingolstadt

Plano de la ciudad

[Aquí](#) encontrará un práctico mapa de la ciudad de Ingolstadt.

Aplicaciones y sitios web sobre la vida en Alemania

Aplicaciones y sitios web sobre la vida en Alemania

¿Le gustaría saber cómo se vive en Alemania? ¿Cuáles son las normas, qué derechos y responsabilidades tiene la gente aquí? Estos sitios web tienen información muy útil:

Make it in Germany

La web "Make it in [Germany](#)" pertenece al Gobierno alemán. Es para personas que vienen de otros países y quieren trabajar aquí. En esta web hay ofertas de empleo y ayuda para encontrar

trabajo. También hay información sobre visados y otras cosas importantes. Esta información está disponible en inglés, español y français.

Encontrará información breve en muchos idiomas. Estos idiomas son shqip, العربية , hrvatski, български, Bahasa Indonesia, italiano, Polski, português, română, русский, српски, Türkçe, Việt).

Manual Alemania

Quiere saber más sobre la cultura en Alemania? Le gustaría saber cómo se vive en Alemania y cuáles son las normas?

En la página "Manual [Alemania](#)" encontrará información sobre la vida en Alemania. Puede ver vídeos y leer textos.

Esta página está disponible en 7 idiomas. Estos idiomas son alemán, inglés, العربية, فارسی, türkçe, français, پښتو.

App Llegar

En la "App [Ankommen](#)" de la BAMF encontrará información sobre la vida en Alemania.

Aquí encontrará información sobre los temas del asilo y el aprendizaje del alemán. También encontrará información sobre formación y trabajo.

La información está disponible en 4 idiomas. Estos idiomas son inglés, francés, العربية, فارسی.

Just landed

La página web "Just [landed](#)" también ofrece una visión de la vida en Alemania. Allí encontrará información sobre la vida en Alemania.

Puede ver anuncios. También puede publicar sus propios anuncios. Hay una sección de inmuebles y otra de empleo. Esta sección está especialmente pensada para personas de otros países. También puede intercambiar información en grupos. Hay foros para los recién llegados. Encontrará información en muchos idiomas. Estos idiomas son English, español, français, italiano, Nederlands, polski, русский.

Datos sobre Alemania

En la página web "Datos sobre [Alemania](#)" encontrará mucha información importante e interesante sobre Alemania.

Encontrará información en muchos idiomas. Estos idiomas son English, Français, Deutsch, Español, português, русский, العربية y Polski.

Aplicaciones y portales para la vida cotidiana

Aplicaciones y portales

Hay muchas aplicaciones y portales disponibles en alemán e inglés. Normalmente se pueden descargar desde Apple Store o Google Playstore.

Vida cotidiana

☐ Dein Ingolstadt App - Descárgate la aplicación desde [Apple Store](#) o [Google Playstore](#).

☐ Ayuntamiento 24/7 - Utiliza nuestros [servicios en línea](#).

☐ [Portal de servicios de Ingolstadt](#) - Pide una cita online.

⚠ Notificador de defectos de Ingolstadt - Informa de daños o problemas en la ciudad. [Apple Store](#), [Google Playstore](#)

☐ [Portal deportivo de Ingolstadt](#) - Infórmese sobre los programas deportivos de la región.

☐ [INKB aplicación planificador de residuos](#) - Averigüe las fechas de recogida y obtener consejos

de eliminación.

Trabajo y educación

- [Cursos de idiomas en línea](#) - Aprende alemán con ofertas digitales.
- Prácticas, aprendizaje y empleo - Encuentra ofertas actuales.
- [Bolsa de aprendizaje de la Cámara de Oficios](#) - Busca puestos de aprendizaje disponibles en oficios cualificados.
- [meine-ausbildung-in-deutschland.de](#) - Infórmate sobre tus posibilidades.
- [Agencia Federal de Empleo](#) - Búsqueda de empleos, puestos de aprendizaje y prácticas.
- [Asesoramiento profesional](#) - Obtén consejo si aún no estás seguro.
- [Start-up & foundation](#) - Crea tu propia empresa en Ingolstadt.
- [Reconocimiento de títulos](#) - Averigua si tu título está reconocido en Alemania.
- [Europass](#) - Muestra tus cualificaciones en Europa.
- [Guía del sistema educativo bávaro](#) - Encuentra el itinerario educativo adecuado.
- [mein NOW](#) - Utiliza el portal online para tu formación continua.

Asesoramiento

- [mbeon](#) - Asesoramiento por chat para inmigrantes adultos.
- La aplicación te informa sobre:
 - Trabajo y carrera profesional
 - Salud y seguridad
 - Aprender alemán
 - Vivir
 - Tu familia
 - Residencia
- Te pone en contacto con centros de asesoramiento sobre migración y otros puntos de contacto.
- Puedes utilizar la aplicación en alemán, inglés, ruso y árabe.
- El asesoramiento está disponible en más de 19 idiomas.

Salud

- Búsqueda de consultas: encuentra médicos y especialistas en tu zona.
- "Meine Pädiatrische Praxis" - Consulta pediátrica [Apple Store](#), [Google Playstore](#)
- "La app gratuita 116117" - consultas médicas y psicoterapéuticas, así como consultas médicas de guardia [Apple Store](#), [Google Playstore](#).
- [Visita médica y hospital](#) - Obtén información importante para los pacientes.
- [Clínicas en Ingolstadt y alrededores](#) - Encuentra direcciones y datos de contacto.
- [Aplicación Breastcare](#) - Obtén apoyo para el cáncer de mama.

Transporte público

- [VGI App Ingolstadt](#) - Planifica tu ruta, consulta horarios o compra billetes. ([Apple Store](#) y [Google Playstore](#))

Bienvenido a Integreat

Contacto y comentarios para los "creadores" de Ingolstadt

Los creadores de esta guía agradecen sus sugerencias y críticas, pero por supuesto también sus elogios. También estaremos encantados de responder a sus preguntas. Puede contribuir al desarrollo de la aplicación Integreat en su municipio. Estos comentarios se transmitirán a las personas que crean el contenido. Escriba tantos detalles como sea posible si tiene ideas o críticas.

Si tiene otras ofertas para solicitantes de asilo o desea que su organización aparezca en esta guía, póngase en contacto con integreat@ingolstadt.de con su solicitud.

Integreat es una guía que le ayudará en su vida diaria.

Encontrará direcciones importantes, personas de contacto y consejos y trucos que le ayudarán a orientarse.

Esta guía consta de varios capítulos. Cada capítulo trata un tema diferente. Encontrará información sobre médicos, escuelas, cursos de alemán y otras instituciones. También hay un capítulo con ideas sobre lo que puede hacer en su tiempo libre. La información y las actividades de ocio cambian. Las autoridades locales las actualizan regularmente. Por eso es buena idea consultar a menudo la aplicación móvil. Siempre estarás informado de las actividades y eventos actuales. Puede confiar en la información de Integreat.

¿Dónde puedo conseguir la aplicación?

Descargue Integreat desde su tienda de aplicaciones. También puede utilizar esta aplicación sin conexión si no tiene acceso a Internet. Cuando vuelva a conectarse, la aplicación se actualizará automáticamente.

Compartir información

La información importante que desee transmitir, por ejemplo, puede descargarse como PDF en la aplicación web y compartirse. En la aplicación móvil, puedes compartir directamente contenidos interesantes, por ejemplo, a través de WhatsApp, Facebook o correo electrónico.

Las últimas noticias

También puede recibir notificaciones push con la aplicación para smartphone Integreat. Puede aceptar recibirlas en los ajustes de la aplicación. La información importante o urgente se le envía a través de notificaciones push.

Función de lectura en voz alta

El contenido de la aplicación Integreat también puede leerse en voz alta. Para ello, debe activar la función de lectura en voz alta en los ajustes del smartphone. Funciona en todos los idiomas.

Esperamos poder facilitarle la vida en Alemania con esta aplicación.



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Gefördert im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**

Integreat en lenguaje de signos (Video)

Mejorando Integreat: Comunidad Integreat

Mejorando Integreat: Comunidad Integreat

¿Utiliza Integreat en su vida diaria? ¿Quiere mejorar Integreat?

Entonces, ¡únete a nuestra comunidad Integreat! Puede dar su opinión en la comunidad Integreat. ¿Cómo debería ser Integreat en el futuro? En la comunidad Integreat conocerá a otras personas de Alemania. Y trabajará en: ¿Cómo se puede facilitar la integración?

¿Quieres formar parte de ella? Envíe un correo electrónico con su nombre a @
community@integreat-app.de. ¡Nos pondremos en contacto con usted!

Comentarios

Contacto y comentarios para los "creadores" de Ingolstadt

Los creadores de esta guía agradecen sus sugerencias y críticas, pero por supuesto también sus elogios. También estaremos encantados de responder a sus preguntas. Puede contribuir al desarrollo de la aplicación Integreat en su municipio. Estos comentarios se transmitirán a las personas que crean el contenido. Escriba tantos detalles como sea posible si tiene ideas o críticas.

Si tiene otras ofertas para solicitantes de asilo o le gustaría aparecer en esta guía con su organización, póngase en contacto con nosotros con su solicitud en

integreat@ingolstadt.de.

Oficinas importantes en Ingolstadt

Fechas, oficinas, documentos

Citas

En Alemania tiene muchas citas. En el médico, en la oficina de inmigración, en la escuela o en los centros de asesoramiento. Una cita es un encuentro importante para el que normalmente se acuerda hora y lugar por teléfono. A veces también recibe una cita por correo. Acude puntualmente a la cita, es decir, a la hora exacta acordada. Es de buena educación. Si no puede

acudir a una cita porque está enfermo, por ejemplo, anule la cita con tiempo suficiente y concierte una nueva.

Oficinas

Las oficinas también son autoridades, por ejemplo, la oficina de empadronamiento, la oficina de inmigración, la oficina de asistencia social, la oficina de asistencia a la juventud o la oficina de empleo. Compruebe los horarios de apertura de las oficinas. Suele ser conveniente concertar una cita. Es importante que lleve todos los documentos necesarios para la visita. De lo contrario, no podrá hacer lo que quiera en la oficina o autoridad y tendrá que volver otra vez.

Documentos

Los documentos son muy importantes en Alemania. Se trata, por ejemplo, de documentos de identidad, cartas, formularios, notificaciones, contratos o certificados.

A menudo tendrá que firmar documentos. Información en la consulta del médico o en el hospital, formularios y declaraciones en oficinas públicas, contratos para su vivienda o teléfono móvil. Al firmar, confirma que ha leído y entendido el documento. Si no lo entiende, pida que se lo aclaren. No puede decir después que ha firmado algo que no ha leído o entendido.

💡 Las cartas, documentos, contratos y certificados son importantes. Guárdalos y no los tires.

Oficina de Extranjeros y Migración Ingolstadt

Oficina de Inmigración y Migración

La Oficina de Inmigración y Emigración es responsable de las medidas relacionadas con la ley de residencia y pasaportes.

¿Qué se puede hacer?

- Conceder o prorrogar un permiso de residencia
- Permiso de trabajo
- Concesión o prórroga de un permiso de residencia o de estancia tolerada
- Anulación de las restricciones de residencia
- Medidas del curso de integración

[Aquí](#) encontrará toda la información importante.

¿Tiene alguna pregunta? Llámenos. Tenga en cuenta que llama mucha gente. Tenga paciencia si no puede ponerse en contacto con un miembro del personal inmediatamente.

También puede escribirnos. Indique su nombre, fecha de nacimiento y su consulta. Tenga en cuenta que muchas personas nos escriben y pueden pasar varios días hasta que reciba una respuesta.

Amt für Ausländerwesen und Migration | Ausländische Mitbürger, Geflüchtete, Menschen mit Schutzstatus

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

☎ [+49 \(0\) 8413051529](tel:+49(0)8413051529)

 <https://www.ingolstadt.de/Ausl%C3%A4ndische-Mitb...>

Bürgeramt - Servicio de atención al ciudadano - Información general

Oficina del ciudadano - Atención al ciudadano - Información general

La Oficina del Ciudadano le ofrece un servicio centrado en el ciudadano y una amplia [gama de servicios](#) .

¿Desea presentar una solicitud fuera de nuestro horario de atención al público o desde la comodidad de su hogar?

Entonces utilice el servicio en línea  www.ingolstadt.de/online.

Aquí puede presentar solicitudes las 24 horas del día. Las solicitudes se enviarán al centro especializado para su tramitación. También puede pagar en línea las solicitudes de pago.

Utilice el sistema de [cita previa](#) en línea.

 Este registro no tiene nada que ver con el registro como solicitante de asilo ni con el registro en la [Oficina de Extranjería y Migración de Ingolstadt](#). Debe hacerlo además. Puede leer cómo registrarse como refugiado en el capítulo sobre [asilo y refugiados](#).

¿Quién tiene que empadronarse y cuándo?

Todas las personas que se trasladan a Alemania o se trasladan dentro de Alemania deben empadronarse o volver a empadronarse en el Bürgeramt (a menudo también llamado Einwohnermeldeamt o Bürgerbüro).

Es obligatorio empadronarse en el plazo de dos semanas. ¿Se empadrona demasiado tarde o no se empadrona? Entonces es posible que tenga que pagar una multa.

Cuando se empadrone, recibirá una "confirmación oficial de empadronamiento". Conserve este documento en un lugar seguro.

Puede utilizarlo para demostrar, incluso sin el DNI, que está empadronado en un municipio o ciudad de Alemania. Esto significa que reside allí.

¿Qué tengo que llevar para empadronarme?

Debe empadronarse personalmente en la Oficina de Empadronamiento de Ciudadanos (Einwohnermeldeamt). Encontrará la dirección de su Bürgeramt al final de esta página.

Para inscribirse, debe llevar consigo su documento de identidad (tarjeta de identidad, permiso de residencia, documento de residencia, etc.). ¿Tiene pasaporte? ¿O documentos sustitutivos del pasaporte? Entonces tráigalos también. También debe rellenar un formulario de inscripción. Puede obtenerlo directamente en la oficina de empadronamiento.

En Ingolstadt, también necesitará el llamado "[Wohnungsgeberbestätigung](#)" para el registro. Se trata de un documento en el que su casero confirma que usted alquila su piso. A veces, también se exige para el registro la partida de nacimiento o el certificado de matrimonio. Si dispone de estos documentos, llévelos a la oficina de empadronamiento por precaución.

Bürgeramt | amtliche Beglaubigung, Wahlen, Einbürgerung, Meldeamt, Führungszeugnis, Ausweis, Reisepass,

 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

@buergeramt@ingolstadt.de

 [+498413051500](tel:+498413051500)

 <https://www.ingolstadt.de/buergeramt>

Oficina de Asistencia Social de Ingolstadt

Tareas de la Oficina de Asistencia Social

La Oficina de Bienestar Social ayuda en muchos ámbitos. Existen diferentes áreas de competencia:

Amtsleitung, Geschäftszimmer | Soziale Hilfen, Daseinsvorsorge

 [Auf der Schanz 39, 85049 Ingolstadt](#)

@sozialamt@ingolstadt.de

 [+4984130550101](tel:+4984130550101)

 <https://www.ingolstadt.de/Amt-f%C3%BCr-Soziales>



Bienestar social y seguridad básica

Se trata**de**:

- Ayuda a los ingresos básicos en la vejez y en caso de disminución de la capacidad de ganancia.
- Ayuda para los gastos de manutención
- Ayuda para superar dificultades sociales concretas
- Asistencia sanitaria
- Asistencia en otras situaciones de la vida
- Asunción de las deudas de alquiler
- Asunción de los gastos de un viaje de regreso permanente al país de origen

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

 [Auf der Schanz 39, 85049 Ingolstadt](#)

@sozialamt@ingolstadt.de

 [+4984130550110](tel:+4984130550110)

 <https://www.ingolstadt.de/Grundsicherung>

Sozialhilfe

📍 [Auf der Schanz 39, 85049 Ingolstadt](#)

@sozialhilfe@ingolstadt.de

☎ [+4984130550110](tel:+4984130550110)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Sozialhilfe>



Oficina de vivienda

Aquí puede obtener ayuda con

- [Subsidio de vivienda](#)
- [Derecho a la vivienda](#)

💡 [Aquí](#) encontrará más información

Vormerkbescheid & Wohnberechtigungsschein (WBS) für öffentlich geförderte Wohnungen

📍 [Auf der Schanz 39, 85049 Ingolstadt](#)

@swv@ingolstadt.de

☎ [+4984130550160](tel:+4984130550160)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Wohnberechtigungsschein>

Wohngeld; Beantragung eines Miet- oder Lastenzuschusses

📍 [Auf der Schanz 39, 85049 Ingolstadt](#)

@wohngeld@ingolstadt.de

☎ [+4984130550165](tel:+4984130550165)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Wohngeld>



Oficina del Seguro

[Aquí](#) puede obtener información sobre la pensión obligatoria.



Centro de asistencia

Aquí puede obtener ayuda:

- [Cuestiones jurídicas sobre la asistencia](#)
- [Pensiones](#)

💡 Infórmese [aquí](#).

Betreuungsstelle, Rechtliche Betreuung

📍 [Auf der Schanz 39, 85049 Ingolstadt](#)

@ betreuungsstelle@ingolstadt.de

☎ [+4984130550206](tel:+4984130550206)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Rechtliche-Betreuung>



Centro especializado en la prevención del sinhogarismo y la falta de vivienda

- [Aquí](#) puede obtener ayuda para no perder su vivienda.
- También recibirá ayuda si deja de tener alojamiento.
- Asesoramiento en casos de emergencia habitacional y, si es necesario, ayuda para hacer frente a las deudas de alquiler.
- También puede encontrar más información en  [Ayuda en caso de problemas de vivienda, ayuda en caso de desamparo inminente, ayuda a las personas sin hogar](#)

Fachstelle zur Vermeidung von Obdach- und Wohnungslosigkeit

📍 [Auf der Schanz 39, 85049 Ingolstadt](#)

@ obdachloshilfe@ingolstadt.de

☎ [+49841305220](tel:+49841305220)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Wohnungslosigkeit>



Refugiados e integración

[Aquí](#) ayudamos a los refugiados con

- Alojamiento
- Asesoramiento sobre la vida en Ingolstadt
- Preguntas sobre ayudas y prestaciones

Flucht und Integration | Asyl- und Flüchtlingsangelegenheiten

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

@ asyl@ingolstadt.de

☎ [+4984130550250](tel:+4984130550250)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten>

Flüchtlings- und Integrationsberatung | Personen im laufenden Asylverfahren und Bleibeberechtigte bzw. Geduldete

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @beratung-asyl@ingolstadt.de

☎ [+4984130550250](tel:+4984130550250)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/FI%C3%BCchtlinge-und-In...>

Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz | Leistungen

📍 [Auf der Schanz 39, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @leistung-asyl@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550260](tel:+49(0)84130550260)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

Unterbringung von Asylbewerbern

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @unterbringung-asyl@ingolstadt.de

☎ [+4984130550280](tel:+4984130550280)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+4984130550298](tel:+4984130550298)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

Qué ocurre en la oficina de asistencia social

En la oficina de asistencia social le preguntarán

- Cuánto gana
- Si posee objetos de valor
- Firmará algunos papeles
- Lleve todos sus documentos y documentos de identidad
- Refugiados: Las personas inscritas en el permiso de residencia deben acompañarle a la cita.

Una vez comprobado su derecho, se le transferirá la ayuda a su cuenta.

💡 Importante: ¡El dinero debe ser suficiente hasta la próxima cita en la oficina de asistencia social!



Distrito de Alta Baviera

Se trata de:

- **Ayuda asistencial** - [aquí](#) encontrará información
- **Ayuda para la integración de** personas discapacitadas - [aquí](#) encontrará información al respecto

Las personas que necesitan asistencia reciben distintos tipos de ayuda. Para que todos reciban la ayuda adecuada, se ofrece un amplio asesoramiento.

El distrito de Alta Baviera ofrece ayuda a personas con distintas discapacidades y enfermedades.

💡 Los [responsables de discapacidad del distrito de Alta Baviera](#) están comprometidos con las necesidades de las personas discapacitadas. Los familiares y afectados pueden ponerse en contacto con ellos en cualquier momento.

💡 Jornada de consulta sobre las prestaciones sociales del distrito de Alta Baviera - asesoramiento en Ingolstadt

Dirección:
Centro comunitario Neuburger Kasten
[Fechtgasse 6](#)
85049 Ingolstadt

📅 Jueves de 10.00 a 12.00 horas

Concertar cita: ☎ [089 219 821 057](tel:089219821057) o por correo electrónico: beratung-in@bezirk-oberbayern.de

💡 Puede obtener más información en el Centro de Asistencia de Ingolstadt

Pflegestützpunkt Ingolstadt | Pflegeberatung

📍 [Fechtgasse 6, 85049 Ingolstadt](#)

@ pflegestuetzpunkt@ingolstadt.de

☎ [+4984130550040](tel:+4984130550040)

🌐 <https://www.pflegestuetzpunkt-ingolstadt.de/>

Centro de empleo de la ciudad de Ingolstadt

¿Qué hace la oficina de empleo?

La oficina de empleo ayuda a las personas que buscan trabajo ofreciéndoles apoyo y asesoramiento financiero. Ofrece el llamado subsidio ciudadano y ayuda a encontrar un nuevo empleo.

¿Quién puede obtener ayuda?

- Las personas que tienen una decisión positiva del BAMF y un permiso de residencia.
- Ciudadanos de la UE acogidos a una normativa especial. Encontrará información [aquí](#).
- Las personas cuyos ingresos no son suficientes para cubrir sus gastos de subsistencia.

¿Quién no recibe ayuda?

- Las personas en procedimiento de asilo o con un permiso de estancia tolerada no reciben ninguna prestación. Deben ponerse en contacto con el servicio [de asesoramiento social](#) de su alojamiento.

¿Cómo puede obtener ayuda?

- Puede solicitar la ayuda ciudadana por teléfono, por escrito o en persona.
- La forma más sencilla es por internet en la [página web de la Oficina de Empleo de Ingolstadt](#).

Servicios de la Oficina de Empleo

- Búsqueda de empleo
- Ayuda con las solicitudes de empleo
- Asesoramiento sobre formación continua
- Información sobre el subsidio ciudadano
- Ayuda para la educación y la participación

¿Quién percibe las prestaciones de educación y participación?

Los niños y jóvenes menores de 25 años que

- perciben prestaciones conforme a SGB II, SGB XII o la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo,
- sus padres perciben un subsidio de vivienda o un complemento familiar.

Póngase en contacto con la Oficina de Empleo de Ingolstadt:

Dirección: Adolf-Kolping-Straße 10, 85049 Ingolstadt

☎ [084130545112](tel:084130545112)

@ [jobcenter](mailto:jobcenter@ingolstadt.de) @ingolstadt.de

Arbeitsvermittlung: [084130545201](tel:084130545201)

Equipo del empleador: [084130545101](tel:084130545101)

Fax oficial: [0841305-45111](tel:0841305-45111)

Las citas [pueden concertarse en línea](#)

Horario de atención al público:

Lunes: 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Martes: 08:00 - 12:30

Miércoles: 08:00 - 12:30

Jueves: 08:00 - 12:30, 13:30 - 17:30

Viernes: 08:00 - 12:30



Los empleados no transmiten ninguna información sobre los clientes.



Se requiere un poder notarial si hay un voluntario acompañante.

Agencia de Empleo de Ingolstadt

La **Agencia Federal de Empleo** es una autoridad estatal. Se ocupa del mercado laboral alemán.

¿Qué hace la Agencia de Empleo?

- Asesoramiento profesional para jóvenes, estudiantes de primer año y titulados universitarios
- Colocación en puestos de aprendizaje y de trabajo
- Promoción de la formación profesional y la educación continua
- Servicios para promover la participación en la vida laboral
- Pago del subsidio de desempleo I (ALG I)
- Promoción de la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres
- Información sobre el mercado de trabajo y de formación y sobre los servicios y prestaciones de fomento del empleo
- Pago del subsidio familiar

☐ **El servicio es gratuito.**

A qué agencia de empleo puedo dirigirme?

Agencia de colocación de Ingolstadt

Dirección:

Heydeckplatz 1, 85049 Ingolstadt

Sólo puede ponerse en contacto con la Agencia de Empleo con cita previa.

Reservas en línea: <https://web.arbeitsagentur.de/portal/terminverein...>

Durante este horario, el acceso sin cita previa sólo está previsto para casos urgentes o de emergencia:

De lunes a viernes: 08:00 - 12:00

Teléfono:

[+49 \(0\) 8004555500](tel:+4908004555500)

[+49 \(0\) 8419338555](tel:+4908419338555)

Página web:

[Agencia de Empleo de Ingolstadt](#)

Dirección postal:

Agencia de Empleo de Ingolstadt
85037 Ingolstadt

Accesibilidad

- Acceso sin barreras al edificio y a las salas
- Hay un aseo para discapacitados.

Información para extranjeros

Existen servicios especiales de asesoramiento.

[Información para extranjeros](#)

Subsidio de desempleo I (ALG I)

- La Agencia de Empleo abona el subsidio de desempleo I.
- El subsidio de desempleo I se abona a las personas que han perdido su empleo.
- Sin embargo, no todo el mundo percibe el ALG I.
- Esto se debe a que se trata de una prestación de seguro.
- Esto significa que sólo perciben prestaciones las personas
 - que hayan cotizado previamente al seguro durante al menos 12 meses.
 - Y esto debe ser dentro de los 30 meses anteriores al desempleo.

→ **Nota:** Quien se quede en paro y no haya cotizado al seguro de desempleo, o no lo haya hecho durante el tiempo suficiente, recibirá ayuda de la [oficina de empleo de Ingolstadt](#).

Asuntos relacionados con el seguro obligatorio de pensiones**Seguro obligatorio de pensiones****Contacto en Ingolstadt****Seguro de pensiones alemán**

El Seguro Alemán de Pensiones ayuda en todas las cuestiones relacionadas con las pensiones.

Muchos lo llaman abreviadamente DRV.

El DRV explica la pensión legal.

También explica las cotizaciones, los periodos y los derechos.

Responde a preguntas sobre todo tipo de pensiones.

Puede obtener asesoramiento en el sitio web de la DRV.

Allí también encontrará los datos de contacto.

La página se llama:

[Asesoramiento y contacto | Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd](#)

Solicitudes al seguro de pensiones alemán

Las solicitudes se presentan directamente en la DRV.

También puede hacerlo por Internet.

La página web para las solicitudes es

<https://www.eservice-drv.de/eantrag/startseite.se...>

En esta página encontrará varios formularios.

Seleccione el formulario adecuado.

A continuación, rellene el formulario paso a paso.

Asesores de seguros en Ingolstadt y alrededores

En Ingolstadt trabajan asesores de seguros.

También hay asesores en los alrededores.

Los asesores ayudan en persona.

Responden a preguntas sobre pensiones.

Explican formularios y notificaciones.

Encontrará las direcciones y los números de teléfono en la página web de la DRV.

La sección se llama

[Ancianos asegurados y asesores | Deutsche Rentenversicherung](#)

Oficina de seguros de la ciudad de Ingolstadt

La oficina de seguros asesora a las personas que viven en Ingolstadt.

Las demás personas no reciben asesoramiento allí.

Una visita sólo es posible con cita previa.

No es posible recibir asesoramiento sin cita previa.

Por favor, utilice primero el sistema de citas online.

Es la forma más sencilla.

Si el sistema de citas en línea no funciona, envíenos un correo electrónico.

Escriba su solicitud en el correo electrónico.

Incluya también su número de teléfono.

La dirección de correo electrónico es

versicherungsamt@ingolstadt.de

En casos especiales, también es posible una llamada telefónica.

El número de teléfono es

[+49 \(0\) 84130550245](tel:+49(0)84130550245)

Información sobre pensiones y rehabilitación

El Seguro Alemán de Pensiones también ofrece información sobre otros temas.

Entre ellos figuran diversos tipos de pensión.

Esto incluye también la rehabilitación.

Encontrará información sobre las pensiones de vejez en:

[Tipos de pensión y prestaciones.](#)

Encontrará información sobre las pensiones por capacidad laboral reducida en:

[Pensiones por capacidad laboral reducida.](#)

Encontrará información sobre las pensiones de supervivencia en:

[Pensiones de supervivencia.](#)

Encontrará información sobre la rehabilitación médica en: Rehabilitación médica:

[Rehabilitación médica.](#)

Encontrará información sobre la readaptación profesional en: Readaptación profesional:

[Rehabilitación profesional.](#)

Registro civil de Ingolstadt

El Registro Civil puede ayudarle con los acontecimientos importantes de su vida.

💡 ¿Ha tenido un hijo? ¿Se va a casar? ¿O hay un fallecimiento en la familia? Entonces puede

acudir al Registro Civil.

Las tareas de un vistazo

- Confirma cuando
 - has dado a luz a un bebé o
 - alguien fallece.
- Ayuda a las parejas a contraer matrimonio.
- Si alguien no quiere seguir perteneciendo a la iglesia, el registro civil puede anotarlo.
- Si quiere cambiar de nombre, el Registro Civil puede ayudarle.
- Le proporciona documentos importantes, como certificados de nacimiento, defunción y matrimonio.

Standes- und Bestattungsamt | Geburtenbeurkundungen

 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

 @geburten@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 8413051585](tel:+49(0)8413051585)

 [+49 \(0\) 8413051586](tel:+49(0)8413051586)

 <https://www.ingolstadt.de/Schwangerschaft-Geburt>

Standes- und Bestattungsamt | Eheschließungen

 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

 @heiraten@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 8413051582](tel:+49(0)8413051582)

 [+49 \(0\) 8413051583](tel:+49(0)8413051583)

 <https://www.ingolstadt.de/Heiraten-in-Ingolstadt>

Standes- und Bestattungsamt | Bestattungswesen

 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

 @bestattungsamt@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 8413051593](tel:+49(0)8413051593)

 <https://www.ingolstadt.de/Tod-Sterbefall>

Oficina de Juventud y Familia de Ingolstadt

Oficina de Juventud y Familia

La Oficina de Juventud y Familia se compromete a garantizar que todos los niños y jóvenes que

viven en Ingolstadt puedan desarrollarse y prosperar de la forma más positiva posible.

Amt für Jugend und Familie | Unterstützung für Jugend und Familie

 [Adolf-Kolping-Str. 10, 85049 Ingolstadt](#)

 jugendamt@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 84130545401](tel:+49(0)84130545401)

 <https://www.ingolstadt.de/Amt-f%C3%BCr-Jugend-und...>

Los derechos de los niños son importantes. Todos los niños merecen ser respetados y queridos. ¿Tiene un hijo? Entonces créelo de acuerdo con los derechos del niño. Es importante para el bienestar de tu hijo. Puedes obtener más información en  [Derechos del niño](#).

La Oficina de Protección de Menores ayuda a los padres a educar a sus hijos. Cualquier persona puede ponerse en contacto gratuitamente con la Oficina de Protección de Menores. ¿Eres niño o joven? ¿Tienes problemas? Entonces puedes ponerte en contacto con la Oficina de Protección de Menores.

Responsabilidades de la Oficina de Bienestar Juvenil:

- Apoyar a los jóvenes en su desarrollo individual y social
- Asesorar y apoyar a los padres en su educación
- Proteger a los niños y jóvenes
- Crear condiciones positivas para los jóvenes y las familias
- Evitar y romper barreras

¿Has tenido un hijo? La oficina de asistencia a la juventud se pone en contacto contigo al cabo de unas semanas. Deseas una visita a domicilio. Puedes conocer la Oficina de Asistencia Juvenil. A continuación, recibirás toda una carpeta con información y ofertas. Son importantes para tu hijo y tu familia.

Los menores refugiados no acompañados también están cubiertos por la ley de asistencia a la juventud. Encontrará información sobre el procedimiento correspondiente en  [Amt für Jugend und Familie](#) y, a continuación, en "Fachdienst Asyl".

Oficina de Atención a la Infancia y Educación Ingolstadt

Tareas en la Oficina de Atención a la Infancia y Educación

Solicitar una licencia de cuidador de niños para guarderías

¿Quieres trabajar como cuidador de niños? Antes de empezar: Incluso con tu primer hijo, necesitas una licencia para cuidar niños. Esta licencia se llama  [permiso de cuidado de niños](#).

Quiere organizar usted mismo el cuidado de sus hijos

La oficina asesora y ayuda a los padres y tutores a organizar grupos de niños pequeños o grupos de juego.

Encontrará los datos de contacto [en](#)  [aquí](#).

Inscripción en una guardería infantil municipal

¿Quiere que su hijo esté cuidado en una guardería municipal? Entonces primero debe inscribirlo allí.



[Guarderías infantiles - Kita-Finder Ingolstadt](#)

El portal para padres contiene una lista de todas las guarderías infantiles de Ingolstadt. Puede consultarlas en línea e inscribir a su hijo. La página web está disponible en alemán, ruso, inglés y turco.

Pago de tasas o cotizaciones parentales para una guardería infantil municipal

¿Va a enviar a su hijo a una guardería? Es posible que tenga que pagar dinero por ello. [Aquí](#) encontrará información en .

Amtsleitung, Geschäftszimmer

 [Harderstraße 17, 85049 IngolstadtIngolstadt](#)

 [@kinderbetreuung@ingolstadt.de](mailto:kinderbetreuung@ingolstadt.de)

 [+49 \(0\) 84130545601](tel:+49(0)84130545601)

 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Kinder-Jugend-Fam...>

Amt für Kinderbetreuung und -bildung | Krippen & Kindergärten

 [Harderstraße 17, 85049 IngolstadtIngolstadt](#)

 [@kita-platzkoordination@ingolstadt.de](mailto:kita-platzkoordination@ingolstadt.de)

 [+49 \(0\) 84130545607](tel:+49(0)84130545607)

 <https://www.ingolstadt.de/Kinderbetreuung>

Amt für Kinderbetreuung und -bildung | Städt. Kindertageseinrichtungen

 [Ludwigstraße 24, 85049 Ingolstadt](#)

 [@kinderbetreuung@ingolstadt.de](mailto:kinderbetreuung@ingolstadt.de)

 [+49 \(0\) 84130545602](tel:+49(0)84130545602)

 <https://www.ingolstadt.de/Kinderbetreuung>

¿Has perdido algo?

¿Ha perdido algo?

¿Ha perdido las llaves o la cartera o se ha olvidado el bolso en el autobús?

💡 Si ha perdido sus documentos de identidad o se los han robado, comuníquelo a la policía. Sólo se le expedirán documentos de sustitución si denuncia la pérdida.

🗑️ Objetos perdidos en el término municipal: [denuncia de objetos perdidos y denuncia de extravío](#)

- ¿Ha encontrado un objeto perdido? Entonces debe comunicarlo a la oficina de objetos perdidos o devolverlo directamente al propietario.
- También puede entregar los objetos encontrados a la policía.
- ¿Ha perdido un objeto de valor? En ese caso, puede comunicarlo a la oficina de objetos perdidos.

Fundbüro | Fundsachen

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉️ [@fundamt@ingolstadt.de](mailto:fundamt@ingolstadt.de)

☎️ [+49 \(0\) 8413051502](tel:+49(0)8413051502)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Service/B%C3%BCrgerserv...>

💡 Si ha perdido u olvidado algo en el autobús o el tren, puede informarse en la VGI y buscarlo en Internet.

VGI Kundencenter Ingolstadt | ÖPNV im VGI-Verbundgebiet

📍 [Mauthstraße 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉️ [@info@vgi.de](mailto:info@vgi.de)

☎️ [+49 \(0\) 84197439333](tel:+49(0)84197439333)

🌐 https://www.invg.de/service_kundencenter

Horario de atención telefónica en el centro de atención al cliente de la VGI

📅 De lunes a viernes: de 08:00 a 18:00
Sábado: de 09:00 a 13:00

Oficina del permiso de conducción y matriculación de vehículos

Autoridad de matriculación de vehículos: Información sobre la matriculación de vehículos

En nuestra oficina de matriculación de vehículos podemos ayudarle en todo lo relacionado con su coche. Por ejemplo:

- Matriculaciones nuevas y rematriculaciones: Matriculamos su vehículo, ya sea nuevo o usado.
- Transferencias: ¿Desea transferir su vehículo a otra persona? Nosotros le ayudamos.
- Bajas y nuevas matrículas: ¿Quiere dar de baja su coche o necesita una nueva matrícula? Podemos ayudarle.
- Asignación de matrículas: Emitimos diversas matrículas, por ejemplo: matrículas de exportación (para coches que van al extranjero),
- matrículas temporales (para pruebas de conducción o transferencias),
- placas rojas (para concesionarios y talleres).

También intervenimos si

- No se ha pagado el impuesto de matriculación: Si no pagas el impuesto, puede haber sanciones.
- Falta el seguro: Si su coche no está asegurado, puede ser sancionado.
- Se encuentran defectos en el coche: Si hay defectos, el coche puede ser inmovilizado. En casos graves, se incluirá en la lista de buscados.

Oficina del permiso de conducir: todo lo que debe saber sobre el permiso de conducir

La oficina del permiso de conducir le ayuda con todas las cuestiones relacionadas con el permiso de conducir. Nuestros servicios incluyen

- Solicitar, prorrogar, renovar o sustituir su permiso de conducción: Le ayudamos en todos los trámites.
- Retirada o restablecimiento del permiso de conducción: En determinados casos, el permiso de conducción puede retirarse o volver a expedirse.
- Condiciones o restricciones: Determinamos si son necesarias condiciones para su permiso de conducción.
- Permiso de conducir para transporte de viajeros: ¿Necesita un permiso de conducir para taxi, autobús o coche de alquiler? Podemos ayudarle.
- Permiso de profesor de autoescuela: ¿Quiere ser profesor de autoescuela? Expedimos o retiramos permisos de profesor de autoescuela.
- Autorización de autoescuelas: Autorizamos y controlamos las autoescuelas en Ingolstadt.

Contacto y horarios

Oficina de Tráfico

Oficina de expedición de permisos de conducción

 [Wiechertstraße 1](#)

85055 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8413051790](tel:+49(0)8413051790)



[+49 \(0\) 8413051796](tel:+4908413051796)

@fuehrerscheinstelle@ingolstadt.de

 ulassun_gsstelle@ingolstadt.de

Horario de apertura (sólo con cita previa)

Lunes: 07:30 - 12:30

Martes: 07:30 - 12:30, 14:00 - 16:00

Miércoles: 07:30 - 12:30

Jueves: 07:30 - 12:30, 15:00 - 17:00

Viernes: 07:30 - 12:30

  Concertar citas [en línea en](#).

  Utilice el portal en línea www.ingolstadt.de/online.

Centro de asistencia Ingolstadt

El centro de asistencia de Ingolstadt es un lugar donde puede recibir asesoramiento gratuito. Nuestros asesores estarán encantados de ayudarle.

Nuestro trabajo está establecido en la [ley](#). Debemos guardar silencio si usted nos cuenta algo.

El centro de asistencia de Ingolstadt cuenta con el apoyo de diversas organizaciones:

- Las cajas del seguro de enfermedad y asistencia
- El distrito de Alta Baviera
- La ciudad de Ingolstadt

[Aquí](#) también puede descargar folletos. Están disponibles en 4 idiomas y en lenguaje sencillo.

Pflegestützpunkt Ingolstadt | Pflegeberatung

 [Fechtgasse 6, 85049 Ingolstadt](#)

@pflegestuetzpunkt@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 84130550040](tel:+49084130550040)

 <https://www.pflegestuetzpunkt-ingolstadt.de/>

Horario de atención al público

Lunes y martes: de 09:00 a 12:00, de 14:00 a 16:00

Miércoles: cerrado

Jueves: de 09:00 a 12:00, de 14:00 a 18:00

Viernes: de 09:00 a 12:00

Asesoramiento adicional en el centro de apoyo asistencial:

Jornada de consulta sobre las prestaciones sociales del distrito de Alta Baviera:

- Cuándo: Todos los jueves de 10.00 a 12.00 horas
- Temas: Ayudas a la integración para personas con discapacidad y ayudas para personas necesitadas de cuidados
- Para concertar una cita: [089 219 821 057](tel:089219821057) o beratung-in@bezirk-oberbayern.de

Centro especializado para familiares cuidadores de la Alzheimer Gesellschaft Ingolstadt e.V.:

- Cuándo: Sólo con cita previa. Martes entre las 09:00 y las 12:00 horas
- Temas: Apoyo a familiares cuidadores y tratamiento de la demencia
- Para pedir cita: [0841-8817732](tel:08418817732) o info@alzheimer-ingolstadt.de

Asesoramiento complementario de participación independiente (EUTB):

- Cuándo: El último jueves de cada mes, de 14.00 a 17.00 horas.
- Dónde: En el centro de asistencia de Ingolstadt
- Para concertar una cita: [0841 994 764 51](tel:084199476451) o margit.retzer.eutb@ospe-ev.de

Asociación bávara de ciegos y deficientes visuales:

Cuándo: Sólo con cita previa. El último martes de cada mes, de 9.00 a 16.00 horas.

Dónde: En el centro de asistencia de Ingolstadt

Para concertar una cita: [089 559 881 16](tel:08955988116) o sabine.pia@bbsb.org

Distrito de Alta Baviera

Distrito de Alta Baviera

El distrito ayuda de muchas maneras:

Ayuda con los cuidados: Las personas mayores o que necesitan cuidados reciben distintos tipos de ayuda. Queremos que cada persona reciba la ayuda adecuada. Hablamos con cada persona en detalle. Para entender lo que necesitan. Y para asegurarnos de que reciben la ayuda adecuada.

Ayuda a la integración para personas con discapacidad: Las personas con diversas discapacidades o enfermedades pueden encontrar apoyo en el distrito de Alta Baviera. El distrito se ocupa de personas con discapacidades físicas, mentales o psicológicas. Les ayuda a vivir bien y a integrarse en la sociedad.

Representantes de personas **con discapacidad**: en el distrito de Alta Baviera hay personas que se ocupan especialmente de las necesidades de las personas con discapacidad. Estos representantes velan por que se salvaguarden los derechos y el bienestar de las personas con discapacidad. Los familiares y afectados pueden acudir a ellos si necesitan consejo o apoyo. Los representantes defienden las preocupaciones de las personas con discapacidad. Velan por que estas preocupaciones se incorporen al trabajo del distrito.

Asesoramiento in situ:

En Ingolstadt hay centros especiales de asesoramiento para ayudar con preguntas y problemas.

El asesoramiento tiene lugar todos los jueves de 10:00 a 12:00 en el Bürgerhaus Neuburger Kasten.

Allí se ofrece apoyo a los interesados y se responde a sus preguntas.

Sprechtag zu den Sozialleistungen des Bezirks Oberbayern | Beratung in Ingolstadt zu Sozialleistungen des Bezirks Oberbayern

📍 [Fechtgasse 6, 85049 Ingolstadt](#)

@ beratung-in@bezirk-oberbayern.de

☎ [+49 \(0\) 89219821057](tel:+49(0)89219821057)

🌐 <https://www.bezirk-oberbayern.de/Service/Service-...>

Más información y ayuda:

Pflegestützpunkt Ingolstadt | Pflegeberatung

📍 [Fechtgasse 6, 85049 Ingolstadt](#)

@ pflegestuetzpunkt@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550040](tel:+49(0)84130550040)

🌐 <https://www.pflegestuetzpunkt-ingolstadt.de/>

Distritos bávaros

En Baviera hay un total de siete distritos.

La ciudad independiente de Ingolstadt se encuentra en el mayor distrito bávaro: [Alta Baviera](#).

Estos [distritos](#) se denominan: Alta Baviera, Baja Baviera, Alto Palatinado, Alta Franconia, Franconia Media, Baja Franconia y Suabia.

Cada uno de estos distritos tiene ciertas tareas que son muy importantes. Estas tareas van más allá de las responsabilidades de las ciudades y municipios.

Los siete distritos bávaros son autoridades locales. Están anclados en la Constitución bávara.

Los tres niveles municipales están en pie de igualdad y cada uno cumple sus propias tareas.

1. Municipios y ciudades (primer nivel municipal)
2. Condados (segundo nivel municipal)
3. Distritos (tercer nivel municipal en Baviera).

¿Cuál es la diferencia con las autoridades gubernamentales?

Pero también hay algo que suena parecido. Se trata de los distritos gubernamentales. Sin embargo, los Regierungsbezirke no son lo mismo que los Bezirke. Los distritos gubernamentales son partes de la administración estatal. El Estado federado de Baviera tiene siete distritos administrativos. Las tareas de los Regierungsbezirke son diferentes de las de los Bezirke. Los distritos gubernamentales se ocupan de las cosas que determina el Estado.

Las principales tareas de los distritos bávaros:

Ayudar a las personas con discapacidad:

Los distritos de Baviera ayudan a las personas que tienen alguna discapacidad. Pagan escuelas especiales donde estas personas pueden aprender. También financian talleres donde las personas con discapacidad pueden trabajar. También hay programas de atención pagados por los distritos. Los distritos también ayudan a las personas a encontrar trabajo y apoyan su integración en la sociedad. Esto significa que ayudan a las personas con discapacidad a vivir mejor en la comunidad.

Cuidados:

En Baviera, los distritos se ocupan de las personas que necesitan cuidados. Esto significa que ayudan a las personas que ya no pueden vivir solas y necesitan apoyo en la vida cotidiana. Los distritos sufragan los gastos de las residencias donde pueden vivir estas personas. Los distritos también financian los servicios de asistencia a domicilio. Los distritos también apoyan a las familias que cuidan de sus parientes en casa. Ofrecen asesoramiento y ayuda económica.

Salud mental:

Los distritos se aseguran de que las personas con enfermedades mentales reciban la ayuda que necesitan. Esto significa que pagan el tratamiento para que la gente se sienta mejor. También financian sesiones de asesoramiento en las que las personas pueden hablar de sus problemas y obtener ayuda. También hay residencias especiales para enfermos mentales, pagadas por los distritos.

Educación y cultura:

Los distritos apoyan escuelas, museos, teatros y otras instituciones culturales. Promueven proyectos que enriquecen la vida cultural. Esto significa que dan dinero para cosas que hacen la vida de la gente más interesante y agradable. Esto incluye también eventos y exposiciones en museos o representaciones en teatros.

Asistencia social:

Los distritos ayudan a personas especialmente necesitadas. Puede tratarse, por ejemplo, de personas sin hogar. Los distritos también ayudan en caso de dificultades sociales o problemas económicos. Ofrecen asesoramiento y apoyo para que las personas puedan volver a vivir mejor.

Salud:

Los distritos garantizan que todo el mundo reciba atención médica. Esto significa que ayudan a las personas que están enfermas y necesitan ver a un médico. Esto es especialmente importante para las personas que no tienen seguro médico o no pueden pagar los gastos por sí mismas. Los distritos pagan el tratamiento médico necesario.

Bienestar juvenil:

Los distritos apoyan a los jóvenes y a las familias. Esto significa que ayudan con los problemas familiares y ofrecen actividades de ocio para niños y jóvenes. También apoyan la formación y ayudan a los jóvenes a iniciarse en la vida laboral.

Objetivo del trabajo de los distritos:

Los distritos trabajan en estrecha colaboración con las ciudades y los municipios. Su objetivo es garantizar que todas las personas de Baviera puedan vivir bien y recibir la ayuda que necesitan.

Servicio de vigilancia del tráfico (VÜD)

Servicio de vigilancia del tráfico (VÜD)

El servicio de vigilancia del tráfico vela por el cumplimiento de las normas de circulación. Vigilan el tráfico en la ciudad y se aseguran de que los coches están correctamente aparcados y de que se respetan las señales de tráfico.

Tareas de la VÜD

- Controlar los aparcamientos: Comprueban que los coches están correctamente aparcados y que no ha caducado ninguna multa.
- Control de las señales de tráfico: comprueban que los coches respetan las normas de tráfico, por ejemplo, que no aparcen donde no hay restricciones de parada.
- Ayuda en eventos: En grandes eventos, velan por la regulación del tráfico.
- Apoyo a la policía: ayudan a la policía a controlar el tráfico y a denunciar las infracciones.

¿Por qué es importante la VÜD?

La VÜD contribuye a la seguridad y fluidez del tráfico en la ciudad. Previene accidentes y vela por que todos los usuarios de la vía pública respeten las normas. Esto hace que la ciudad sea más segura para peatones, ciclistas y automovilistas.

Verkehrsüberwachungsdienst | Verkehrsüberwachung

 [Milchstraße 23, 85049 Ingolstadt](#)

 @vued@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 8413051764](tel:+49(0)8413051764)

 <https://www.ingolstadt.de/Verkehrs-%C3%BCberwachu...>

Últimas noticias

Jornada de natación femenina en la piscina cubierta de Südwest

Jornada de natación femenina en la piscina cubierta de Südwest

La piscina cubierta de Südwest organiza regularmente jornadas de natación para mujeres. Las fechas actuales se pueden consultar en [el sitio web de](#) la [piscina](#) cubierta, en la sección "Jornada de natación femenina".

¿Cuándo son las próximas fechas?

La próxima jornada de natación femenina tendrá lugar el lunes 15 de septiembre, de 17.00 a 21.00 horas.

Las próximas fechas serán el lunes 3 de noviembre de 2025 y el lunes 29 de diciembre de 2025.

- En este día, las niñas y las mujeres podrán utilizar la piscina y nadar tranquilamente.
- La entrada sólo está permitida a las mujeres mayores de 12 años.
- No se permite la entrada a niñas y niños menores de 12 años.

¿Por qué hay un día de natación para mujeres?

Muchas mujeres acuden porque quieren sentirse libres y seguras mientras nadan.

- Una supervisora cuida de las nadadoras.
- Todas las ventanas de la zona de baño tienen mosquiteras.
- El precio de la entrada es el mismo que el de la piscina normal.
- Atención:
 - En la piscina cubierta sólo se permiten pequeños tentempiés.
 - No se permiten botellas de vidrio.
 - El bañador es obligatorio.

¿Quién organiza la iniciativa?

Ingrid Gumplinger, responsable de integración de la ciudad de Ingolstadt, invita cordialmente a todas las mujeres.

La iniciativa es el resultado de la cooperación entre la Responsable de Integración, el Consejo de Migración, la Responsable de Igualdad de Oportunidades y la Responsable de Inclusión. Freizeitanlagen GmbH de Stadtwerke Ingolstadt apoya la organización.

Stadtwerke IN | Hallenbad Südwest

 [Lindberghstraße 71, 85051 Ingolstadt](#)

 [+49 \(0\) 8008000230](#)

 <https://sw-i.de/freizeit/hallenbad-suedwest/>

Cuidado con los falsos empleados de COM-IN y GWG



Atención: falsos empleados de COM-IN y GWG en movimiento

□ ¿Qué está pasando ahora mismo?

Cada vez más gente lo está denunciando:
Personas desconocidas están llamando a los timbres.
Dicen que trabajan para COM-IN.
Pero eso no es cierto.

Estas personas suelen entrar en grandes bloques de apartamentos.
Dicen que quieren explicar algo sobre la ampliación de la fibra óptica.
Algunos incluso piden dinero.

¿Quién hace las advertencias?

Las empresas COM-IN Telekommunikations GmbH
y la GWG Ingolstadt
lo dicen claramente:
Estos no son empleados reales.

□ Cómo reconocer a los empleados auténticos

Los empleados auténticos de COM-IN o GWG:

- siempre muestran un distintivo.
- suelen llevar uniforme.
- no piden dinero en efectivo en la puerta

□ Qué puede hacer

¿No estás seguro?
¿O ha visto algo sospechoso?

Llame directamente a COM-IN.
Así evitarás nuevos intentos de fraude.

☎ Contacta con el verdadero COM-IN
Teléfono +49 (0) 841885110
□ Correo electrónico: kontakt@comin-glasfaser.de

Novedades en Ingolstadt: ocio, eventos y consejos de un vistazo.

iIngolstadt_live ya está aquí!

La nueva plataforma de ocio y aventura para todos aquellos que quieran descubrir o vivir Ingolstadt. En www.ingolstadt.live encontrará

- eventos actuales en la ciudad
- Consejos para excursiones, visitas a la ciudad y rutas en bicicleta
- Información sobre museos, restaurantes y alojamientos
- Toda la oferta cultural, deportiva y de ocio

El sitio se actualiza a diario y está en constante crecimiento. Pronto se añadirá también nuestro ayudante digital Viktor, para facilitar aún más la búsqueda de eventos.

Participe

¿Está organizando algo en Ingolstadt?

Entonces simplemente introduzca sus fechas usted mismo:

➤ www.ems.ingolstadt.live

El registro es gratuito. A continuación, podrá gestionar usted mismo sus eventos en cualquier momento.

Ingolstadt_live está ahí para todos: para invitados, residentes y organizadores.



Eche un vistazo y participe.

Documentos de identidad y fotos de pasaporte: Cambios a partir de mayo de 2025 en Alemania

Desde mayo de 2025, hay nuevas normas para los documentos de identidad y las fotos de pasaporte en Alemania.

He aquí una sencilla explicación de los puntos más importantes:

Fotos de pasaporte solo digitales:

- Las fotos de pasaporte para los documentos de identidad ya no se pueden llevar en papel.
- Deben tomarse digitalmente y enviarse directamente a las autoridades.

Esto funciona

- en máquinas fotográficas especiales de la Oficina de Registro de Ciudadanos (coste: unos 6 euros).
- en fotógrafos autorizados y farmacias.

Las fotos se guardan codificadas:

- Las autoridades pueden recuperar la imagen en línea mediante un código especial.
- Esto protege contra la usurpación de identidad y hace más seguros los carnés de identidad.

Estos documentos de identidad se ven afectados

- Pasaporte
- documento de identidad

- Permiso de residencia electrónico
- Documentos de viaje

Para más información:

- Desde mayo de 2025, los documentos de identidad también pueden enviarse a casa por correo postal.
- Es posible recibir recordatorios por correo electrónico poco antes de que caduque el DNI.
- Cambio sencillo de domicilio:
Envío de una pegatina de seguridad para pegar en el propio DNI.
- Desde enero de 2024, los niños a partir de 6 años también deben facilitar sus huellas dactilares,
sólo hay pasaportes con chip.

Los nuevos mapas de rutas escolares están aquí**Itinerarios escolares 2025/26: seguridad para los más pequeños**

Ya están aquí los nuevos mapas de rutas escolares para el curso 2025/26. Estos útiles planos muestran rutas seguras al colegio y contienen información importante para padres y niños.

Características especiales de los planos

La imagen de la portada la diseñan cada año los alumnos de primer curso. Este año, 1524 niños presentaron sus ideas creativas al concurso de pintura organizado por la Escuela de Tráfico para Jóvenes bajo el lema "Mi ruta segura a la escuela". El mejor dibujo adorna ahora los nuevos mapas de rutas escolares.

¿Qué contienen los mapas?

- Planos de la ciudad con rutas escolares y puntos peligrosos
- Señalización de pasos de cebra, semáforos, paradas de autobús, zonas de 30 km/h y patrullas de cruce escolar
- Consejos sobre seguridad vial

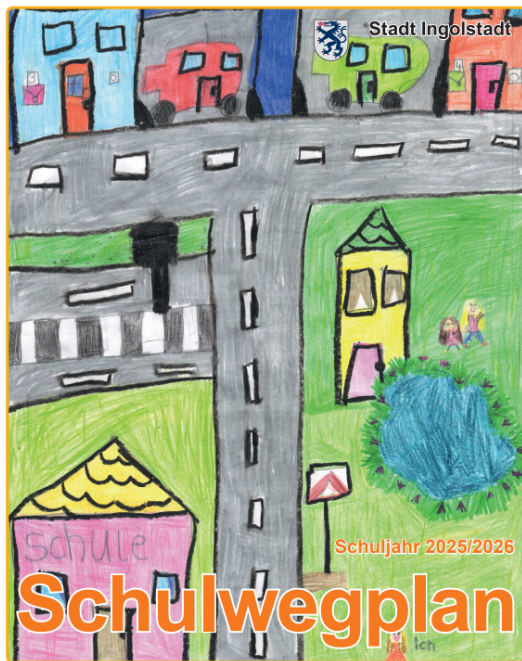
Distribuimos los mapas de rutas escolares a todas las escuelas primarias y especiales para la matriculación escolar en marzo. Están pensados para ayudar a las familias a practicar la ruta más segura para ir al colegio. Los jardines de infancia también reciben los planos.

Para más información

Los planos de las rutas escolares pueden [descargarse](#) de Internet.

Puede utilizar estos planos para fomentar la seguridad en el camino al colegio y la movilidad autónoma de los niños.

Muchas gracias a los socios implicados y a los niños creativos.



Expediente electrónico del paciente (ePA)

A partir del **15 de enero de 2025** se introducirá en Alemania un nuevo expediente digital del paciente denominado **expediente electrónico del paciente (ePA)**. Este expediente almacenará todos los datos sanitarios importantes, como lo que el médico ha averiguado sobre su salud, la medicación que toma o los exámenes a los que se ha sometido.

Todas las personas con seguro médico obligatorio reciben automáticamente esta ePA. Si no lo desea, puede oponerse.

Médicos y pacientes pueden acceder a los datos sanitarios de forma rápida y sencilla a través de la ePA. Pero sólo las personas autorizadas pueden ver los datos. Así se mantiene la seguridad de los datos.

¿Cómo pueden los asegurados negarse a crear una ePA? ¿Qué plazos se aplican?

Si más adelante alguien ya no desea utilizar la ePA, puede eliminarla. El objetivo es permitir que médicos y pacientes colaboren más rápido y mejor para mejorar la salud.

Si alguien quiere rechazar la ePA, debe informar a su seguro médico. Si no lo hace, la ePA se creará automáticamente.

Detalles importantes sobre la ePA. ¿Qué hay que tener en cuenta?

Contenido de la ePA:

- Toda la información importante de sus visitas al médico se incluye automáticamente en el EPR si está disponible en formato digital. Esto significa, por ejemplo, que los hallazgos o diagnósticos que anote el médico se transfieren al EPR.
- También puede cargar usted mismo en la ePA información como las constantes vitales (por ejemplo, su altura o peso) o documentos médicos antiguos.
- A partir de 2025, habrá un resumen automático de toda la medicación que esté tomando. Más adelante se completará con un plan especial de medicación.

Derechos de acceso:

- Puede especificar qué médicos u hospitales están autorizados a acceder a su ePA. Si quiere hacer cambios, puede hacerlo a través de la aplicación ePA o ponerse en contacto con la oficina del defensor del paciente de su seguro médico.
- Si leen su tarjeta sanitaria en la consulta de un médico o en un hospital, tendrán acceso temporal a su ePA durante 90 días, salvo que usted se oponga.

Uso y accesibilidad:

- Puede gestionar la ePA a través de una aplicación especial en su smartphone. Cada Caja de Enfermedad ofrece su propia aplicación, que puede descargarse gratuitamente de App Store (para iOS) o Google Play Store (para Android).
- Si no tienes un smartphone, puedes obtener ayuda en farmacias o centros especiales para acceder a tu ePA.

Normativa legal:

- La introducción de la ePA comenzará inicialmente en Hamburgo y Renania del Norte-Westfalia. Después estará disponible en toda Alemania a partir de febrero de 2025.
- Los asegurados privados también pueden utilizar una ePA, aunque esto depende de la compañía de seguros en cuestión.

Ventajas:

- La ePA facilita la comunicación entre médicos, hospitales y otros centros médicos. Le ofrece una mejor visión de conjunto de sus datos sanitarios.
- Además, la ePA aumenta la seguridad y precisión de la medicación.

Desafíos:

- No todos los documentos, como los antiguos informes médicos en papel, se digitalizan automáticamente. No obstante, puede preguntar a su seguro médico si puede encargarse de la digitalización.
- Al principio puede haber dificultades técnicas porque algunos médicos tienen que adaptar el software de su consulta.
- Otro problema es que no hay información multilingüe, es decir, no hay traducciones a otros idiomas.

La ePA es un paso importante hacia la digitalización del sector sanitario. Debería mejorar la atención médica. También proporciona una base para la investigación.

¿Quiere saber más? Aquí encontrará más información:

 [Preguntas y respuestas del KBV sobre el expediente electrónico del paciente \(ePA\)](#)

 [Información del centro de asesoramiento al consumidor sobre el ePA](#)

Horarios y días festivos Baviera

Horarios de apertura

La mayoría de las grandes tiendas de comestibles de Ingolstadt abren de lunes a sábado de

8.00 a 20.00 horas. La mayoría de las tiendas del centro de la ciudad abren de 10.00 a 19.00 horas. Las tiendas más pequeñas suelen tener un horario más reducido. A veces también hay una pausa para comer. Casi todos los comercios cierran los domingos, aunque abren las panaderías, los pequeños comercios de las gasolineras y las pequeñas tiendas de la estación principal de ferrocarril.

Los días festivos no se trabaja y todas las tiendas están cerradas. Excepción: algunas profesiones que trabajan por turnos. Muchas panaderías abren por la mañana los domingos y festivos. Los autobuses y trenes circulan los domingos y festivos a horas diferentes que los días laborables.

Días festivos

Hay días festivos en toda Alemania y días festivos que varían de un estado a otro. En Baviera hay 13 días festivos. La mayoría son fiestas religiosas. En los días festivos no se trabaja por motivos religiosos o laicos. Los comercios y las administraciones públicas cierran en estos días.

Días festivos 2025 en Ingolstadt

Enero

Miércoles, 1 de enero de 2025 (Año Nuevo)

Lunes, 6 de enero de 2025 (Epifanía)

Abril

Viernes, 18 de abril de 2025 (Viernes Santo)

Lunes, 21 de abril de 2025 (Lunes de Pascua)

Mayo

Jueves, 1 de mayo de 2025 (Fiesta del Trabajo)

Jueves, 29 de mayo de 2025 (Ascensión)

Junio

Lunes, 09 de junio de 2025 (Lunes de Pentecostés)

Jueves, 19 de junio de 2025 (Corpus Christi)

Agosto

Viernes, 15 de agosto de 2025 (Asunción)

Octubre

Viernes, 3 de octubre de 2025 (Día de la Unidad Alemana)

Noviembre

Sábado, 1 de noviembre de 2025 (Todos los Santos)

Diciembre

Jueves, 25 de diciembre de 2025 (Navidad)

Viernes, 26 de diciembre de 2025 (Segundo día de Navidad)

Días festivos en Ingolstadt 2026

Enero

1. 1 de enero de 2026 (jueves) - Año Nuevo

6 de enero de 2026 (martes) - Reyes Magos (Epifanía)

Abril

3. 3. Abril 2026 (viernes) - Viernes Santo

6 de abril de 2026 (lunes) - Lunes de Pascua

Mayo

- 1. Mayo de 2026 (viernes) - Día del Trabajo/Día del Trabajo
- 14 de mayo de 2026 (jueves) - Día de la Ascensión
- 25 de mayo de 2026 (lunes) - Lunes de Pentecostés

Junio

- 4. Junio de 2026 (jueves) - Corpus Christi

Agosto

- 15 de agosto de 2026 (sábado) - Día de la Asunción (En los municipios bávaros de mayoría católica, el Día de la Asunción es festivo) [Oficina Estatal de Estadística de Baviera](#)

Octubre

- 3 de octubre de 2026 (sábado) - Día de la Unidad Alemana

Noviembre

- 1. Noviembre 2026 (domingo) - Día de Todos los Santos

Diciembre

- 25 de diciembre de 2026 (viernes) - Navidad
- 26 de diciembre de 2026 (sábado) - Boxing Day

Vacaciones escolares y días festivos

Vacaciones escolares y días festivos

Vacaciones escolares

Las escuelas están cerradas durante las vacaciones escolares. Los alumnos no van a la escuela. En Baviera hay estas vacaciones escolares

- 1 semana de vacaciones de otoño en torno a la festividad de Todos los Santos (1 de noviembre),
- 2 semanas de vacaciones de Navidad entre Navidad (24 de diciembre) y Reyes (6 de enero),
- 1 semana de vacaciones de invierno a partir del Lunes Rosa,
- 2 semanas de vacaciones de Semana Santa en torno a Pascua,
- 2 semanas de vacaciones de Pentecostés en torno a Pentecostés,
- 6 semanas de vacaciones de verano desde finales de julio o principios de agosto hasta el inicio del nuevo curso escolar en septiembre.

Encontrará más información y las fechas actuales aquí:  [Felices vacaciones en Baviera](#)

Días festivos

Además de las vacaciones escolares, también hay días festivos en los que no hay clase. Aquí puede consultar qué días festivos hay en Baviera:

 Días [festivos en Baviera](#).

Los alumnos judíos, musulmanes y ortodoxos están exentos de clase en determinadas fiestas religiosas:

 [Felices fiestas en Baviera](#)

Por favor, informe a la escuela si su hijo no puede venir a la escuela debido a estos días festivos.

Trace the Face - Servicio de búsqueda de familiares desaparecidos de DRK

Trace the Face - Suchdienst

Wenn Sie Angehörige auf den Migrationsrouten nach Europa verloren haben, kann Ihnen das Suchinstrument  [Trace the Face](#), eine Online-Fotogalerie von Suchenden, helfen.

 [Suchdienste](#) vom Roten Kreuz, vom Roten Halbmond und das Internationale Komitee vom Roten Kreuz helfen Ihnen:

- Ihre vermissten Familienangehörigen wieder zu finden,
- eine Nachricht von Ihnen an Ihre Familie zu senden oder
- eine Haftbescheinigung für Personen zu erhalten, die inhaftiert wurden.
- Wenn Sie ein Flüchtling sind, können wir Ihnen vielleicht auch dabei helfen, dass Sie wieder mit Ihrer Familie vereint werden.
- Wenn Sie Spätaussiedler sind, können wir Sie und Ihre Familie bei der Aussiedlung nach Deutschland unterstützen.
- Wenn Sie Gewissheit über das Schicksal eines im Zweiten Weltkrieg verschollenen Angehörigen suchen, können wir auf unsere seit 1945 gesammelten Erkenntnisse zurückgreifen.

Tracetheface.org ist derzeit in sieben Sprachen verfügbar: Arabisch, Dari, Englisch, Französisch, Paschtu, Somali und Spanisch. Weitere Sprachen werden folgen.

[Folleto BRK-SD-Centros de asesoramiento E.pdf](#)

[Folleto BRK-SD-Centros de asesoramiento E.pdf](#)

[TracetheFacePosterGermanRC.pdf](#)

Ayuda en caso de emergencia

Números de emergencia - SOS

Una emergencia es una amenaza aguda para la salud. Sólo debes ponerte en contacto con un médico de urgencias o un servicio de rescate en caso de emergencia o amenaza aguda para la salud.

Contactos de emergencia

Policía  [110](#)

Bomberos, servicio de rescate  [112](#)

Ambulancia, médico de urgencias  [112](#)

Centro de toxicología de Nuremberg [+49 \(0\) 9113982451](#)

Llamada de emergencia en caso de intoxicación Múnich [+49 \(0\) 8919240](#)

 Los números de emergencia de los teléfonos móviles siempre funcionan, incluso si tienes una tarjeta prepago sin crédito/dinero!

También le puede interesar:  [Así funciona la localización a través del teléfono móvil en caso de emergencia - enviar ubicación.](#)

Información importante para una llamada de emergencia

- **¿Quién** llama (su nombre)?
- **¿Dónde** ha ocurrido algo (dirección)?
- **¿Qué** ha ocurrido?
- **¿Cuántos** heridos o enfermos hay?
- **¿Qué tipo** de enfermedades o lesiones hay?
- **Espere** a que le hagan más preguntas.

Mantenga la calma. Hable despacio y con claridad para que le entiendan mejor. No finalice la llamada. El centro de llamadas de emergencia / policía finalizará la llamada cuando se haya transmitido toda la información importante.

 No olvide el carné de identidad o el justificante de llegada al hospital. Si está inscrito en un seguro de enfermedad, lleve consigo la tarjeta del seguro.

 Como solicitante de asilo, sólo puede ir al hospital sin un justificante de tratamiento en caso de urgencia. En el hospital, debe demostrar que es solicitante de asilo con su justificante de llegada y los gastos se abonarán a través de la Oficina de Asuntos Sociales.

Servicio de urgencias médicas, servicio de urgencias farmacéuticas

Servicio médico de guardia

¿Es de noche, domingo o festivo?
¿Necesita un médico? No se encuentra bien.
¿Su médico no está disponible?

Puede llamar aquí. Número:  [116 117](#)
Pregunte por un médico de guardia.
Pero no para urgencias.

Urgencia vital o accidente

¿Te has envenenado, has tenido un accidente grave o tienes una herida que sangra mucho?

Llama al número de emergencias:  [112](#)

O acude al hospital:

[GOIN-Ärztliche Bereitschaftspraxis Ingolstadt](#)

Servicio de urgencias Klinikum Ingolstadt GmbH:

 [Levelingstraße 21](#), 85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8418802750](#)

Servicio de urgencias dentales

¿Una urgencia con un diente?
¿Por ejemplo, dolor, hemorragia, accidente?
¿Su dentista no está abierto?

¿Dónde está el servicio de urgencias? Eche un vistazo a  [aquí](#)

Servicio de urgencias de farmacia

¿Qué farmacia de Ingolstadt abre los fines de semana o por la noche?

Busque aquí: [Farmacia servicio de urgencias](#)

Policía

Cómo protegerse de los defraudadores

Desde trucos con nietos hasta falsos policías

A los estafadores siempre se les ocurren nuevos trucos para apoderarse de sus objetos de valor. Suelen aprovecharse de la credulidad de las personas mayores. Se hacen pasar por comerciantes, falsos policías o recaudadores de fondos.

- Por tanto, abra la puerta sólo a personas conocidas.
- Averigüe primero quién está en la puerta de su casa.
- ¿Conoce personalmente a esa persona?
- Si es un desconocido, tenga cuidado en cualquier caso.
- ¿Tiene cerradura?
 - Esto significa que sólo puedes abrir la puerta de entrada una rendija y nadie puede entrar en tu casa sin tu permiso.
- ¿Tiene un sistema de manos libres?
 - Pregunta antes de abrir la puerta, pero mantente escéptico.
- Los delincuentes pueden informarse de antemano y alegar datos falsos.
 - Por ejemplo, uno de sus vecinos puede haberles enviado a usted por determinados motivos.
- En cualquier caso, desconfíe si no puede ver a la persona. Hay muchos trucos desagradables.

<https://www.deutsche-rentenversicherung.de/Shared...>

El truco del nieto

Nunca des información por teléfono si no conoces a la persona a la que llamas. Es mejor colgar antes de entablar una conversación. Es mejor decir que primero consultará a sus nietos o hijos antes de caer en un truco de este tipo y transferir dinero a alguien.

Falsos policías

El truco del nieto está siendo sustituido cada vez más por falsos agentes de policía.

Un **supuesto agente de policía** le llama:

- En la pantalla de su teléfono aparece el número "**110**" como **falso identificador de llamadas**.
- El supuesto policía afirma que se ha producido un robo en su barrio.
- La persona que llama informa de que los ladrones han sido detenidos y que se ha encontrado una lista de las direcciones en las que entraron a robar.
- Por tanto, la policía tendría que revisar su casa para recuperar los objetos de valor.

En casos similares, un **supuesto empleado de un banco** llama y quiere comprobar si hay irregularidades en su cuenta.

- No facilite su PIN bajo ningún concepto.
- No acceda a ninguna otra exigencia, como meter su tarjeta bancaria o números PIN en un sobre y entregárselos a un supuesto empleado del banco en la puerta de su casa".



A continuación, llame inmediatamente a la policía y denuncie el fraude en  **110**

<https://www.polizei-dein-partner.de/themen/diebst...>

Policía en Alemania

La policía protege la seguridad interior y el orden en Alemania.

Debe investigar si alguien no cumple la ley y garantizar que los delincuentes puedan ser castigados.

Se ocupa de las víctimas de delitos.

También ayuda de antemano y asesora a las personas sobre cómo pueden protegerse de delitos penales, como los robos.

Es importante que las víctimas acudan a la policía y les cuenten lo que les ha pasado o lo que han visto. Sólo así podrá la policía encontrar y castigar a los autores.

La policía de cada estado federado tiene sus propios colores y estructuras nacionales. Sin embargo, sus tareas son generalmente las mismas en toda Alemania.

Entre estas tareas se encuentran las siguientes

- Prevención de delitos e infracciones de tráfico;
- Lucha e investigación de delitos penales (§ 163 StPO).
- Regulación del tráfico por carretera, registro e investigación de accidentes de tráfico (artículo 44, apartado 2, del StVO);
- Investigación y lucha contra la ciberdelincuencia;
- Formación de policías subalternos

En situaciones de peligro para usted o para otras personas, llame al número de emergencias

 **110**

Comisaría de Ingolstadt

Área de responsabilidad:

Ciudad de Ingolstadt y municipios de

- Gaimersheim
- Großmehring
- Hepberg
- Kösching
- Lenting
- Manching
- Wettstetten

En caso de peligro para usted o para otras personas, llame al número de emergencias  **110**

Di las cosas importantes

- ¿Qué ha ocurrido?
- ¿Dónde se ha producido la emergencia o el accidente?
- ¿Cuántos heridos hay?
- ¿Qué tipo de lesiones?
- Espera a las preguntas del centro de control de salvamento.

Polizeiinspektion Ingolstadt | Polizei

 [Esplanade 40, 85049 Ingolstadt](#)

 [+49 \(0\) 84193430](#)

 <https://www.polizei.bayern.de/wir-ueber-uns/organ...>

Protección civil

Aviso por sirena y altavoz

Pruebas de sirenas y su significado en Ingolstadt

En Ingolstadt se realizan pruebas de sirenas todos los meses. Esto significa que se prueban las sirenas.

Las sirenas también se prueban en los días de alerta nacional.

Qué significan las sirenas

Las sirenas nos advierten de peligros como incendios u otras emergencias. También son importantes para la protección civil.

Las señales de las sirenas:

Tres tonos continuos  (🌐 encendido durante 12 segundos, pausa de 12 segundos, tres veces):

- Significa que se está avisando a los bomberos.

Tono ululante largo, ascendente y descendente  (🌐 1 minuto):

- Existe un gran peligro.
- Escuche la radio o vea la televisión para informarse.
- Dependiendo del riesgo local de peligro, también significa que todas las ventanas y puertas deben cerrarse inmediatamente.
- No encienda chispas, por ejemplo, en una cocina de gas.
- No fume.
- Desconecte el aire acondicionado.
- No permanezca al aire libre.
- Deje a sus hijos en la guardería o en el colegio.
- Ayude a otros transeúntes vulnerables y acójalos.
- Sólo haga llamadas telefónicas en caso de emergencia absoluta, ya que las líneas telefónicas estarán saturadas.
- Utilice únicamente los números de emergencia 110 y 112.

Todo despejado: 

- Un tono constante durante 1 minuto.
- El peligro ha pasado.

Alarmas de prueba y pruebas

- Dos veces al año se realizan pruebas de alarma en toda Baviera.
- También se prueban aplicaciones de alerta como NINA y KATWARN.
- Las alertas también se envían a los teléfonos móviles en forma de mensajes push.
- El Ministerio del Interior bávaro anuncia con antelación cuándo tendrán lugar las pruebas.
- Estas pruebas no son peligrosas.

Para más información

💡 Encontrará las fechas y más información en la [página web](#) 🌐 [del Ministerio del Interior de Baviera](#).

💡 La Oficina Federal de Protección Civil dispone de un folleto con consejos para casos de emergencia. El folleto se llama 🌐 ["Katastrophen Alarm"](#) y está disponible en alemán, inglés y francés.

Aplicaciones de protección civil

Aplicaciones de protección civil: KATWARN y NINA

La policía, los bomberos y las autoridades utilizan aplicaciones para avisar a la población de atentados, riesgos naturales o bombas.

Las alertas se emiten por radio, televisión o altavoces de la policía. También a través de sirenas o las redes sociales. También hay apps de prevención de catástrofes. Por regla general, los mensajes de alerta deben difundirse de tantas formas como sea posible. Así se garantiza que se pueda llegar a la mayor parte posible de la población.

La app NINA (app de emergencia, información y noticias) está gestionada por la Oficina Federal de Protección Civil y Asistencia en Catástrofes. La aplicación contiene

- Información de los servicios de protección civil
- el Servicio Meteorológico Alemán,
- los centros de situación de los estados federados y
- los centros de control de incendios y salvamento conectados de ciudades y municipios.

 [Haga clic aquí para descargar la aplicación para teléfonos inteligentes Android.](#)

 [Puede descargar NINA para iPhones](#) aquí.

La aplicación KATWARN ha sido desarrollada por encargo de las aseguradoras públicas. Además de las alertas nacionales del Servicio Meteorológico Alemán, la aplicación KATWARN también distribuye mensajes regionales o para toda Baviera. KATWARN también envía mensajes del sistema modular de alertas del gobierno federal (MoWaS) y también se utiliza a nivel internacional.

 Haga clic aquí para el enlace en la [App Store de Apple](#).

 Haga clic aquí para el enlace en [Google](#) Play.

Aplicación DWD Warn Weather del Servicio Meteorológico Alemán. Proporciona a sus usuarios información sobre la situación meteorológica actual. En toda Alemania o en las regiones. Puedes suscribirte a la información de las localidades seleccionadas o de tu propia localidad. Esta aplicación avisa de condiciones meteorológicas adversas como

1. Tormentas, nieve y hielo,
2. inundaciones, tormentas, avalanchas y calor.
3. Por supuesto, la aplicación también incluye previsiones meteorológicas, precipitaciones y mapas del tiempo.
4. Los avisos de esta aplicación también se envían a NINA y KATWARN.

 Haga clic aquí [para ver DWD Warn Wetter en Google Playstore](#).

 Haga clic aquí para la [aplicación DWD Warn Wetter para dispositivos Apple](#).

 También interesante: Así [funciona la localización a través del teléfono móvil en caso de emergencia - enviar ubicación](#).

Consejos de seguridad para bañarse en el lago y el río

Nadar en un lago o río puede ser muy divertido, pero es importante hacerlo con seguridad. Aquí tienes unos sencillos consejos que debes tener en cuenta:

1. **No nades solo:** Ve siempre a nadar con amigos. Si necesitas ayuda, nadie más puede ayudarte.
2. **Presta atención al tiempo:** No nades cuando haya tormenta o viento fuerte. Es peligroso.
3. **Nada sólo en lugares seguros:** Métete en el agua sólo donde esté permitido y donde naden otras personas. A menudo hay señales que indican dónde está permitido nadar.
4. **Comprueba la profundidad del agua:** Nunca te tires a aguas desconocidas. Podría ser demasiado poco profunda o podría haber piedras en el agua.
5. **No nades demasiado lejos:** Mantente cerca de la orilla. Si te cansas, te será más fácil volver.
6. **Cuidado con las corrientes:** En los ríos suele haber corrientes que pueden arrastrarte. Ten cuidado y no nades a contracorriente.
7. **Cuidado con los niños:** Los niños deben estar siempre bajo la supervisión de un adulto cuando jueguen en el agua.
8. **Utilice ayudas para nadar:** Si no eres un buen nadador, utiliza un chaleco salvavidas o alas acuáticas.
9. **Escucha a tu propio cuerpo:** Si tienes frío o estás cansado, sal del agua. Tu cuerpo necesita un descanso.
10. **No lles botellas de cristal:** El vidrio puede romperse y causar lesiones. Utiliza botellas de plástico o latas.

💡 Con estos consejos, podrás bañarte con seguridad en el lago o el río y disfrutar del verano. Ten cuidado y cuídate.



Stadt Ingolstadt

Vorsicht! • Caution Prudence • الحذر

im Sommer
in summer

en été
في الصيف



Consejos de seguridad para el hielo en el lago y en el río

Los lagos y ríos pueden congelarse en invierno. Esto puede ser bonito y divertido, pero también peligroso. Aquí tienes unos sencillos consejos para mantenerte a salvo:

1. **Comprueba el hielo:** Salga al hielo sólo si es lo bastante grueso. Debe tener al menos 10 centímetros de grosor. Pregunte a alguien que sepa si el hielo es seguro.
2. **No salgas solo:** Ve siempre acompañado. Así, alguien podrá ayudarte si ocurre algo.
3. **Evita las zonas heladas:** No te acerques a puentes, juncos o lugares con agua corriente. Allí el hielo suele ser más fino.
4. **Presta atención a las señales de advertencia:** Fíjate en las señales que te avisan de que el hielo no es seguro. No te adentres en el hielo.
5. **Lleva ropa de abrigo:** Abrígate bien para no congelarte. Lleve varias capas de ropa.

6. **Lleve equipo de rescate:** Lleve una cuerda o una pértiga. Si alguien cae al hielo, puedes utilizarlos para ayudarlo.
7. **Cuidado con las grietas:** Si ves grietas en el hielo o éste se resquebraja, vuelve a la orilla **inmediatamente**.
8. **Supervise a los niños:** Los niños nunca deben salir al hielo sin la supervisión de un adulto.
9. **Evite las zonas heladas en la oscuridad:** No salgas al hielo en la oscuridad. Es más difícil ver y ser visto en caso de peligro.
10. **Conozca los primeros auxilios:** ¿Sabes qué hacer si alguien se cae en el hielo? Pide ayuda **inmediatamente** e intenta sacar a la persona del agua con una cuerda o un palo.

💡 Con estos consejos, puedes mantenerte seguro en el hielo y disfrutar del invierno. Ten cuidado y cuídate a ti mismo y a los demás.



Stadt Ingolstadt

Vorsicht! • Caution
Prudence • الحذر

im Winter
In winter

en hiver
في الشتاء



Traumatismos, crisis agudas y estrés psicológico

La huida y la migración se producen cuando las personas tienen que huir de la guerra y la violencia. Esto les coloca en situaciones muy difíciles. Muchos sufren las consecuencias el resto de su vida. Algunas sólo reciben ayuda en una fase tardía. El apoyo a las personas traumatizadas no es una terapia. Pero puede ayudar a las personas a vivir con las consecuencias del trauma.

Hay folletos diseñados para ayudar a la gente. Están dirigidos a personas que han vivido situaciones insoportables. Algunos son para personas que cuidan de niños o jóvenes afectados. Otros son para adultos afectados. Estos folletos están diseñados para ayudar a las personas a sobrellevar mejor la vida cotidiana después de tales acontecimientos. Proporcionan consejos

prácticos sobre cómo afrontar mejor la nueva situación.

A continuación encontrará información útil y contactos para recibir ayuda en caso de trauma. Especialmente para refugiados y otras personas afectadas:

Si vives en un alojamiento de ANKER, ponte en contacto con los asesores de Malteser del alojamiento. Puedes concertar una consulta en línea (IPSO-Care).

Información general y ayuda

[Ayuda para refugiados traumatizados](#)

- Información en varios idiomas.
- Consejos de autoayuda.

[Psicoterapia en línea](#)

- El programa "Ilajnafsy" ofrece apoyo psicológico por Internet.
- Especialmente para personas del mundo árabe.
- Para personas que sufren depresión y traumas.
- Está disponible en inglés, alemán y árabe.

[Libro ilustrado sobre el trauma](#)

- Está disponible en varios idiomas.
- Ayuda a los niños a comprender sus experiencias.

[Ayuda para niños traumatizados](#)

- Consejos para padres sobre cómo ayudar a sus hijos.

 [Folletos](#) de Unfallkasse Berlin sobre el tema "Trauma: ¿qué hacer?", también disponibles en varios idiomas.

- Información para familiares y ayudantes de niños y jóvenes traumatizados: Describe el comportamiento de los niños y jóvenes traumatizados. Da consejos sobre cómo tratarlos.
- Información para adultos gravemente afectados y sus familiares: folleto sobre cómo afrontar la vida cotidiana tras un suceso traumático.

[Guía para padres de refugiados](#)

- ¿Cómo se comportan los niños traumatizados según su edad?
- ¿Y cómo pueden reaccionar correctamente los padres?

Aquí también encontrará contactos para asesoramiento telefónico y apoyo en situaciones de crisis.

Servicio de crisis psiquiátricas:

Asesoramiento telefónico y apoyo en situaciones de crisis

 [+49 \(0\) 8006553000](tel:+4908006553000) gratuitos

Clínica Danuvius de Ingolstadt Ambulatorio de traumatología



[Preysingstraße 3-5](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8419339800](tel:+49(0)8419339800)

Hospital de Ingolstadt Ambulatorio de traumatología



[Krumenauerstr. 25](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8418800](tel:+49(0)8418800) / [+49 \(0\) 8418802205](tel:+49(0)8418802205)

Ayuda contra la violencia y los malos tratos - ¿Es usted una mujer necesitada?

Ayuda contra la violencia y los malos tratos:

¿Eres una mujer necesitada?

Como mujer, puedes acudir a los siguientes centros

- si está amenazada por la violencia o
- eres víctima de malos tratos:

Refugio de Mujeres de Ingolstadt

El refugio de mujeres ayuda a las mujeres que sufren o están amenazadas por la violencia. Pertenecce al centro de distrito de Cáritas en Ingolstadt, pero tiene una dirección secreta. Esto mantiene a las mujeres seguras allí.

 Disponible las veinticuatro horas del día, incluso por la noche, los fines de semana y los días festivos.

Frauenhaus Ingolstadt



[Jesuitenstr. 1, 85049 Ingolstadt](#)

 [@frauenhaus@caritas-ingolstadt.de](mailto:frauenhaus@caritas-ingolstadt.de)

 [+49 \(0\) 841309700](tel:+49(0)841309700)

 <https://frauenhaus-ingolstadt.assisto.online/>

Centro de acogida para mujeres Diakonie

Zufluchtstätte für Frauen in Not

📍 [Schrannenstr. 5, 85049 Ingolstadt](#)

☎ [+49 \(0\) 843160288](#)

🌐 <https://dw-in.de/portfolio-items/zufluchtstaette-...>

📌 Ayuda inmediata en caso de peligro

Tú u otras personas estáis en grave peligro?

Entonces llama inmediatamente a la **policía** :

📌 **110** (gratuito, disponible a cualquier hora).

📌 Línea de ayuda "Violencia contra las mujeres"

- Anónima y gratuita
- Asesoramiento en **17 idiomas**
- Teléfono: [116 016](tel:116016)
- Internet: www.hilfetelefon.de
- **Disponible: 24 horas al día, 7 días a la semana**

Centros de asesoramiento sobre violencia doméstica

Interventionsstelle | Beratung bei häuslicher Gewalt

📍 [Jesuitenstr. 1, 85049 Ingolstadt](#)

@ interventionsstelle@caritas-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 841309199](tel:+49(0)841309199)

🌐 <https://www.caritas-kreisstellen.de/alle-kreisste...>

Fachberatungsstelle bei sexualisierter Gewalt

📍 [Am Stein 5, 85049 Ingolstadt](#)

@ beratungsstelle@wirbelwind-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84117353](tel:+49(0)84117353)

🌐 <https://www.wirbelwind-ingolstadt.de/>

Familien- und Lebensberatung

📍 [Schrannenstr. 1a, 85049 Ingolstadt](#)

✉ info@skf-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 841937550](tel:+49(0)841937550)

🌐 <https://www.skf-ingolstadt.de/familienberatung-2/>

Staatlich anerkannte Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen

📍 [Schrannenstr. 1a, 85049 Ingolstadt](#)

☎ [+49 \(0\) 8413708303](tel:+49(0)8413708303)

🌐 <https://www.frauenberaten-in.de/>

Centros de asesoramiento por violencia o discriminación

Gleichstellungsbeauftragte | Gleichstellungsstelle

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉ gleichstellungsstelle@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413051166](tel:+49(0)8413051166)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Diversit%C3%A4t/G...>

Antidiskriminierungsstelle

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉ antidiskriminierungsstelle@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413051165](tel:+49(0)8413051165)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Diversit%C3%A4t/A...>

☐ Asesoramiento telefónico

† Servicio de asesoramiento telefónico (protestante)

- ☐ +49 (0) 8001110111
- w www.telefonseelsorge.de
- Gratuito, las veinticuatro horas del día
- También asesoramiento a través del chat

† Servicio de asesoramiento telefónico (católico)

- ☐ +49 (0) 8001110222
- w www.telefonseelsorge.de

- Gratuito, las 24 horas del día
- También es posible el asesoramiento por chat

Línea telefónica de asesoramiento para musulmanes (MuTeS)

- ☎ +49 (0) 30443509821
- www.mute.s.de
- Disponible todos los días, las 24 horas
- Asesoramiento por teléfono o chat
- Asesoramiento en varios idiomas: alemán, turco, árabe, inglés, francés, bosnio, kurdo, urdu, persa, somalí y otros.
- Los asesores son musulmanes formados que trabajan de forma voluntaria

Teléfono Doweria (de habla rusa)

- ☎ +49 (0) 30440308454
- w www.diakonie-portal.de/telefon-doweria
- Disponible todos los días - 24 horas al día
- Para mujeres de habla rusa
- Organización: Diakonisches Werk Berlin-Brandenburg
- Los consejeros son los propios inmigrantes o de confesión judía

Weißer Ring - línea directa para víctimas

- Ayuda a las víctimas de la violencia y la delincuencia
- ☎ [116 006](tel:116006)
- Todos los días de 7 a 22 h.
- Gratuito en todo el país
- Se puede contactar fuera de este horario a través de la policía

Asesoramiento sobre infracciones penales

Jefatura de Policía de Alta Baviera Norte

- ☎ +49 (0) 84193431077
- Ayuda a las víctimas de delitos

Servicio de crisis psiquiátricas

- Ayuda en caso de emergencias de salud mental
- ☎ +49 (0) 8006553000
- Gratuito, las veinticuatro horas del día

Allgemeiner Sozialdienst

📍 [Adolf-Kolping-Str. 10, 85049 Ingolstadt](#)

@sozialdienste@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545401](tel:+49(0)84130545401)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Amt-f%C3%BCr-Jugend-und...>

Servicio de guardia disponible fuera del horario de apertura a través de la policía

Intercambios y redes

Ingolstadt ofrece muchas oportunidades para la creación de redes y el intercambio mutuo.

Centros de barrio en Ingolstadt

En Ingolstadt hay varios centros de barrio. Ofrecen diversos servicios, como asesoramiento, cursos y eventos. Los servicios suelen ser gratuitos o cuestan poco dinero a los vecinos del barrio.

¿Vive en el barrio de Piusviertel?

Stadtteiltreff Piusviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Piusviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Pfitznerstr. 19a, 85057 Ingolstadt](#)

@stadtteiltreff-piusviertel@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545840](tel:+49(0)84130545840)

🌐 https://www.ingolstadt.de/Stadtteiltreff_Piusvier...

En el punto de encuentro del barrio de Piusviertel hay diversas ofertas para el vecindario. Si tiene preguntas o simplemente quiere conocer a gente del barrio, aquí será bienvenido. Encontrará más información sobre las ofertas actuales y los horarios de apertura en la [página web](#).

¿Vive en el barrio de Augustinviertel? ¿O vive en el barrio de Monika?

Stadtteiltreff im Augustinviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Augustin- und Monikaviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Stollstrasse 2, 85053 Ingolstadt](#)

@stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545820](tel:+49(0)84130545820)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Soziales-Wohnen/S...>

También hay un punto de encuentro vecinal en el Augustinviertel. Aquí puede participar en eventos. Puede obtener asesoramiento o simplemente encontrar un lugar donde socializar. Encontrará más información en la [página web](#) del centro de encuentro.

¿Vive en el Konradviertel?

Stadtteiltreff im Konradviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Konradviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Oberer Taubentalweg 65, 85055 Ingolstadt](#)

@stadtteiltreff-konradviertel@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545830](tel:+49(0)84130545830)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Konradviertel>

En el Konradviertel también se celebran muchos actos y cursos. Ya sea joven o mayor, hay algo para todos los gustos. Encontrará las ofertas exactas y los horarios de apertura en la [página web](#) del centro de reunión del barrio.

Café Internacional

☞ ¿Qué es el Café Internacional?

☐☐☐☐☐ Café International es un lugar de encuentro abierto a todas las personas, independientemente de su país, idioma o religión.

☐ La gente lleva reuniéndose allí desde 2016 para pasar tiempo juntos.

☐ El café está organizado conjuntamente por:
el servicio de migración juvenil ☐☐,
la Oficina de Asuntos Sociales de la ciudad de Ingolstadt ☐,
la Cantina Internacional ☐,
y voluntarios ☐♂☐♀.

¿Cuándo y dónde?

Atención: los lugares cambian. Puede consultar los horarios en



[Café International.](#)

☐ Lugar: Vestíbulo del taller en el Teatro Municipal de Ingolstadt ☐.
☐ Días: lunes y miércoles
☐ Hora: de 15:00 a 17:30

Stadttheater Ingolstadt | Café International

📍 [Schloßlande 1, 85049 Ingolstadt](#)

@integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550298](tel:+49(0)84130550298)

🌐 <https://theater.ingolstadt.de/mitmachen-vermittlu...>

Centro comunitario - centro multigeneracional de la ciudad de Ingolstadt

Bürgerhaus Neuburger Kasten | Familienbildung

📍 [Fechtgasse 6, 85049 Ingolstadt](#)

@buergerhaus@ingolstadt.de

☎ [+4984130550053](tel:+4984130550053)

🌐 <http://www.buergerhaus-ingolstadt.de/Organizer.as...>

Bürgerhaus "Alte Post" | Treffpunkt

📍 [Kreuzstraße 12, 85049 Ingolstadt](#)

@buergerhaus@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550051](tel:+49(0)84130550051)

🌐 <http://www.buergerhaus-ingolstadt.de/Index.aspx?M...>

En el centro comunitario se reúnen personas de todas las edades y culturas. Es un lugar donde todo el mundo es bienvenido. Encontrará más información en la [página web](#)

IN VIA Bayern e.V. - Realidad de la vida en Baviera

Esta asociación apoya a niñas y mujeres mediante [programas y proyectos sociales](#). Los actos están dirigidos a mujeres y niños de todas las nacionalidades.

IN VIA Bayern e.V. | Veranstaltungen für Frauen und Kinder aller Nationalitäten

📍 [Maistraße 5, 80337 München](#)

@info@invia-bayern.de

☎ [+49 \(0\) 89512661911](tel:+49(0)89512661911)

🌐 <https://www.invia-bayern.de/angebote/migration-in...>

Encontrará información [aquí](#).

Asociaciones y clubes culturales

En Ingolstadt hay muchas asociaciones que ofrecen proyectos culturales y sociales. El responsable de integración de la ciudad colabora estrechamente con el Consejo de Migración y otros organismos para coordinar estos programas.

Encontrará una lista de las organizaciones culturales de Ingolstadt en la [página web](#) de la ciudad.

Problemas familiares

Problemas en la familia

¿Tienes grandes problemas en la familia? ¿Discutes con tus hijos? Llame aquí.

Teléfono de ayuda a los padres (anónimo, gratuito):

 [0800/1110550](tel:0800/1110550)

 www.numm.ergegenkummer.de

¿Tiene su hijo grandes problemas? A veces es más fácil hablar con un desconocido. Su hijo puede encontrar ayuda aquí.

Teléfono de ayuda a la infancia y la juventud (anónimo y gratuito):

 [116 111](tel:116111)

 www.numm.ergegenkummer.de

 [www.116111](http://www.116111.eu) 11.eu

Apoyo a niños y jóvenes

Violencia contra los niños, conflictos en la familia

Cuando hay conflictos e incluso violencia en casa, los niños y jóvenes necesitan ayuda.

En Alemania, todo el mundo -incluidos los padres- tiene prohibido

- maltratar física o emocionalmente o
- acosar o abusar sexualmente de ellos.

El asesoramiento es gratuito y los niños y jóvenes pueden permanecer en el anonimato. También pueden acudir familiares o amigos.

Asesoramiento

Número contra el dolor - línea de ayuda a niños y jóvenes

Asesoramiento telefónico para problemas familiares, escolares, con los amigos, depresión, acoso escolar, malos tratos, adicciones, etc. Gratuito y anónimo, también asesoramiento en línea.

 [116 111](tel:116111)

 www.numm.ergegenkummer.de

 Lunes - Sábado 14:00 - 20:00

Niños necesitados

Diaconía Ingolstadt
Centro de asesoramiento, trabajo juvenil abierto
[Schrannenstr. 5](#)
85049 Ingolstadt

☎ [0841/93 30 90](tel:0841933090)

@ info@dw-in.de

🕒 Lunes - viernes: 8:00 - 12:00 horas

🕒 Lunes - Jueves: 13:00 - 16:00

Apoyo a hombres y niños

Apoyo para hombres y niños

Consejos para el estrés y la pérdida inminente de control

El folleto para hombres bajo presión se redactó en respuesta a la crisis del coronavirus. Sin embargo, los consejos del folleto también son adecuados para otras situaciones de estrés y crisis. Ayudan a prevenir la pérdida de control y la violencia hacia los demás.

📎 [Kit de supervivencia para hombres bajo presión.pdf](#)

Contactos en Alemania:

El Bundesforum Männer apoya la búsqueda de opciones de asesoramiento y ayuda a través del portal www.maennerberatungsnetz.de. Puede encontrar más centros de asesoramiento para chicos y hombres que se han vuelto violentos o tienen miedo de volverse violentos a través del servicio de asesoramiento sobre violencia SKM (<https://www.skmev.de/beratung-hilfe/>) o el BAG Täterarbeit (www.bag-taeterarbeit.de).

Hombres necesitados

Refugio anónimo para hombres con sus hijos, independientemente de su cultura, clase social u origen, clase social u origen.

Riposo - Caritas Núremberg

Póngase en contacto con nosotros por teléfono o correo electrónico.



[Obstmarkt 28](#), 90403 Nuremberg (dirección postal)

☎ [+49 \(0\) 9112354235](tel:+4909112354235)

@ riposo@caritas-nuernberg.de

📍 [Centro de acogida para hombres Riposo Caritas Nuremberg](#)

Línea de ayuda en todo el país: Violencia contra los hombres

 **gratuito 08001239900**

Lunes a jueves 08:00 - 20:00, viernes 08:00 - 15:00

Horario de asesoramiento por chat: De lunes a jueves de 12:00 a 15:00, de 17:00 a 19:00

 www.maen-nergewaltschutz.de

 eratung@maennerhilfetelefon.de

Otros centros de asesoramiento:

MIM

Centro de Información para Hombres de Múnich e.V.



[Feldmochinger Str. 6](#)

80992 Múnich

 [+49 \(0\) 895439556](tel:+49(0)895439556)



[+49 \(0\) 895439662](tel:+49(0)895439662)

Lunes 10:00 - 12:00

Martes 10:00 - 12:00

Miércoles 12:00 - 14:00

Jueves 12:00 - 14:00

 info@maennerzentrum.de

MIM - Delegación de Ingolstadt

Centro especializado en el trabajo con delincuentes

 [+49 \(0\) 17655206002](tel:+49(0)17655206002)

Lunes 09.00 -10.00 horas

Miércoles 09.00 -10.00 horas

Viernes 10:00 - 12:00

Grupos de autoayuda -

Centro comunitario, casa multigeneracional de la ciudad de Ingolstadt



[Kreuzstr. 12](#) (Antiguo Centro Comunitario de Correos)



[Fechtgassee 6](#) (Centro comunitario Neuburger Kasten)

 [+49 \(0\) 8413052800](tel:+49(0)8413052800) / [+49 \(0\) 8413052830](tel:+49(0)8413052830)

 uergerh@ingolstadt.de

Ofertas y más información: www.buergerhaus-ingolstadt.de

Niños necesitados

Diaconía Ingolstadt

Centro de asesoramiento, trabajo juvenil abierto



[Schrannenstr. 5](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 841933090](tel:+49(0)841933090)

 [info@dw-](mailto:info@dw-ingolstadt.de) in.de

Lunes 08:00 - 12:00, 13:00 - 16:00

Martes 08.00 h - 12.00 h, 13.00 h - 16.00 h

Miércoles 08.00 h - 12.00 h, 13.00 h - 16.00 h

Jueves 08.00 h - 12.00 h, 13.00 h - 16.00 h

Viernes 08:00 am - 12:00 pm

Médicos del Mundo - Centro de asesoramiento de Múnich

Médicos del Mundo - Centro de asesoramiento de Múnich

Aquí encontrará páginas informativas en varios idiomas:

- Folleto ["Salud sexual y autodeterminación sexual, embarazo y parto, protección contra la violencia de género: información para refugiados"](#)
- Folleto ["Mis derechos en el procedimiento de asilo, El sistema sanitario alemán, Salud mental: Información para refugiados en Alta Baviera"](#)

Personas sin seguro médico

En Alemania no todo el mundo tiene seguro médico. Muchas mujeres, hombres y niños no tienen acceso a la atención médica. "Médicos del Mundo" ayuda gratuitamente en Múnich, Stuttgart, Hamburgo y Berlín.

Migrantes y refugiados

Millones de personas huyen de todo el mundo, entre ellas muchos niños. "Médicos del Mundo" ayuda a migrantes y refugiados en muchos países. Ofrecemos atención médica y asesoramiento.

Víctimas de crisis

Las catástrofes naturales y los conflictos destruyen los medios de subsistencia. "Médicos del Mundo" proporciona ayuda de emergencia y colabora en la reconstrucción.

Mujeres y niños

Las mujeres embarazadas, las madres y los niños necesitan una protección especial. Muchos enferman porque no hay médico o el tratamiento es demasiado caro. "Médicos del Mundo" mejora su salud y refuerza sus derechos.

Grupos de riesgo

Los niños de la calle, los drogadictos y los jornaleros corren grandes riesgos sanitarios. "Médicos del Mundo" ayuda con proyectos en todo el mundo.

Ayuda a pacientes

En Alemania ofrecemos ayuda médica a personas sin acceso al sistema sanitario. Algunos ejemplos son "open.med" en Múnich, Berlín y Hamburgo, así como "MedMobil" en Stuttgart.

Víctimas de la violencia: asesoramiento para refugiados

Todas las personas en Alemania tienen derecho a la salud. Sin embargo, los recién llegados suelen tener dificultades con el sistema. Necesitan un certificado de la oficina de asistencia social para recibir atención médica, que a menudo sólo cubre las urgencias.

Los refugiados suelen sufrir violencia, también en los centros de acogida bávaros. Las barreras lingüísticas y la discriminación dificultan el acceso a la ayuda y empeoran las cosas.

"Médicos del mundo"

Oficina de Múnich:

[Landsberger Str. 428](#)

81241 Múnich

 [+498945230810](tel:+498945230810)

 [@info@aerztderwelt.org](mailto:info@aerztderwelt.org)

 www.aerztderwelt.org

Ayuda en caso de problemas de vivienda, ayuda en caso de desamparo inminente, ayuda a las personas sin hogar

Problemas de vivienda: es hora de actuar

Si tienes problemas con el casero o no puedes pagar el alquiler o los gastos de comunidad, puedes acabar endeudado o desahuciado y, en última instancia, quedarte sin hogar. No espere a que sea demasiado tarde. Busque ayuda rápidamente mientras tenga la oportunidad de cambiar las cosas. Hay varias opciones de asesoramiento y apoyo.

 Aquí puede encontrar el [folleto "Conserve su piso"](#).

Definición de términos

 ¿No tienes alojamiento? ¿Tienes o vas a tener que pasar la noche en la calle? Entonces eres una **persona sin hogar** y se te debe proporcionar alojamiento. Este alojamiento debe cumplir los requisitos de un alojamiento humano. Debe respetarse el derecho fundamental a la integridad física.

👤 Una persona **no tiene hogar** si no tiene un contrato de alquiler seguro o una vivienda adecuada. O que sólo está alojada institucionalmente.

👤 Cualquier persona que corra el riesgo de perder su vivienda debido a una notificación del propietario para que abandone la vivienda o a una acción de desahucio corre **el riesgo de quedarse sin hogar**.

Ayuda de las autoridades locales

Las autoridades locales pueden ofrecerle diversas formas de ayuda:

- Si corre el riesgo de perder su vivienda
- y no puede encontrar un nuevo alojamiento por sí mismo,
- o se ha quedado sin hogar debido a un suceso repentino.

📄 [Conserve su piso.PDF](#)

¿Qué tengo que hacer?

Las personas que vivan o residan en el área de Ingolstadt y que se vean amenazadas por quedarse sin hogar

- deben ponerse en contacto lo antes posible con el centro especializado para la prevención del sinhogarismo de la ciudad de Ingolstadt
- deben hacer todo lo posible para conservar su vivienda actual o encontrar una nueva
- debe ponerse en contacto con la oficina de vivienda de la ciudad de Ingolstadt para solicitar [un certificado de derecho a la vivienda](#) y/o [un subsidio de vivienda](#).

Ciudad de Ingolstadt - Centro especializado para la prevención del sinhogarismo y las personas sin hogar

📍 [Auf der Schanz 39](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 84130550205](#) , [+49 \(0\) 84130550206](#) , [+49 \(0\) 84130550207](#)

@ [bdachlo](#) senhilfe@ingolstadt.de

🌐 www.ingolstadt.de/wohnungslosigkeit

- ¿Acaba de perder su piso?
- ¿Tienes problemas con el casero?
- ¿Debes alquiler o facturas de la luz o has recibido un aviso de desahucio del juzgado (carta amarilla)?
- ¿Llevas mucho tiempo sin hogar y necesitas un lugar donde dormir?

💡 Póngase en contacto con el centro especializado de la ciudad de Ingolstadt para la prevención del sinhogarismo.

El centro especializado le ayudará a aclarar los problemas de su vivienda. Si actualmente no tiene hogar, la ciudad de Ingolstadt le proporcionará un lugar donde dormir.

 **Importante:** El **centro especializado no se encarga de la búsqueda de vivienda.**

 Puede acudir a estas horas de consulta sin pedir cita previa:

Lunes 08:00 - 09:00, 14:00 - 15:00
Martes 08:00 - 09:00, 14:00 - 15:00
Miércoles 08:00 a.m. - 09:00 a.m.
Jueves 08:00 - 09:00 h, 14:00 - 15:00 h
Viernes 08:00 - 09:00, 11:00 - 12:00

 Traiga un documento de identidad válido y todos los documentos relativos a su situación actual en materia de vivienda.

 También puede concertar una cita de consulta aparte fuera del horario de oficina.

 Si no habla alemán o inglés, traiga un traductor.

Personas de contacto importantes

Asociación de inquilinos de Ingolstadt y alrededores

 [Mauthstraße 2](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 84117744](tel:+49084117744)



[+49 \(0\) 84117734](tel:+49084117734)

 info@mie-terverein-ingolstadt.de

 www.mieterverein-ingolstadt.de

Aquí debes ser o hacerte socio y pagar una cuota.

¿Quién puede afiliarse?

Cualquier inquilino puede afiliarse. Se considera inquilino a toda persona que haya celebrado o firmado un contrato de arrendamiento. Sólo puede afiliarse una persona. Puede consultar las cuotas de afiliación en la página de inicio.

¿Cómo hacerse miembro?

La forma más sencilla es afiliarse en línea. O puede venir a nuestra oficina de Mauthstraße 2 en horario de oficina y rellenar el formulario de solicitud de afiliación.

¿Qué obtengo a cambio?

Nuestros experimentados asesores jurídicos y abogados le asesorarán gratuitamente en todas las cuestiones relacionadas con el derecho de arrendamiento:

- Declaraciones de gastos de explotación

- Defectos de la vivienda
- Aumento del alquiler
- Contrato de arrendamiento
- Cancelación del arrendador
- Fianza de alquiler
- Reparaciones cosméticas
- Boletín informativo para inquilinos: también puede recibir el boletín informativo para inquilinos como edición en línea o en papel tradicional.
- Seguro de defensa jurídica para inquilinos: un seguro de defensa jurídica sólido le ayudará si tiene que acudir a los tribunales.
- Información y relaciones públicas: Hacemos presentaciones. Influiamos en la política a través de nuestra asociación estatal y federal.

También existen posibilidades de apoyo adicional:

Ambulancia de calle San Francisco

 [Moritzstr. 2](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8411428784](tel:+4908411428784)

 artin-ambulanz@web.de

 www.stra.ssenambulanz-ingolstadt.de

 Horario de apertura:

Lunes a viernes 09.00 - 17.00

En el ambulatorio de la calle pueden comer barato, ducharse y lavar la ropa. Reciben atención médica y de enfermería y reciben apoyo en muchos ámbitos.

Villa Johannes - Centro de distrito de Cáritas Ingolstadt

 [Calle Gaimersheimer 15 ½](#)

85057 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 841309177](tel:+490841309177)



[+49 \(0\) 841309179](tel:+490841309179)

 hannes@caritas-ingolstadt.de

 <http://www.villa-johannes.de>

 Horario de apertura y consulta

Lunes 08:00 - 16:00

Martes 08:00 - 16:00

Miércoles 08:00 - 16:00

Jueves 08:00 - 16:00

Viernes 08:00 - 13:30

Villa Johannes es un centro de día para personas con problemas de adicción. El centro ofrece desayuno y comida a bajo coste, actividades y ayuda práctica, como el uso de lavadoras. También recibirá asesoramiento y apoyo sobre todos los aspectos de la adicción.

Café NeuHaus - SkF Ingolstadt e.V.

 [Schrannenstr. 1a](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 841937550](tel:+490841937550)

 [afe.neu](mailto:afe.neu@skf-ingolstadt.de) haus@skf-ingolstadt.de

 www.skf-ingolstadt.de/cafe-neuhaus

 Horario de apertura

Lunes, de 9.00 a 11.30 y de 13.00 a 17.00 h.

Martes 09.00 h - 11.30 h, 13.00 h - 17.00 h

Miércoles 09.00 h - 11.30 h, 13.00 h - 17.00 h

Jueves 09.00 h - 11.30 h, 13.00 h - 17.00 h

Viernes 09:00 - 11:30, 13:00 - 17:00

El Café NeuHaus ofrece un lugar seguro a todas las mujeres que están a punto de perder su hogar o que son personas sin hogar y viven en la calle.

Aquí encontrarán asesoramiento, intercambio, paz y apoyo. De mujeres para mujeres.

No sólo puedes tomar café y comer tarta, sino también hacer la colada, recibir correo o recibir asesoramiento. El personal del café también puede ayudarte con asuntos administrativos.

[Folleto del café de mujeres](#)

Misión de la estación principal de Ingolstadt

 [Calle de la estación 8](#)

Estación central / Andén 1

85051 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 841309500](tel:+490841309500)



[+49 \(0\) 841309509](tel:+490841309509)

 mission@caritas-ingolstadt.de

 www.bahnhofsmission.de

 Horario de apertura:

Lunes, de 9.00 a 17.00 h.

Martes, de 9.00 a 17.00 h.

Miércoles 09.00 - 17.00

Jueves 09.00 - 17.00

Viernes 09.00 - 17.00

Sábados y domingos **cerrado**.

Cerrado los días festivos y los días 24 y 31 de diciembre.

La misión de la estación le ayuda si

- está agotado.
- tienes hambre o sed.
- está herido, enfermo o débil.
- algo te preocupa y buscas apoyo o consejo.
- necesitas un momento de reflexión, contigo mismo o con tu fe.
- no encuentras un lugar donde cambiarte o amamantar a tu hijo.
- has estropeado tu ropa debido a un percance.
- necesitas hacer urgentemente una llamada telefónica.
- no tienes dónde dormir.
- te han robado.

💡 La misión de la estación también ofrece asistencia de viaje en rutas regionales dentro de Baviera.

Apoyo, asesoramiento y ayuda en caso de matrimonio forzado (inminente)

Apoyo, asesoramiento y ayuda en caso de (inminente) matrimonio forzado y violencia en nombre del honor

Terre des femmes ha publicado un folleto sobre paternidad en ocho idiomas y anima a los padres a centrarse en el bienestar y la felicidad de sus hijos.

El folleto explica los derechos y la terminología. Aclara prejuicios religiosos y, sobre todo, llama la atención sobre el peligro de la violencia en el matrimonio.

El folleto está disponible en alemán, inglés, francés, turco, kurdo, árabe, romaní y farsi:

🌐 [TERRE DES FEMMES - Menschenrechte für die Frau e.V.: Folleto para padres "Familias fuertes tienen hijas fuertes" en ocho idiomas \(frauenrechte.de\)](https://www.frauenrechte.de/)

Papatya - Centro de Coordinación contra el Secuestro- ofrece apoyo a escala nacional.

Se dirige directamente a las chicas afectadas y a las personas de su entorno, como los amigos.

La línea nacional de ayuda a las mujeres

☎ [+49 \(0\) 8000116016](tel:+4908000116016)

🕒 24 horas al día en 17 idiomas de forma gratuita y anónima si se desea.

Responde a preguntas y proporciona ayuda concreta. Por teléfono, Internet y chat:

🌐 www.hilf-telefon.de

La **línea nacional de ayuda a los hombres** también ofrece ayuda

☎ [+49 \(0\) 8001239900](tel:+4908001239900)

de lunes a viernes, de forma gratuita y anónima si se desea, ya que los hombres también pueden verse afectados por el matrimonio forzado.

 www.maennerhilfetelefon.de

"Diviértete - celebra con seguridad"

□ "Diviértete - celebra con seguridad"

La campaña "Diviértete - celebra con seguridad" existe desde hace tiempo.
Ahora llega también a la **Bürgerfest** y a **las discotecas y bares de Ingolstadt**.

La campaña quiere demostrarlo:
Salir de fiesta debe ser divertido, pero también seguro.

¿Cuál es el objetivo de la campaña?

La campaña fue lanzada por la Oficina de Igualdad de Oportunidades de la ciudad.
Quiere que todo el mundo pueda salir de fiesta con seguridad.
La campaña llama la atención sobre los peligros de salir de fiesta.

Los carteles recuerdan normas importantes.
Muestran cómo puedes protegerte a ti mismo y a los demás.

¿Por qué es importante la campaña?

A menudo se sale mucho de fiesta:

- Alcohol
- Grupos numerosos
- Buen ambiente
- Pero a veces también se cruzan los límites.
- Algunas personas hacen cosas que perjudican a los demás.
- Por ejemplo
 - tocar sin pedir permiso
 - comentarios desagradables
 - perseguir a la gente
 - echar gotas en las bebidas
 - Desgraciadamente, las mujeres, las chicas jóvenes y las personas queer, en particular, suelen sufrir estas situaciones.

□ ¿Qué dicen los carteles?

En los carteles encontrarás:

- Consejos para salir de fiesta con seguridad
- Números de teléfono importantes si ha ocurrido algo
- Información para obtener ayuda y asesoramiento

- Los carteles se exhibirán en la Bürgerfest y pronto también en bares y discotecas.

☒ ¿Quién participa en la campaña?

Muchas organizaciones están colaborando:

- Policía de Alta Baviera Norte
- Refugio de mujeres de Ingolstadt
- Wirbelwind e. V. (asesoramiento en casos de violencia)
- Zonta Ingolstadt
- Soroptimist Ingolstadt
- Condrobs e. V.
- Universidad Técnica de Ingolstadt
- Los aprendices de la administración municipal también ayudan a colocar los carteles.

☒ ¿Dónde puedo encontrar el cartel?

Puede descargar el póster:

www.ingolstadt.de/gst-downloads

💡 Los restauradores y organizadores de eventos pueden imprimir el cartel ellos mismos y colocarlo.

☒ Ayuda y llamada de emergencia

Aquí puedes obtener ayuda:

- ☒ Número de emergencia de la policía: 110
- ☒ Teléfono de ayuda para casos de violencia contra las mujeres: 116 016
- ☒ www.hilfetelefon.de
- ☒ Asesoramiento en caso de violencia sexual (Wirbelwind): 0841 17353
- ☒ www.wirbelwind-ingolstadt.de
- ☒ Línea de ayuda para hombres: 0800 1239900
- ☒ www.maennerhilfetelefon.de

☒ Consejos para salir de fiesta de forma segura

- ✓ Permanece en el grupo. Acuerda puntos de encuentro.
- ✓ Lleva encima objetos de valor como móviles, dinero o llaves.
- ✓ Conoce tu límite de alcohol.
- ✓ No pierdas de vista tu bebida.
- ✓ Haz caso a tus instintos. Di NO o PARA.
- ✓ Planifica el camino de vuelta a casa. Utiliza los teléfonos móviles y los servicios de transporte.



Importante: Nadie puede molestarte.

- No importa el aspecto físico ni la ropa.
- No importa si alguien está ligando o bebiendo alcohol.
- Nadie tiene derecho a agredirte.
- Todo el mundo merece respeto y límites.



Si te ha ocurrido algo, busca ayuda.
Los contactos del cartel te ayudarán.

Convivencia en Alemania

La convivencia en Alemania

Alemania en Europa

Alemania está situada en el centro de Europa.
Es un país grande con muchas ciudades y regiones.
Alemania es un Estado por derecho propio.

Normas y derechos

Alemania tiene normas fijas que se aplican a todo el mundo.
Estas normas están recogidas en las leyes.
Contribuyen a una convivencia pacífica.
Todo el mundo tiene voz en las decisiones importantes.
Esto significa que cada voto cuenta.
Todas las personas deben ser tratadas con igualdad y justicia.

La historia de Alemania

Alemania se fundó el 24 de mayo de 1949.
De 1945 a 1990, Alemania estuvo dividida.
Había dos Estados:

La República Federal de Alemania (RFA), en el oeste.
La República Democrática Alemana (RDA) en el este.
En 1990, las dos partes se reunificaron.
Desde entonces, sólo existe un país con el nombre de República Federal de Alemania.

La capital

Hasta 1990, Bonn fue la capital de Alemania.
Desde 1991, Berlín es la nueva capital.
Berlín es también la ciudad más grande de Alemania.

La convivencia en la actualidad

En Alemania viven hoy muchas personas diferentes.
Proceden de diferentes regiones y también de otros países.
Hay normas claras para que la convivencia funcione bien.
Estas normas ayudan a que todos se sientan seguros.
El resultado es una convivencia justa y respetuosa.

Breve descripción de Alemania



Todas las personas que viven en Alemania deben acatar los principios centrales del ordenamiento político y jurídico.

La base jurídica más importante para la vida en Alemania es la [Ley Fundamental](#) 🌐. Es la Constitución de la República Federal de Alemania.

Según la Ley Fundamental, cada persona es un individuo libre y autodeterminado.

No se pueden hacer diferencias en función de

- el sexo,
- origen (ascendencia, lengua, patria), color de piel
- color de la piel,
- religión,
- color, religión, fe o ideología,
- discapacidad,
- edad u
- orientación sexual.

Alemania es un Estado federal compuesto por 🌐 [16 estados](#) federales.

Alemania es un Estado democrático. **Todo el poder del Estado emana del pueblo.**

Alemania es un Estado constitucional. Las **decisiones del Estado se rigen por la ley**. Las acciones del Estado pueden ser examinadas por los tribunales.

Alemania es un Estado del bienestar. Esto significa que, en principio, cada ciudadano debe procurarse su propio sustento mediante el trabajo. Sin embargo, el Estado ayuda a las personas que no pueden mantenerse por sí mismas o sólo pueden hacerlo parcialmente.

Las normas de convivencia en Alemania se derivan de estos [derechos](#) básicos.

Alianza de Ingolstadt para la Democracia, la Diversidad y la Tolerancia

Ingolstadt es colorida y abierta

En Ingolstadt viven más de 140.000 personas de 140 países. Conviven pacíficamente.

No importa de dónde vengan. No importa el color de su piel. No importa en qué religión crean. Todos pertenecen a Ingolstadt.

La "[Alianza de Ingolstadt para la Democracia, la Diversidad y la Tolerancia](#)" se compromete a ello. Muchos grupos están implicados: Asociaciones, empresas, universidades, iglesias, sindicatos, grupos juveniles y partidos políticos.

💡 Todas las organizaciones de Ingolstadt pueden participar. Juntos lo demuestran: Ingolstadt es colorida y abierta.

💡 Todavía es posible que se unan clubes, organizaciones y empresas. Envíe un correo electrónico a buendnis@ingolstadt.de.



Derechos fundamentales

La Ley Fundamental

En todos los países hay normas que todo el mundo debe cumplir. La ley más importante para Alemania es la Ley Fundamental. Consta de 146 artículos. Cada artículo representa una ley, es decir, una norma. Estas normas determinan cómo convivimos en Alemania. Los derechos fundamentales protegen la libertad de cada individuo. Están recogidos en los artículos 1 a 19 de la Ley Fundamental (catálogo de derechos fundamentales).

🌐 Aquí puede encontrar la Ley Fundamental en 11 idiomas: [alemán](#), [árabe](#), [chino](#), [español](#), [francés](#), [inglés](#), [italiano](#), [persa](#), [polaco](#), [ruso](#), [serbio](#) y [turco](#).

🌐 Esta película ilustra claramente el funcionamiento del Estado constitucional alemán: [alemán](#), [dari](#), [árabe](#), [francés](#), [inglés](#), [pastún y urdu](#).

Declaración Universal de los Derechos Humanos

Los derechos humanos son derechos importantes que se aplican siempre a todas las personas en todo el mundo. Los derechos humanos son derechos que toda persona tiene por el hecho de ser humano. Protegen la dignidad de todo ser humano. Se aplican por igual a todas las personas. No se hace distinción entre las personas.

Hay 30 derechos. Los más importantes son

- Todas las personas valen lo mismo.

- Todas las personas pueden tener su propia opinión.
- Todas las personas tienen derecho a la paz y la seguridad.

Estado de Derecho



Alemania es un Estado de derecho democrático. La Ley Fundamental garantiza la dignidad humana, la libertad y la justicia. Hay leyes que garantizan el respeto de los derechos humanos.

Las decisiones políticas las toman los representantes del pueblo. Los representantes del pueblo son elegidos por los alemanes en elecciones libres.

Las leyes se aplican por igual a **todos los** habitantes de Alemania. El Estado debe cumplir las leyes. Todas las personas que viven en Alemania deben cumplir también las leyes alemanas.

Eso significa, por ejemplo:



- Si una persona cree que otras personas o la administración pública le están haciendo daño, puede recurrir a un tribunal. Estos tribunales son independientes. Esto significa que el gobierno no puede decir a los tribunales cómo deben decidir.
- Los tribunales estatales deciden si alguien debe ser castigado. Las penas pueden ser multas, trabajos comunitarios o prisión. En Alemania no existe la pena de muerte.
- La policía tiene la misión de garantizar que todo el mundo pueda vivir en libertad y seguridad.
- La práctica de la religión no debe violar la ley. La ley siempre tiene prioridad sobre la religión.

Eso no está permitido en Alemania:



- Incitar al odio o a la violencia.

- Luchar contra el sistema democrático y sus valores.

Estos delitos pueden acarrear una pena de prisión.

Tras cumplir su condena, los ciudadanos no alemanes pueden, en determinadas circunstancias, perder su derecho de estancia y ser deportados.

Libertad personal



Todos los adultos tienen derecho a tomar sus propias decisiones sobre sí mismos y su propia vida. Sean hombres o mujeres, jóvenes o mayores, con o sin discapacidad, independientemente del color de su piel o de su afiliación religiosa.

Todas las personas pueden hacer lo que quieran siempre que respeten la ley y no coarten la libertad de los demás.

Esto significa, por ejemplo:



- Todas las personas pueden decidir qué ropa quieren llevar. Las mujeres pueden decidir si quieren llevar pantalones, vestidos, faldas largas o cortas, ropa ajustada u holgada o un pañuelo en la cabeza. Los hombres pueden decidir si quieren llevar traje y corbata, camiseta y vaqueros, turbante, sombrero o barba.
- Todas las personas pueden comer lo que quieran y lo que les guste. La decisión de comer o no carne (incluida la de cerdo o ternera) corresponde exclusivamente a las personas. No existen regulaciones dietéticas generales o de base religiosa por parte del Estado.
- El consumo de alcohol está permitido a los adultos. Los niños y los jóvenes no pueden consumir alcohol.
- Cada mujer y cada hombre pueden decidir por sí mismos si desean casarse y con quién.

- Toda mujer y todo hombre pueden divorciarse.
- Las parejas de hecho pueden vivir juntas y tener hijos.
- Los miembros de distintas religiones y confesiones pueden casarse y tener hijos.
- La anticoncepción está permitida para ambos sexos. Debe respetarse la decisión de una persona de utilizar métodos anticonceptivos.
- Se aceptan las parejas del mismo sexo. Las parejas del mismo sexo pueden casarse. Los derechos de las parejas de hecho son similares a los del matrimonio entre un hombre y una mujer.
- Cada uno decide por sí mismo cómo y dónde quiere vivir. Para los no alemanes, este derecho puede estar restringido hasta que se reconozca una solicitud de asilo.
- Los actos sexuales entre adultos sólo pueden tener lugar con consentimiento mutuo. Está prohibida cualquier actividad sexual con niños.
- La propiedad privada está permitida en Alemania para todo hombre y toda mujer. Está permitido poseer una casa o un terreno. Muchas empresas son de propiedad privada.
- Las mujeres y los hombres tienen los mismos derechos en materia de herencia.

Importante:

La propia libertad termina cuando infringe la libertad o la dignidad humana de los demás o viola la ley.

Igualdad de derechos entre hombres y mujeres

Las mujeres y los hombres tienen los mismos derechos. Esto se refleja en la ley y en la vida cotidiana.



Esto significa, por ejemplo:

- Las chicas y los chicos van juntos a la escuela y reciben las mismas clases. Participan juntos en las clases de deporte.
Las mujeres pueden estudiar o aprender un oficio. En principio, todas las profesiones están abiertas a las mujeres.
- Las mujeres asumen responsabilidades en la sociedad, por ejemplo como policías, médicas, profesoras o en cargos públicos y autoridades. Deben seguir sus instrucciones.
- Las mujeres deciden por sí mismas si van a trabajar o no. Pueden disponer ellas mismas del dinero que ganan.
- Las mujeres no tienen que pedir permiso a sus maridos, padres u otros familiares para trabajar, abrir una cuenta o firmar contratos.
- Las mujeres pueden vestir como deseen.
- Las mujeres deciden por sí mismas si quieren casarse, cuándo y con quién.
- Las madres están especialmente protegidas. Deben y no pueden trabajar durante seis semanas antes y ocho semanas después del parto. No pueden ser despedidas a causa de su maternidad.
- Las tareas y los papeles en la familia no están prescritos.
- Las mujeres participan en la vida pública. Asisten a actos culturales, políticos o deportivos, restaurantes y bares.
- Las mujeres pueden votar y ser elegidas para cargos políticos.
- Mujeres y hombres son iguales en el derecho de sucesiones. Tanto las hijas como los hijos.
- Los tocamientos, comentarios o peticiones sexuales sólo se permiten si todos los implicados están de acuerdo. Un "alto" o un "no" deben respetarse siempre.



Esto no está permitido en Alemania:

- Cualquier forma de violencia hacia mujeres y hombres, incluso en el matrimonio.
- Nadie puede ser acosado sexualmente.
- La violación, incluso dentro del matrimonio, está penalizada.
- Nadie puede ser obligado a casarse. Se castiga la coacción para contraer matrimonio mediante violencia o amenazas.

Derechos del niño



Los niños y los jóvenes tienen derechos. Estos derechos están recogidos en la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño. En Alemania también se aplica a todos los niños y jóvenes menores de 18 años. Además, en Alemania hay muchas leyes que protegen de manera especial la vida, la salud y los derechos de los niños. La protección de los niños es siempre la máxima prioridad.



Esto significa, por ejemplo

- Todos los niños tienen los mismos derechos. No importa dónde vivan, de dónde vengan, de qué color sea su piel, a qué se dediquen sus padres, qué idioma hablen, de qué religión sean, si son niños o niñas, en qué cultura vivan, si tienen alguna discapacidad, si son ricos o pobres.
- Los niños tienen derecho a un nombre, un certificado de nacimiento, una nacionalidad y una familia. El Estado siempre ayuda cuando los niños carecen de alguna de estas cosas.
- Los niños deben poder vivir con sus padres, a menos que esto les ponga en peligro. Los padres pueden y deben cuidar de sus hijos, proteger y promover su salud y bienestar.
- Los niños huídos tienen derecho a protección y ayuda especiales.
- Los niños deben ser protegidos para que puedan crecer bien.
- Los niños deben y pueden ir a la escuela. La asistencia a la escuela es obligatoria. Los padres deben ayudar a sus hijos a ir a la escuela. La educación escolar es gratuita en Alemania.
- Los niños pueden formarse su propia opinión.
- A más tardar a los 14 años, los niños pueden decidir por sí mismos si pertenecen a una religión y a cuál.
- Los niños deben poder desarrollarse bien. Los padres son responsables de ello. Si necesitan ayuda para ello, el Estado debe ayudarles y proporcionarles alimentos, ropa y vivienda, por ejemplo.
- Los niños cuyos padres no están casados tienen los mismos derechos que los niños que viven con padres casados.



Esto no está permitido en Alemania:

- No se debe descuidar ni maltratar a los niños.
- Los niños no pueden ser golpeados ni maltratados física o mentalmente de ninguna manera.
- Los niños no pueden ser utilizados como mano de obra hasta los 13 años. Cuando son mayores, sólo se les permite trabajar de forma muy limitada. Esto no debe perjudicar su salud ni su desarrollo.
- Los niños no pueden ser secuestrados ni utilizados como objetos de comercio.
- Está prohibido realizar actos sexuales con niños.

Derechos del niño: asesoramiento y ayuda

Derechos del niño

Como niño, necesitas una protección especial. Por eso también tienes derechos especiales. Estos derechos están recogidos en la Convención sobre los Derechos del Niño. La Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó la Convención en 1989.

La Convención de la ONU sobre los Derechos del Niño puede dividirse en cuatro grupos: derecho a la vida y al desarrollo personal, igualdad de trato, interés superior del niño y participación. En detalle, esto significa

- Todos los niños tienen derecho a todo lo que necesitan para vivir. Esto incluye, por ejemplo, comida y bebida o tratamiento médico.
- El derecho a ir a la escuela también es un derecho del niño, al igual que el derecho al juego y al ocio.
- Todos los niños y niñas tienen los mismos derechos y ningún niño debe ser tratado peor que los demás.
- Todos los niños tienen derecho a crecer sanos, cuidados y protegidos de la violencia.
- Todos los niños tienen derecho a vivir con sus padres o, si los padres están separados, a tener contacto con ambos.
- Todos los niños y niñas tienen derecho a formarse su propia opinión y a defenderla.

💡 ¿Hay temas que os afectan como niños? Entonces los adultos deben escuchar vuestra opinión y tenerla en cuenta a la hora de tomar decisiones.

🗺️ Aquí encontrarás una explicación clara de los 10 derechos infantiles más importantes: [alemán/árabe](#) y [alemán/persa](#).

¿Sufres violencia? ¿Te sientes tratado injustamente? Entonces la [Oficina de Juventud y Familia](#) puede asesorarte.

Derechos de la mujer

Trabajo y salarios

¿Le gustaría encontrar un trabajo bien remunerado en Alemania? Entonces lo primero que debe hacer es aprender alemán. La BAMF ofrece cursos especiales para padres y mujeres. Aquí también encontrará información sobre guarderías y el sistema escolar.

Infórmese en los

- [Centros de asesoramiento sobre migración](#),
- [Oficina de Extranjería y Migración de Ingolstadt](#),
- [agencia de empleo](#),
- [oficina de empleo](#) o
- directamente en las escuelas que ofrecen [cursos de integración](#).

MGF: mutilación genital femenina

¿Cuáles son las consecuencias de la MGF?

La mutilación genital femenina (MGF) está prohibida en Alemania. Desde septiembre de 2013, la MGF se castiga con penas de prisión.

Los padres tampoco pueden salir del país para circuncidar a su hija en el extranjero. Esto también está perseguido por el derecho penal alemán.

Muchas niñas mueren durante la mutilación o a consecuencia de ella. La mutilación deja muchas secuelas peligrosas:

- Incontinencia,
- dolor,
- hemorragias graves,
- complicaciones durante las relaciones sexuales y el parto,
- infertilidad,
- riesgo de infección por VIH y hepatitis,
- intoxicación sanguínea y tétanos,
- estados de shock,
- trauma psicológico,
- depresión.

💡 La satisfacción sexual tampoco suele ser posible tras la MGF.

💡 Las niñas y mujeres jóvenes pueden solicitar asilo si son amenazadas con la circuncisión.

Centros de asesoramiento sobre mutilación genital:

👤 Llama al teléfono de ayuda si estás afectada o amenazada por la MGF. El personal del teléfono de ayuda está a tu disposición día y noche y en varios idiomas.

Llama al teléfono de ayuda [116 016](tel:116016)

SAIDA Internacional e.V.
Landsberger Str. 7
04157 Leipzig

Contacto

+49 (0) 3412474669

info@saida.de

<https://beratungsstelle-genitalverstummelung.de/>

Horario de oficina:
De lunes a viernes de 09:00 a 17:00

ProFamilia Ingolstadt

[Holzmarkt 2](#)

85049 Ingolstadt

+49 (0) 8413792890



[+49 \(0\) 84137928910](tel:+49084137928910)

ingolstadt@profamilia.de

www.profamilia.de/ingolstadt

Puede ponerse en contacto con nosotros

Lunes de 10.00 a 14.00 horas

Martes de 10.00 a 14.00 h.

Miércoles 10.00 h - 14.00 h

Jueves 12:00 - 17:00

Viernes 10:00 - 13:00

Las citas sólo son posibles por teléfono.

Las consultas personales también tienen lugar fuera de estos horarios.

Nala e.V.

Auf dem neuen Feld 14 A

63303 Dreieich

Número de urgencias: [+49 \(0\) 8914098147](tel:+4908914098147)

+49 (0) 610398203

info@nala-fgm.de

[Nala e.V. Emergencia - Llamada de emergencia - Hotline](#)

Si tienes una sospecha

Si sospechas que una niña está en peligro y corre el riesgo de ser circuncidada, iactúa inmediatamente para evitarlo! Las siguientes instrucciones pueden ayudarte a hacer lo

correcto:

- Informa a la oficina de salud y/o de asistencia a la juventud y a las autoridades de inmigración.
- Informa a la policía local Número de emergencia: 112

No dejes que la "tradición", la "cultura", la "religión" o el miedo a ser considerado "racista" te detengan. Toma las medidas adecuadas para proteger a la niña o joven o busca apoyo.

Ayuda mediante cirugía:

En Alemania es posible reconstruir el clítoris. Esta cirugía reconstructiva puede ser realizada por cirujanos plásticos. Pida consejo a un ginecólogo. En Berlín se ha fundado un ["Centro para víctimas de mutilación genital"](#). Aquí se tratan de forma anónima y gratuita no sólo las secuelas físicas, sino también las psicológicas. Para ello no necesitas seguro médico.

Interrupción del embarazo

¿Se puede interrumpir un embarazo en Alemania?

En Alemania tienes derecho a interrumpir tu embarazo en determinadas condiciones. Sólo se puede abortar en las primeras doce semanas de embarazo, tras un asesoramiento sobre el conflicto del embarazo y acompañada por un médico. Después de las doce primeras semanas, el aborto sólo es posible en casos excepcionales.

- Te ves obligada a interrumpir el embarazo
- o tienes dudas sobre un posible aborto:
- ponte en contacto con el teléfono de ayuda a embarazadas en apuros: [08004040020](tel:08004040020)
- o al servicio [de asesoramiento sobre el embarazo](#)

¿Has sido violada?

- Si te has quedado embarazada como consecuencia de una violación, puedes abortar hasta doce semanas después de la concepción.
- En este caso, no tienes que acudir a un centro de asesoramiento.
- Sin embargo, puedes pedir asesoramiento gratuito en un centro de asesoramiento cercano.
- Si tu salud física o mental está en peligro por el embarazo, puedes abortar más adelante.
- El riesgo debe certificarlo un médico.

💡 ¿Eres menor de 18 años?

- ¿Quieres interrumpir el embarazo? Entonces tu madre o tu padre deben dar normalmente su consentimiento.

¿Tienes más de 16 años?

- Entonces el médico puede decidir que ya no necesitas el consentimiento de tus padres.

¿Tienes menos de 16 años?

- En ese caso, normalmente necesitas el consentimiento de uno de tus padres.
- ¿No puedes o no quieres decirles a tus padres que estás embarazada?
- Dirígete a un centro de asesoramiento. Allí te ayudarán.

¿Quién paga los gastos de un aborto?

- Si te has quedado embarazada como consecuencia de una violación o si tu embarazo pone en peligro tu salud, tu seguro médico o tu oficina de asistencia social cubrirán los gastos de un aborto.
- Si desea interrumpir el embarazo por otros motivos, tendrá que pagar usted misma una parte de los gastos.
- En este caso, tu seguro médico sólo se hará cargo del asesoramiento y los cuidados médicos, así como de la medicación antes y después de la intervención.
- Tendrás que pagar tú misma los costes del aborto propiamente dicho.
- Suelen oscilar entre 200 y 600 euros.
- Puede obtener más información sobre las distintas opciones de aborto en muchos idiomas diferentes en [zanzu.de](https://www.zanzu.de).

💡 ¿Recibes prestaciones del Estado? ¿O gana poco dinero? Entonces puedes solicitar a tu [seguro médico](#) o a tu [oficina de asistencia](#) social que te cubran los gastos del aborto.

No quiero quedarme con el niño, pero tampoco quiero abortar. ¿Qué puedo hacer?

Si no puedes o no quieres quedarte con el niño, puedes darlo en adopción después del nacimiento. En un primer momento, la Oficina de Protección de Menores se hará cargo del niño y se ocupará de él. Si finalmente decide que no quiere criar a su hijo, puede darlo en adopción. La Oficina de Protección de Menores buscará una familia que se ocupe del niño.

El "nacimiento confidencial"

- Si nadie puede enterarse de tu embarazo, aún te queda la opción de dar a luz a tu hijo. No estarás sola.
- Con un "parto confidencial", puedes dar a luz a tu hijo de forma segura en un hospital.
- Salvo el asesor, nadie sabrá tu nombre. El asesor no puede hablar de ti con nadie.
- De este modo, no se te reconoce.
- A partir de los 16 años, su hijo puede tener derecho a saber su nombre. Sin embargo, aparte de su hijo, nadie más tiene este derecho.
- Usted no tiene que pagar los costes del asesoramiento y el parto.

Si desea un "parto confidencial", puede ponerse en contacto con nosotros las 24 horas del día en

- el número de teléfono +49 (0) 8004040020 o
- en línea al centro de asesoramiento "[Hilfetelefon Schwangere](#)".
- El asesoramiento es gratuito y anónimo.
- Los asesores hablan varios idiomas.
- También puede dirigirse a cualquier clínica. El personal sabe lo que hay que hacer.

💡 Aquí puede buscar centros locales de asesoramiento sobre conflictos relacionados con el embarazo en toda Alemania:

<https://www.familienplanung.de/schwangerschaftsko...>

Más información:

En la página web

www.zanzu.de

En la página web de Familienplanung.de encontrará información sobre el parto confidencial:

<https://www.familienplanung.de/schwangerschaftsko...>

Violencia doméstica

¿Qué es la violencia doméstica?

Tu familia y tus amigos deberían apoyarte y protegerte. Sin embargo, no siempre es así. A veces estas personas también te hacen daño. Pueden infligirte violencia.

Esta violencia puede adoptar diferentes formas:

- Puede ser sexual.
- O física, como puñetazos o patadas.
- Pero también puede ser psicológica.
- Si alguien que conoces es violento contigo, esto se llama "violencia doméstica".

¿Dónde se produce la violencia doméstica?

- La violencia doméstica suele producirse en el hogar, pero también puede ocurrir en otros lugares.
- Mucha gente piensa en la violencia doméstica en términos de violencia física, es decir, abusos sexuales o palizas.
- Pero la violencia doméstica también adopta otras formas: Si te insultan, maltratan, amenazan o controlan, también es violencia doméstica.
- El acoso, es decir, cuando te siguen y vigilan, también puede ser una forma de violencia doméstica.

💡 Todas las formas de violencia son delito en Alemania. Esto significa que la [policía](#) debe intervenir si se entera por ti o por testigos.

- Si eres víctima de violencia doméstica, no estás sola.
- Los estudios demuestran que una de cada cuatro mujeres en Alemania sufre violencia doméstica.
- A muchas víctimas de violencia doméstica les resulta difícil contar sus experiencias a la policía o a un centro de asesoramiento.
- Sienten vergüenza y esperan que la situación cambie y que la persona violenta se calme y deje de serlo.
- En la mayoría de los casos, sin embargo, la gravedad de la violencia tiende a aumentar y los intervalos entre los distintos brotes de violencia se acortan.

💡 En Alemania hay numerosos centros de contacto para víctimas de la violencia doméstica. No tenga miedo de buscar ayuda.

Encuentre ayuda [contra la violencia y los malos tratos: ¿es usted una mujer necesitada?](#)

Derechos LGBTQIA

Homosexualidad / Identidad sexual

En Alemania, cada persona es libre de vivir su orientación sexual. La homosexualidad está permitida. Por ejemplo, las mujeres pueden ser lesbianas y los hombres pueden ser gays o las personas pueden ser bisexuales. Lesbianas, gays y personas trans* pueden ser abiertos y conocerse.

Las parejas del mismo sexo pueden vivir juntas y pueden casarse desde 2017. Algunas también crían hijos juntos; estas familias se llaman familias arco iris.

La SBGG facilitará a las personas transgénero, intersexuales y no binarias el cambio de registro de género y de nombre de pila. La ley entrará en vigor en su totalidad el 1 de noviembre de 2024.

Lesbianas y gays no deben ser discriminados. Existen leyes al respecto. Puede encontrar información al respecto en

🔗 [Ley General de Igualdad de Trato \(AGG\)](#) y [Ley de Autodeterminación con respecto al Registro de Género \(SBGG\)](#)

Personas transgénero, no binarias e intersexuales / identidad de género

En Alemania, todas las personas tienen los mismos derechos, independientemente de su sexo. Esto significa que en Alemania las personas no pueden ser ni mujeres ni hombres, sino que pueden declarar su género como "diverso" o "no especificado". Las personas trans* pueden vivir abiertamente en Alemania y recibir tratamiento médico; se les permite cambiar de género. Tampoco se puede discriminar a ninguna de estas personas. 🗺️ Puedes encontrar información al respecto [aquí](#).

Encontrará información sobre muchos temas relacionados con el colectivo LGBTQIA+ en

- [¿Qué significa LGBTQIA+?](#)

- [Asesoramiento y contactos](#)
- [Motivo de huida queer](#)

No violencia / integridad física

Toda persona tiene derecho a una vida sin violencia. Esto significa que todas las personas tienen derecho a la vida y a la integridad física. Esto incluye tanto la salud física como mental de una persona. Esto también se aplica en el ámbito privado.



Esto significa, por ejemplo

- Los conflictos deben resolverse sin violencia.
- Quien necesite ayuda en caso de peligro o conflicto puede llamar a la policía.
- Deben seguirse todas las instrucciones de la policía.
- No está permitida la justicia por mano propia. Si se han violado tus derechos, decidirá un tribunal estatal.
- El Estado debe actuar de forma no violenta. Sólo puede usar la fuerza en casos excepcionales, cuando se hayan agotado todos los demás medios. No hay pena de muerte ni castigos corporales; la tortura está prohibida.



En Alemania no está permitida:

- Maltratar físicamente, herir o matar a otra persona. Esto también se aplica en el seno de la familia, en la escuela y en la calle.
- Participar en peleas que acaben con muertos o heridos graves.
- La venganza de sangre y el asesinato en nombre del honor.
- Violencia contra mujeres y niños siempre y en todas partes.
- La trata de seres humanos, la esclavitud y la prostitución forzada.
- Coser, cortar o mutilar los genitales femeninos.

Justicia social



El Estado debe respetar y proteger la dignidad humana. Por tanto, debe garantizar la mejor justicia social posible. Para ello, adopta medidas jurídicas, financieras y materiales. Todas las personas que ganan dinero en Alemania pagan una parte de su salario al Estado (impuestos). Cuanto mayores son los ingresos, más hay que pagar. Los que ganan mucho pagan más impuestos. El Estado debe destinar este dinero al bienestar de las personas que viven en Alemania.



Esto significa, por ejemplo

Todas las personas empadronadas en Alemania tienen derecho a asistencia médica básica. Esto incluye tratamiento médico en caso de enfermedad y accidente.

- Todas las personas que tienen un trabajo sujeto a cotizaciones a la seguridad social pagan cotizaciones al seguro de enfermedad, de dependencia y de pensiones
Todo adulto debe esforzarse por ganarse la vida por sí mismo. Si alguien no puede hacerlo, puede recibir ayuda del Estado.
- El Estado garantiza que los impuestos se utilicen también para igualar la justicia social y para ayudar en situaciones de emergencia (por ejemplo, a los refugiados).
- El Estado ayuda económicamente a los padres, por ejemplo mediante el subsidio familiar.



Esto no está permitido en Alemania:

- El fraude fiscal, por ejemplo pagando menos impuestos de los exigidos.
- Recibir prestaciones estatales aunque no se tenga derecho a ellas.

Libertad de expresión



Todas las personas pueden

- formarse sus propias opiniones
- expresarlas y difundirlas libremente.
- Las personas también son libres de expresar sus opiniones públicamente.
- Todos los medios de comunicación son también libres.
- Todas las personas pueden informarse en ellos.
- Quien expresa su opinión libremente debe
 - respetar la protección del honor personal y
 - honor y la dignidad personal de otras personas.



Esto significa, por ejemplo:

- Se puede criticar al gobierno.
- Se puede criticar la religión.
- Las obras artísticas pueden provocar. Nadie puede dictar a escritores, músicos o artistas visuales cómo deben trabajar.
- El gobierno y las religiones también pueden ser objeto de sátira y arte crítico.
- Quien considere que se han violado sus derechos fundamentales puede acudir a la policía o a un tribunal.



Esto no está permitido en Alemania:

- El uso de símbolos anticonstitucionales y llamamientos a derrocar la democracia.
- Las expresiones de opinión ofensivas que menosprecien a otras personas.
- La difamación o calumnia contra otras personas.
- La incitación al odio y la violencia.

Libertad religiosa



En Alemania rige la libertad religiosa. Está garantizada por la Ley Fundamental. Puede practicar su fe como le parezca, siempre que no infrinja la Ley Fundamental. Tampoco puede ser discriminado por su religión, por ejemplo al buscar trabajo. La libertad religiosa también significa aceptar las creencias de los demás. Alemania no tiene una iglesia estatal. El Estado y la religión están separados.



Esto significa, por ejemplo:

- Todas las personas son libres de practicar y elegir su religión y creencias.
- Todas las personas tienen libertad para no ser religiosas y decirlo. Quien no crea en Dios puede decirlo públicamente.
Los miembros de diferentes religiones y creencias pueden casarse entre sí.
- El matrimonio sólo es legalmente vinculante ante el registro civil. Los matrimonios celebrados exclusivamente en el marco de una religión no son legalmente vinculantes en Alemania.



Esto no está permitido en Alemania:

- Situar las normas o tradiciones religiosas por encima de las leyes aplicables. Por ejemplo, estar casado con varias mujeres al mismo tiempo. O sacrificar un animal sin autorización especial.
- Los niños sólo pueden ser circuncidados si ello no pone en peligro su bienestar.

💡 Muchas personas apuestan hoy en Alemania por el diálogo entre religiones. El objetivo es la coexistencia pacífica de religiosos, creyentes y personas que no pertenecen a ninguna religión.

💡 El Estado está comprometido con la neutralidad ideológica.



Mientras la práctica de una religión no ponga en peligro la democracia o la separación entre Estado y religión, está protegida.

Alemania de la A a la Z

¿Le gustaría saber más sobre Alemania? ¿Cuáles son aquí las peculiaridades o los hábitos alimentarios?

En la página "**Handbook Germany**" puede conocer mejor su nuevo país de origen a través de vídeos y textos.

Handbook Germany es una plataforma de información para refugiados e inmigrantes. Encontrará información sobre derechos de residencia, vivienda, salud, trabajo, formación, guarderías, estudios y mucho más.

💡 Puede conocer mejor su nuevo hogar con vídeos y textos.

🌐 [Aquí](#) encontrará información importante en

- alemán
- inglés,
- (árabe),
- اردو/پښتو (persa),
- Türkçe (turco),
- Français (francés),
- وټ پ (pastún),
- Русский (ruso),
- Українська (ucraniano).

La [aplicación Arrive](#) ofrece respuestas a muchas preguntas sobre la vida en Alemania.

La [Guía del Refugiado](#) ofrece consejos útiles para los refugiados sobre la vida en Alemania.

Policía

Responsabilidades de la policía

La policía está ahí para protegernos del peligro. También resuelven delitos. No tiene nada que ver con los servicios secretos o la política. ¿Hay alguna emergencia? Entonces puede ponerse

en contacto con la policía en cualquier momento marcando [el 110](#). La llamada es gratuita. La llamada es gratuita. [Aquí](#) puede leer lo que debe tener en cuenta al hacer una llamada de urgencia.

La ley establece lo que la policía puede y no puede hacer. Por ejemplo, necesitan la autorización de un juez para registrar un domicilio. A menos que haya un gran peligro para una persona en el domicilio. Lea más sobre sus derechos ante la policía [aquí](#).

 No intente sobornar a la policía. Los intentos de soborno están severamente penalizados en Alemania.

¿Cuándo debo llamar a la policía?

¿Está usted u otra persona en peligro? ¿Ha sido testigo de un delito? Entonces llame a la policía.

Puede tratarse de un robo. O un robo. También hurtos, incendios provocados y daños a la propiedad. Los abusos sexuales, las agresiones o las amenazas también son competencia de la policía. También debes llamar a la policía en caso de violencia doméstica.

Si llama al número de emergencias 110, la policía le atenderá lo antes posible.

Importante: Si has sido víctima de violencia de derechas, racista, antisemita, islamófoba, homófoba o transfóbica, puedes ponerte en contacto con la policía en cualquier momento. Encontrarás más información al respecto en nuestro capítulo "[Discriminación](#)".

También puedes llamar a la policía en caso de una de las denominadas infracciones administrativas. Por ejemplo, si alguien no respeta las horas de silencio y escucha música a todo volumen por la noche.

Si observas la radicalización política o religiosa de jóvenes adultos en tu zona, también puedes denunciarlo a la policía. También puedes ponerte en contacto con el Centro de Asesoramiento sobre Radicalización de la BAMF en [+49 \(0\) 9119434343](#) en varios idiomas.

Derechos frente a la policía

Derechos frente a la policía

Identificación y control

- La policía puede pedirle su identificación.
- No le registrarán ni a usted ni a su domicilio sin sospecha de delito.
- Su domicilio sólo puede ser registrado con una orden judicial o si existe una sospecha urgente de delito.
- Exprese claramente su objeción ("No consiento").

Registro

- Las mujeres pueden pedir que las registre una mujer policía.
- Puede llamar por teléfono y citar a un testigo.

Inspección del vehículo

- La policía puede comprobar el permiso de conducir, el permiso de circulación, el triángulo de señalización y el botiquín.
- Sólo se puede registrar el coche si hay sospechas razonables.
- Pruebas de alcohol o drogas sólo con indicios claros.

Análisis de sangre y orina

- Sólo si hay sospecha de delito.
- Normalmente se requiere una orden judicial.
- Puede negarse a dar su consentimiento sin motivo.

Traslado a comisaría

- No te pueden llevar a comisaría sin motivo.
- Si lo es: póngase en contacto con un abogado.
- Servicio de abogados de urgencia para asuntos penales Berlín: +49 (0) 1723255553 (las 24 horas del día) o <https://strafverteidiger-berlin.de/notdienst/>.

Interrogatorio

- Tiene derecho a negarse a declarar.
- No hagas declaraciones sin un abogado.
- No está obligado a acudir a las citaciones policiales. Sólo está obligado a hacerlo por la fiscalía o el tribunal.

Otros derechos

- Puedes pedir el carné de identidad del agente de policía.
- Anotar datos para posibles denuncias.
- Acudir a los transeúntes como testigos.
- Las denuncias penales pueden presentarse directamente ante la fiscalía en un plazo de tres meses.

Nota

Las leyes policiales varían de un Estado a otro.

Naturalización

Naturalización

Si ha vivido en Alemania al menos cinco años, puede solicitar la naturalización. La naturalización le dará un pasaporte alemán. Tendrá los mismos derechos y obligaciones que los demás alemanes. Los cónyuges y los hijos también pueden naturalizarse. Los jóvenes mayores de 16

años pueden solicitar ellos mismos la naturalización.

Requisitos

- Haber residido en Alemania durante cinco años.
- Puede demostrar su identidad y su nacionalidad actual.
- Tiene un permiso de residencia permanente.
- Puede mantenerse a sí mismo y a su familia (cónyuge, hijos).
- Tiene conocimientos de alemán de nivel B1 como mínimo.
- Tiene conocimientos del ordenamiento jurídico y social, así como de la vida en Alemania.
- Está comprometido con el orden básico democrático libre.
- Reconoces la responsabilidad histórica de Alemania por el nacionalsocialismo y sus consecuencias, en particular por la protección de la vida judía, así como por la coexistencia pacífica de los pueblos y la prohibición de la guerra de agresión.
- No ha sido condenado por ningún delito penal.
- No existen motivos de exclusión.

Se aplican otras normas a determinadas personas (cónyuges o hijos de alemanes).

¿Puede naturalizarse?

Puede utilizar el **Quick Check** para comprobar si puede convertirse en ciudadano alemán.

La ciudad de Ingolstadt ofrece asesoramiento sobre este tema. [Puede concertar una cita aquí.](#)

Documentos necesarios

- Solicitud de naturalización
- Fotografía actual
- Partida de nacimiento, certificado de matrimonio o divorcio, si procede
- Pasaporte nacional en vigor con permiso de residencia
- Prueba de conocimientos de alemán (por ejemplo, certificado escolar, certificados, formación profesional finalizada)
- Justificante del examen "Vivir en Alemania"
- Justificante de los ingresos familiares de los últimos tres meses

Nota: A veces, las autoridades exigen más documentos. Solicítelos con antelación.

Para los documentos en un idioma que no sea alemán, se requiere una traducción realizada por un intérprete jurado oficialmente.

¿Dónde puedo solicitar la naturalización?

Bürgeramt | amtliche Beglaubigung, Wahlen, Einbürgerung, Meldeamt, Führungszeugnis, Ausweis, Reisepass,

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

@buergeramt@ingolstadt.de

[+498413051500](tel:+498413051500)

<https://www.ingolstadt.de/buergeramt>

Correo electrónico: staatsangehoerigkeit@ingolstadt.de

Aquí encontrará los números de teléfono: [Guía de autoridades Ingolstadt](#)

Sólo con cita previa (por teléfono, correo electrónico u online).

Los extranjeros que viven en Alemania tienen derecho a la naturalización bajo determinadas condiciones.

Los extranjeros sin derecho pueden naturalizarse a discreción bajo determinadas condiciones.

Costes

- 255 euros por persona
- 51 euros por niño

Si retira su solicitud o se la deniegan, tendrá que pagar los gastos.

Para más información

- [Naturalización en Alemania](#)

Antidiscriminación e inclusión

Antidiscriminación e inclusión

Qué significa la lucha contra la discriminación?

- Nadie debe recibir un trato menos favorable.
- Por ejemplo: por el color de la piel, el origen, la religión, la discapacidad, la edad o el sexo.
- Todas las personas tienen los mismos derechos.

¿Qué significa inclusión?

- Todas las personas deben pertenecer.
- Todos deben poder participar.
- Por ejemplo: en la escuela, en el trabajo o en su tiempo libre.

Objetivo

- Todas las personas valen lo mismo.
- Las diferencias son normales.
- La convivencia es importante.

Experiencias de discriminación

En Alemania está prohibido tratar a las personas de forma desigual por determinadas características. Pero sigue estando muy extendido. Ya sea a la hora de buscar alojamiento, en el trabajo, en las administraciones, las escuelas, las consultas médicas, en el tiempo libre o con la policía. La discriminación puede darse en todos los ámbitos de la vida.

Sin embargo, no tiene por qué limitarse a aceptar la discriminación. Tiene derecho a defenderse contra ella.

Todas las personas en Alemania tienen este derecho. Independientemente de su origen o estatus de residencia. Está consagrado en la Ley Fundamental alemana como uno de los derechos humanos. Puede emprender acciones legales contra la discriminación.

¿He sido discriminado?

A veces no sabe exactamente si ha sido discriminado. No está seguro porque otras personas no ven ningún problema en una acción o no creen que la discriminación sea mala. Aquí es donde el asesoramiento puede ayudarle. El personal del centro de asesoramiento se tomará en serio su experiencia. Pueden decirle si su experiencia también se considera legalmente discriminación y qué opciones legales tiene ahora. Pero incluso si su experiencia no se considera legalmente discriminación, el centro de asesoramiento puede ayudarle. El personal puede ayudarle a aceptar lo que ha vivido y a desarrollar estrategias para el futuro.

Los centros de asesoramiento contra la discriminación

- ayudan a todas las personas que han sufrido discriminación y desean recibir asesoramiento.

 [Centro Federal de Lucha contra la Discriminación](#)

El personal habla alemán. El asesoramiento es gratuito y anónimo si se desea.

 [+49 \(0\) +49 \(0\) 185551855](tel:+49(0)49185551855)

Puede ponerse en contacto con el centro de asesoramiento

Lunes de 13.00 a 15.00 horas

Miércoles 09:00 - 12:00

Viernes, de 9.00 a 12.00

 También puede pedir ayuda al [Centro de Lucha contra la Discriminación de la ciudad de Ingolstadt](#).

 También puede dirigirse a un [servicio de asesoramiento sobre migración para adultos](#) o al [servicio de migración juvenil](#). El personal suele hablar varios idiomas y puede ayudarle con todos los problemas relacionados con la vida en Alemania.

¿Qué hago si he sido discriminado por la policía?

También puede sufrir discriminación a manos de la policía. Una experiencia que tienen muchas personas en Alemania, por ejemplo, es la llamada discriminación por perfil racial. Cuando la policía para, interroga, registra o incluso detiene a una persona simplemente

porque parece sospechosa por el color de su piel o características similares, se habla de "perfil racial". Pero también pueden producirse insultos, abusos o agresiones discriminatorias. Las víctimas de brutalidad o violencia policial pueden denunciar a los agentes de policía.

Los agentes de policía no están por encima de la ley. Lo que pueden y no pueden hacer está regulado en el Código Penal, la Ley de Enjuiciamiento Criminal y la legislación policial. Puede obtener más información [aquí](#).

Importante: Tiene derecho a pedir el carné de identidad del policía y a anotar sus datos. Esto es importante si quiere presentar una denuncia penal más adelante. También es útil pedir a los transeúntes que observen la situación. Así también tendrá testigos. Atención: Debes presentar una denuncia penal en el plazo de tres meses desde el incidente. Puede hacerlo directamente en la fiscalía. No es necesario que acuda a la policía.

¿Qué pueden hacer los refugiados queer contra la violencia y el acoso?

Puntos de contacto

 En Alemania hay numerosos [puntos](#) de [contacto](#) con diversos servicios para refugiados LGBTI.

¿Qué puedes hacer como refugiado queer para combatir la violencia y el acoso?

Las personas queer con antecedentes de huida que experimentan hostilidad LGBTIQ* tienen muchas más probabilidades de verse afectadas por la depresión, el estrés y un menor nivel de satisfacción.

¿Eres tú o alguien cercano a ti víctima de hostilidad, discriminación o violencia LGBTIQ*? Puedes denunciar los incidentes y buscar asesoramiento. En situaciones de peligro, te aconsejamos que llames a la policía.



[Agencia Federal contra la Discriminación](#)

Aquí encontrará información sobre el tema de la discriminación. Puede denunciar casos y obtener asesoramiento jurídico.

Le informaremos sobre sus derechos y cómo puede hacerlos valer. En los casos que se presten a una solución amistosa, podemos intentar resolver el conflicto.

Nuestro servicio de asesoramiento no puede sustituir al asesoramiento jurídico en casos individuales. No podemos inspeccionar expedientes ni aportar pruebas. Sin embargo, podemos indicarle si existen otras posibilidades de apoyo local. Puede tratarse, por ejemplo, de centros de asesoramiento que colaboran con abogados o que pueden asistirle ante los tribunales.

Material

🔍 Puede encontrar [información](#) para refugiados LGBTI en . También hay información disponible para las personas que trabajan con ellos o les prestan apoyo.

Vídeos

🔍 [Aquí](#) encontrará vídeos con información sobre lo que debe tener en cuenta en el procedimiento de asilo y alojamiento.

[Alemán](#), [Inglés](#), [Français](#), [Русский](#), [Español](#), [Türkçe](#)

[- urdu](#) - ودرا, [- árabe](#) - العربية, [- farsi](#) - فارسی

Libertad religiosa



En Alemania rige la libertad religiosa. Está garantizada por la Ley Fundamental. Puede practicar su fe como le parezca, siempre que no infrinja la Ley Fundamental. Tampoco puede ser discriminado por su religión, por ejemplo al buscar trabajo. La libertad religiosa también significa aceptar las creencias de los demás. Alemania no tiene una iglesia estatal. El Estado y la religión están separados.



Esto significa, por ejemplo:

- Todas las personas son libres de practicar y elegir su religión y creencias.
- Todas las personas tienen libertad para no ser religiosas y decirlo. Quien no crea en Dios puede decirlo públicamente.
Los miembros de diferentes religiones y creencias pueden casarse entre sí.
- El matrimonio sólo es legalmente vinculante ante el registro civil. Los matrimonios celebrados exclusivamente en el marco de una religión no son legalmente vinculantes en Alemania.



Esto no está permitido en Alemania:

- Situar las normas o tradiciones religiosas por encima de las leyes aplicables. Por ejemplo, estar casado con varias mujeres al mismo tiempo. O sacrificar un animal sin autorización especial.

- Los niños sólo pueden ser circuncidados si ello no pone en peligro su bienestar.

💡 Muchas personas apuestan hoy en Alemania por el diálogo entre religiones. El objetivo es la coexistencia pacífica de religiosos, creyentes y personas que no pertenecen a ninguna religión.

💡 El Estado está comprometido con la neutralidad ideológica.



Mientras la práctica de una religión no ponga en peligro la democracia o la separación entre Estado y religión, está protegida.

Responsable de Inclusión de la ciudad de Ingolstadt

Personas con discapacidad

☐☐ El responsable de discapacidad de la ciudad de Ingolstadt

☐ Asesoramiento a la ciudad

El comisario ayuda a la ciudad de Ingolstadt.

Presta atención a una ley importante.

La ley se llama Ley Bávara de Igualdad de las Personas con Discapacidad.

Protege a las personas con discapacidad.

Garantiza la igualdad de derechos para todos.

☐♀ Ayuda a las personas con discapacidad

La representante es una persona de contacto.

Las personas con discapacidad pueden hablar con ella.

Facilita información.

Ayuda con las preguntas.

Ayuda con los problemas.

♂♂ Compromiso con la justicia

Las mujeres y los hombres deben tener los mismos derechos.

Las mujeres con discapacidad tampoco deben estar en desventaja.

La representante se compromete a ello.

Previene las desventajas.

También ayuda cuando ya existen.

☐☐ La accesibilidad es importante

Accesibilidad significa:

Todo el mundo puede moverse con facilidad.

Incluso en silla de ruedas o con bastón.

La accesibilidad es importante en la construcción.

También es importante en el transporte.
El comisario presta atención a este aspecto.

▣ Participación en la ciudad

El representante participa en muchos asuntos.
Se fija mucho.
Especialmente cuando se trata de personas con discapacidad.
Aporta sus propias ideas.
Es independiente.
Nadie le dice lo que tiene que hacer.

▣ Trabajo en red e información

La representante habla con mucha gente.
Da a conocer su trabajo.
Reúne a la gente.
Esto se llama: Trabajo en red.
Es la mejor manera de ayudar.

🗣️ Más [información](#) sobre ayuda a discapacitados.

Die Inklusionsbeauftragte der Stadt Ingolstadt

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉️ @inklusion@ingolstadt.de

☎️ [+49 \(0\) 8413051205](tel:+49(0)8413051205)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Inklusion>

Centros de asesoramiento para personas con discapacidad:

⇒ En la página web de la ciudad de Ingolstadt hay una [lista de centros de asesoramiento](#)

⇒ [Asesoramiento, contactos y ofertas en Ingolstadt](#)

Consejo de Inclusión de la ciudad de Ingolstadt

¿Las personas con discapacidad también tienen derecho a tomar decisiones? 🗣️ Para apoyar a estas personas se creó en Ingolstadt un [consejo de inclusión](#). SACHE Está formado por representantes de la política, la asistencia social, grupos de autoayuda y afectados como expertos por derecho propio .

¿Qué es un consejo de inclusión?

Este consejo se compromete a garantizar que todas las personas puedan participar en igualdad de condiciones en la vida de la comunidad. Apoya especialmente a las personas con

discapacidad. Esto les permite tener las mismas oportunidades que los demás. El Consejo colabora con las autoridades públicas. Y también con otras organizaciones. El objetivo es derribar barreras y promover la inclusión.

¿Tiene el Consejo alguna pregunta sobre discapacidad o inclusión? El Consejo de Inclusión realiza consultas. El consejo está formado por representantes de la política. También incluye organizaciones asistenciales, grupos de autoayuda y afectados como expertos en su propio nombre.

¿Conoce las tareas y obligaciones del Consejo de Inclusión? He aquí algunas de ellas :

- El Consejo de Inclusión hace sugerencias y recomendaciones en materia de
 - asistencia a los discapacitados,
 - inclusión e
 - igualdad de los afectados.
- El Consejo apoya a la ciudad de Ingolstadt y a sus comités a título consultivo.
- El Consejo apoya al responsable de inclusión. También es el punto de contacto para los afectados.

Actividades del Consejo de Inclusión

Las personas con discapacidad deben poder participar en la vida laboral con igualdad de derechos y autodeterminación. El trabajo conduce a la participación social y a la participación en la educación. Sólo así se logrará una sociedad inclusiva. Las personas con discapacidad recibirán aún más apoyo para que puedan buscar un empleo remunerado en el mercado laboral primario. Atraer a las personas con discapacidad al mercado laboral es una cuestión infravalorada. Ante la escasez de mano de obra cualificada, se trata de una medida crucial. Con este fin se creó el grupo de trabajo "Feria del Empleo Inclusivo".

💡 ¿Necesita más información sobre derechos? ¿O busca formas de apoyar a las personas con discapacidad? Los siguientes enlaces pueden ayudarte:

🌐 [Manual Alemania](#): Personas con discapacidad. La información está disponible en 9 idiomas.

🌐 [Centro de Igualdad para trabajadores de la UE](#): ¿Busca información sobre prestaciones para personas con discapacidad? Esta página le ayudará con una visión general. La información está disponible en 11 idiomas.

🌐 [EUTB: Asesoramiento para personas con discapacidad o enfermedades crónicas](#)

Derecho electoral alemán y bávaro, derecho de voto de los extranjeros, elecciones a la UE

Extranjeros Derecho de voto / Extranjeros UE / Extranjeros no UE

Derecho de voto de los extranjeros en Alemania

Los extranjeros que no proceden de la UE no pueden votar en Alemania. No tienen derecho a votar ni a presentarse a las elecciones.

Derecho de sufragio **pasivo** significa que puede votar en unas elecciones.

Derecho de sufragio pasivo significa que usted mismo puede ser elegido en unas elecciones.

Derecho de voto de los extranjeros de la UE

Los ciudadanos de la UE pueden votar en las elecciones locales. Se trata de elecciones en ciudades y municipios. También pueden presentarse a las elecciones municipales.

Diferencias entre los extranjeros de la UE y los demás extranjeros

Los extranjeros de la UE pueden votar en ciudades y municipios. Los demás extranjeros no. Ambos no pueden votar en las elecciones federales o estatales. Tampoco pueden participar en referendos a nivel federal o estatal.

Los inmigrantes nacidos en Alemania o que llevan mucho tiempo viviendo aquí pueden naturalizarse más fácilmente. La naturalización les da derecho a votar.

 [Haga clic aquí](#) para obtener información sobre la naturalización.

Elecciones municipales en Baviera

¿Cuándo se celebran las próximas elecciones municipales?

Las elecciones municipales en Baviera se celebran cada seis años. Las próximas elecciones municipales en Baviera tendrán lugar el 8 de marzo de 2026.

¿Qué se vota en las elecciones municipales?

Se elige a los representantes municipales en las ciudades, municipios y distritos de Baviera.

Son los miembros de los consejos municipales y de las ciudades y de los consejos de distrito. También se elige a la mayoría de los alcaldes y concejales de distrito.

¿Quién puede votar?

Pueden votar en las elecciones municipales y de distrito todas las personas que, el día de las elecciones

1. sean ciudadanos de la UE
2. hayan cumplido 18 años
3. hayan residido en la circunscripción electoral durante al menos dos meses con su domicilio principal
4. no estén excluidos del derecho de voto.

Los electores deben ser titulares de un pasaporte alemán o de la nacionalidad de otro país de la UE. Los inmigrantes de países no pertenecientes a la UE deben tener la nacionalidad alemana.

Para las personas con ciudadanía alemana o de la UE, también se aplica lo siguiente: deben haber tenido su residencia principal en el municipio o distrito respectivo durante al menos dos

meses antes de las elecciones.

¿Existe un umbral del 5% para las elecciones locales?

En Baviera no existe un umbral del 5% para las elecciones municipales, como sí existe para las elecciones federales y estatales.

¿Qué ley rige las elecciones municipales en Baviera?

En Baviera se aplica la [Ley de Elecciones Municipales y de Distrito \(GLKrWG\)](#).

Elecciones federales / estatales / de distrito

Derecho electoral alemán

Elecciones en general

- **generales:** todos los ciudadanos de la República Federal de Alemania tienen derecho a votar, independientemente de su sexo, ingresos, confesión religiosa, profesión o convicciones políticas.
- **directas:** Los votantes eligen a sus representantes directamente (directamente).
- **libre:** Los ciudadanos no se ven influidos ni presionados en su decisión de voto. También pueden decidir no votar.
- **igual:** Cada voto cuenta por igual. Los votos no pueden ponderarse de ninguna manera, es decir, un voto cuenta más que otro.
- **secreto:** Todo el mundo debe poder marcar su cruz en la papeleta sin ser observado. Las cabinas electorales no deben ser visibles desde el exterior. Las papeletas se doblan una vez rellenas. A continuación, se depositan en las urnas para que nadie pueda ver quién ha hecho la cruz.
- **Sin embargo, existe una restricción debido a la cláusula del cinco por ciento:** los partidos que obtienen menos del cinco por ciento de los votos en las elecciones al Bundestag no pueden entrar en el Bundestag. Esto significa que los votos de quienes votaron a estos pequeños partidos no están representados en el Parlamento.

Posibilidad de impugnar las elecciones

Todos los votantes con derecho a voto tienen la posibilidad de impugnar las elecciones si consideran que se han violado uno o varios de estos principios de la ley electoral.

💡 La voluntad del pueblo la ejerce el parlamento elegido por él. Es lo que se denomina democracia parlamentaria-representativa.

Elección al Bundestag

¿Quién puede elegir al Bundestag?

Cada cuatro años, los ciudadanos eligen a las personas que les representan. Son los diputados. Todos los miembros del Parlamento forman El Bundestag alemán. El Bundestag

toma decisiones importantes para los ciudadanos. Elige al Canciller Federal y aprueba leyes. El Bundestag también decide sobre el presupuesto federal y el despliegue de la Bundeswehr (ejército parlamentario).

Puede votar si

- Tiene al menos 18 años.
- Tiene la nacionalidad alemana.
- ha residido en Alemania al menos 3 meses antes de las elecciones. Su lugar de residencia es el lugar donde está inscrito en el registro de ciudadanos.
- Hay normas especiales para los alemanes que viven siempre en el extranjero.
- Si tiene derecho a votar, está inscrito en el censo electoral.
- Una persona sólo puede votar una vez en las elecciones al Bundestag.

¿Qué ley rige las elecciones al Bundestag?

Las elecciones al Bundestag se rigen por la [Ley Electoral Federal \(BWahlG\)](#).

Elecciones al Parlamento de Baviera

¿Cuándo se celebran las elecciones regionales en Baviera?

Las elecciones estatales en Baviera se celebran cada cinco años. Las últimas elecciones estatales se celebraron en octubre de 2023.

¿Quién puede votar al parlamento bávaro?

Tienen derecho a votar en las elecciones al parlamento bávaro todos los alemanes en el sentido del apartado 1 del artículo 116 de la Ley Fundamental que hayan cumplido 18 años el día de la votación o, en el caso de los referendos, a más tardar el último día del periodo de inscripción,

1. haber cumplido 18 años
2. tengan su residencia en Baviera desde hace al menos tres meses, o su residencia principal si tienen más de una residencia, o residan habitualmente de otro modo en Baviera,
3. no están excluidos del voto.

¿Qué ley rige las elecciones estatales en Baviera?

La [Ley Electoral Estatal \(Landeswahlgesetz - LWG\)](#) regula las elecciones al parlamento estatal en Baviera.

La elección de los consejos de distrito de Baviera

¿Cuáles son las tareas de los distritos bávaros?

Baviera está dividida en siete distritos (idénticos en superficie a los distritos administrativos). Los distritos constituyen el tercer nivel municipal junto a los municipios y los condados o ciudades independientes. Los distritos desempeñan tareas que van más allá de la

competencia o capacidad de los distritos administrativos o ciudades independientes. El máximo órgano político del distrito es la asamblea de distrito.

¿Cuándo se celebran las elecciones a las asambleas de distrito?

Las elecciones a las 7 asambleas de distrito de Baviera se celebran al mismo tiempo que las elecciones al parlamento regional.

¿Quién puede votar en las elecciones a las asambleas de distrito?

Pueden votar en las elecciones a las asambleas de distrito todos los alemanes en el sentido del art. 116 art. 1 de la Ley Fundamental

- que hayan cumplido 18 años el día de la votación,
- hayan vivido en el distrito respectivo durante al menos tres meses, o tengan su residencia principal si tienen más de una residencia, o residan habitualmente de otro modo en el distrito
- no están excluidos del derecho de voto.

¿Qué leyes rigen las elecciones de distrito en Baviera?

La [Ley Electoral de Distrito \(BezWG\)](#) y la [Ley Electoral Estatal \(LWG\)](#) regulan las elecciones a las asambleas de distrito en Baviera.

Elecciones europeas

Elecciones europeas

¿Qué son las elecciones europeas?

En las elecciones europeas, los ciudadanos de la Unión Europea eligen a los miembros del Parlamento Europeo. Estos miembros representan al pueblo en el Parlamento. La Unión Europea se denomina UE. 🌐 Las elecciones se celebran en todos los [Estados miembros de la UE](#). A partir de 2024: 27 países.

¿Con qué frecuencia se celebran las elecciones europeas?

Las elecciones se celebran cada 5 años. Las últimas elecciones se celebraron en junio de 2024.

¿Cuándo son las próximas elecciones?

Las [próximas elecciones](#) tendrán lugar en 2029. Las elecciones se celebran en días diferentes en los países de la UE.

¿Por qué es importante votar?

Cuando votas, eliges a los miembros del Parlamento Europeo. Estos miembros toman decisiones. Estas decisiones son importantes para su vida cotidiana. Estas decisiones se

refieren, por ejemplo, al trabajo, la salud y el medio ambiente. Tu voto es importante. Tú votas y ayudas a decidir.

¿Cuáles son las normas para votar?

Si quieres votar, es posible que tengas que inscribirte previamente. Sólo se puede votar una vez en cada elección. Puedes votar si eres ciudadano de la UE. Se es ciudadano de la UE si se es ciudadano de un país de la UE. Puedes votar en el país de la UE del que eres ciudadano. Si vive en otro país de la UE, puede votar en ese país. Solo puede presentarse como candidato en un país de la UE. Puede ser el país de la UE del que es ciudadano. Si vive en otro país de la UE, puede presentarse como candidato en ese país.

¿Dónde puedo encontrar información sobre el voto?

 Puede informarse sobre cómo votar en las elecciones europeas en [la página web del Parlamento Europeo](#).

¿Dónde puedo encontrar los resultados de las elecciones?

 Puede consultar los resultados de las elecciones europeas en [la página web del Parlamento Europeo](#).

¿Qué hacen los diputados al Parlamento Europeo?

Los diputados al Parlamento Europeo se llaman eurodiputados. Representan a 450 millones de personas en la UE. Los eurodiputados examinan los proyectos de nuevas leyes de la UE. Los eurodiputados también mejoran las leyes. Los eurodiputados y el Consejo de la UE deciden sobre el dinero de la UE. Los eurodiputados controlan el trabajo de la UE. La UE firma tratados con países no pertenecientes a la UE. Los eurodiputados votan estos tratados. Los eurodiputados eligen al Presidente de la Comisión Europea.

¿Cuántos eurodiputados se eligen?

En 2024 se elegirán 720 eurodiputados. El número de eurodiputados se determina antes de cada elección. No puede haber más de 750 eurodiputados y un Presidente. Cada país de la UE puede tener un mínimo de 6 y un máximo de 96 eurodiputados.

¿Qué ocurre después de las elecciones?

Los eurodiputados elegidos forman grupos políticos. Se denominan grupos políticos. Estos grupos incluyen diputados de distintos países y partidos. Los diputados de un grupo tienen los mismos objetivos. Los diputados eligen al Presidente del Parlamento. Los diputados también eligen al Presidente de la Comisión Europea.

 [Aquí](#) encontrará más información sobre las elecciones europeas en alemán e inglés.

Aquí encontrará material sobre las elecciones europeas: [EU-Flyer WählenGehen 2024.pdf](#)

 También pueden solicitarse a la [Fundación contra el Racismo](#)

Referendos y plebiscitos en Baviera

Baviera y la cogestión del pueblo

En Baviera, el Parlamento elegido por el pueblo determina la voluntad del pueblo. Esta forma de gobierno se denomina democracia parlamentaria-representativa. Además, el pueblo puede elaborar leyes directamente.

Petición de referéndum y referéndum

Un referéndum permite al pueblo llevar propuestas legislativas directamente al parlamento estatal. Esto forma parte de la democracia directa en Alemania. Si el parlamento estatal rechaza la propuesta, un referéndum decide sobre ella. Toda enmienda constitucional aprobada por el Parlamento debe ser aprobada por el pueblo. Un millón de ciudadanos con derecho a voto también pueden exigir que el parlamento estatal sea revocado. Esto también se hace por referéndum.

Derecho de voto

Tienen derecho a votar todos los alemanes en el sentido del apartado 1 del artículo 116 de la Ley Fundamental que

- tienen al menos 18 años el último día del periodo de inscripción,
- han vivido en Baviera durante al menos tres meses o tienen allí su residencia principal,
- no están excluidos del derecho de sufragio activo.

Participe en la sociedad de la ciudad como voluntario

Participar en Alemania: también es posible para los ciudadanos extranjeros

Participe en Alemania incluso sin derecho a voto alemán. Participe en la vida social y contribuya a dar forma a su barrio.

Participar a nivel local

Participar en clubes y asociaciones tiene muchas posibilidades. Dirija grupos deportivos, ayude a organizar actos culturales o apoye proyectos vecinales. Los colegios están encantados de que les ayudes con los festivales o puedes supervisar grupos de estudio. Haz realidad tus ideas con iniciativas ciudadanas y contribuye a dar forma a tu ciudad.

Voluntariado

El voluntariado crea contactos. Trabaja como entrenador en un club deportivo. O como ayudante en el trabajo con refugiados. O como mentor de jóvenes. Estas actividades unen a la gente y facilitan la socialización. Conoces gente nueva y ayudas al mismo tiempo.

Participa en la política local

Muchas ciudades tienen consejos de integración. Los inmigrantes representan allí sus intereses. Algunos miembros proceden de la comunidad inmigrante, otros de la política. En estos consejos se debaten cuestiones como la educación y la vivienda. Una opción es ser elegido miembro del **Consejo de Migración de Ingolstadt** (). Participe activamente y tenga voz.

Afiliación a sindicatos

Los sindicatos desempeñan un papel importante en el mundo laboral. Afíliase y haga campaña para mejorar las condiciones de trabajo. A menudo, los sindicatos también ofrecen formación y asesoramiento jurídico. Infórmese como afiliado y reciba apoyo.

Contacto para su participación en Ingolstadt

Agencia de Voluntariado Ingolstadt e. V.

[Kreuzstr. 12](#), 85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8419516755](tel:+49(0)8419516755)

 info@ehr-enamt-in.de

 www.frei-willigenagentur-in.de

Lunes 09:00 h - 12:00 h

Miércoles 09:00 am - 12:00 pm

Jueves 09:00 h - 12:00 h

Compromiso especial para refugiados e inmigrantes

Si quieres ser voluntario, crear nuevos proyectos o desarrollar los existentes, puedes ponerte en contacto en cualquier momento con la **asesora de integración** Barbara Blumenwitz. Puede ponerse en contacto con ella en

 [+49 \(0\) 84130550298](tel:+49(0)84130550298)

 ionslotsin@ingolstadt.de

El proyecto de Ingolstadt Dein Einsatz. Para usted. Para Ingolstadt. Para los necesitados.

Participa como voluntario en una organización de ayuda

Tienes la oportunidad de ser voluntario en el servicio médico, el servicio de rescate y el control de catástrofes.

Lo más especial: Puedes ayudar inmediatamente en las operaciones y ganar experiencia. Acogemos a personas de todas las naciones.

Con tu voluntariado ayudas a la gente y garantizas la seguridad de la población de Ingolstadt. No estarás solo, sino siempre junto a personal de emergencias experimentado en un equipo.

 [Tu compromiso. Para usted. Por Ingolstadt. Para las personas necesitadas.](#)

Ayuda voluntaria para rellenar formularios

Conviértase en voluntario para ayudar a rellenar formularios. Para muchas personas, rellenar formularios supone un obstáculo insalvable, ya sea por barreras lingüísticas o por otros motivos personales. Hay muchas razones para ello.

Ciudad de Ingolstadt - Oficina de Asuntos Sociales

[Auf der Schanz 39](#), 85049 Ingolstadt

Proyecto: Ayuda con los formularios en el voluntariado

☎ [+49 \(0\) 84130550209](tel:+49084130550209)

@f formular_hilfe@ingolstadt.de

Lunes 08:00 - 15:00

Martes 08:00 - 15:00

Miércoles 08:00 - 11:00

💡 Cada una de estas actividades une a las personas. Se crea así un intercambio que refuerza el respeto y la cohesión. Las personas aprenden unas de otras y se comprenden mejor.

Participa ahora en las elecciones del Parlamento Juvenil

Por qué es importante el parlamento juvenil

La ciudad de Ingolstadt ofrece a los niños y jóvenes muchas oportunidades de codeterminación. Así lo confirma el Atlas de Participación 2024, de ámbito nacional, que sitúa a Ingolstadt como una de las mejores ciudades de Alemania.

Una parte importante de esta participación es el Parlamento Juvenil (JuPa). Se elegirá por tercera vez en diciembre de 2025.

El alcalde, Dr. Michael Kern, subraya:

"El Parlamento Juvenil es una voz fuerte de la generación joven de Ingolstadt. Animo a todos los jóvenes de entre 14 y 20 años: Aprovechen esta oportunidad y ayuden a forjar el futuro de nuestra ciudad".

¿Quién puede participar?

Todos los jóvenes que

- tengan entre 14 y 20 años
- vivan en Ingolstadt o en la Región 10 y
- vayan a la escuela, estudien o trabajen en Ingolstadt.

Hay dos opciones:

- participar activamente → presentarse a las elecciones,
- participar pasivamente → votar a los candidatos.

Presentación de candidaturas

Las candidaturas se pueden presentar en línea hasta el 2 de noviembre de 2025:

www.jupa-ingolstadt.de.

Todos los candidatos recibirán apoyo:

- Taller de campaña para la preparación,
- sesión fotográfica profesional,
- presentación en medios online e impresos.

Proceso electoral

- A principios de diciembre de 2025, todos los jóvenes de Ingolstadt recibirán automáticamente un código electoral por correo.
- Los jóvenes de la Región 10 deben inscribirse en línea en el censo electoral antes del 19 de noviembre de 2025 para recibir el código electoral.
- La fase electoral va del 1 al 12 de diciembre de 2025.
- La votación tendrá lugar en línea a través de la página web de JuPa.

Resultados y fiesta electoral

- Viernes 12 de diciembre de 2025, a partir de las 18.00 horas: anuncio público de los resultados de las elecciones.
- Lugar: Fronte79, con fiesta electoral para todos los candidatos y partes interesadas.
- El anuncio se retransmitirá en directo.

Después de las elecciones

Habrà un fin de semana de información para los miembros recién elegidos en el centro juvenil de Pfünz.

Allí

- se aprueba el reglamento interno,
- se explican los procedimientos de la administración municipal,
- se recogen los temas iniciales para el nuevo mandato electoral.

La sesión constitutiva tendrá lugar el 30 de enero de 2026.

Lo que ya ha conseguido el Parlamento de los Jóvenes

La JuPa ha llevado a cabo numerosos proyectos en los últimos años:

- Nuevas porterías de fútbol y contenedores juveniles,
- partidos en el marco de las elecciones sub-18,
- el proyecto "Juventud contra el vandalismo",
- Declaraciones ante el ayuntamiento y los comités de distrito,
- viajes educativos a Bruselas y Berlín,

- intercambios con otras organizaciones juveniles bávaras.

Organizadores y contacto

La elección está organizada por

- Consejo de la Juventud de la ciudad de Ingolstadt,
- Trabajo juvenil municipal,
- Centro de Formación Política.
- Cuenta con el apoyo de la Oficina de Juventud y Familia.

Más información y solicitud:

Página web: www.jupa-ingolstadt.de

Correo electrónico: hermannseder@sjr-in.de

Teléfono: +49 (0) 1742667205

□ Los jóvenes de Ingolstadt pueden hacer oír su voz, aportar ideas y vivir activamente la política.

¿Quién es extranjero en Alemania?

Los extranjeros son personas que viven en Alemania y sólo tienen pasaporte extranjero.

No se califica de extranjeros a las personas

- que han venido a Alemania y sólo tienen pasaporte alemán,
- así como las personas con dos pasaportes (alemán y extranjero) y sus hijos.

Refugiados

Inscripción

Información para solicitantes de asilo en Alemania

¿Ha llegado a Alemania y quiere solicitar asilo? Entonces debe inscribirse en una de las siguientes autoridades estatales lo antes posible después de su llegada:

- Autoridad fronteriza
- la policía
- Oficina de inmigración
- Centro de acogida de refugiados
- Delegación de la Oficina Federal de Migración y Refugiados (BAMF)

Aquí encontrará información general sobre el registro:

 [BAMF: Llegada e inscripción](#) (en árabe, alemán, inglés y francés)

 [Manual Alemania](#): Registrarse como solicitante de asilo (en 9 idiomas)

¿Qué ocurre durante el registro?

Sus datos personales se registrarán y almacenarán de forma centralizada. Se comprobará

- si es la primera vez que solicita asilo en Alemania
- si ya ha solicitado asilo en otro país europeo
- Si la Oficina Federal de Policía Criminal ha registrado datos sobre usted.

¿Qué ocurre después de la inscripción?

Después de registrarse, recibirá un "justificante de llegada". Este documento es muy importante. Confirma que está autorizado a permanecer en Alemania durante un periodo de tiempo determinado. Sólo con este justificante puede recibir ayudas estatales. Por ejemplo, con alojamiento, atención médica, artículos de primera necesidad y alimentos.

El procedimiento de asilo sólo puede comenzar una vez que tenga la prueba de llegada.

Centros de asesoramiento para más información

Si necesita más información o ayuda, puede dirigirse a estos centros de asesoramiento:

 [Centros de asesoramiento general](#)

Solicitar asilo

¿Cómo funciona el procedimiento de asilo?

El procedimiento de asilo en Alemania es complicado.

 La [Oficina Federal de Migración y Refugiados \(=BAMF\)](#) decide sobre su asilo.

 El [vídeo](#) explica el procedimiento de asilo:
(Idiomas: alemán, inglés, albanés, árabe, francés, persa)

 Este [vídeo](#) del Consejo Bávaro para los Refugiados ofrece más información:
(Idiomas: Alemán, inglés, árabe, farsi, francés, ruso, español, turco)

 El [folleto](#) explica sus derechos y obligaciones en el procedimiento de asilo:
(Idiomas: alemán, inglés, árabe, albanés, farsi, francés)

¿Cómo puede obtener asilo ?

- Acaba de llegar a Alemania.

Debes inscribirte en un organismo oficial ,por ejemplo: policía, oficina de inmigración, centro de acogida, centro ANKER.

Puedes registrarte en la frontera o en otro lugar.

- Te **registrarán**.
Se anotarán tus datos personales.
Por ejemplo: Nombre, edad, idioma, país de origen.
Todo queda guardado.
Le fotografiarán y le tomarán las huellas dactilares.
==> ¡Inscríbese una sola vez!

=> Recibirá un justificante **de llegada**.

El justificante de llegada es muy importante. Demuestra que está autorizado a permanecer en Alemania. Guarda el justificante en un lugar seguro.

- Ahora llegarás a un **centro ANKER**.
Aquí vivirás con otros solicitantes de asilo.
Aquí recibirás comida, artículos de aseo, ropa y otras necesidades.
Aquí recibirás ayuda si estás enfermo.
- Es posible que tengas que trasladarte a otro Estado federal.

Solicitar asilo

 **Dígalos simplemente:** [Información](#) importante [sobre la solicitud de asilo](#).

 **Dígalos simplemente:** [Información](#) importante [sobre la cita para la entrevista](#).

- Presenta tu **solicitud de asilo** en el Centro ANKER o en el Centro de Llegadas.
Se te informará de cuándo puedes presentar tu solicitud de asilo en persona.
Un intérprete te ayudará.
- Ahora tienes que esperar a tu **entrevista personal en el BAMF**.
Esta es su **cita más importante**.
La entrevista es una especie de interrogatorio.
Un intérprete le ayudará.
Aquí explicará por qué ha venido a Alemania.
Puede llevar pruebas.
Esto demuestra por qué ha huido a Alemania.
Por ejemplo: fotos, cartas, documentos.
Piense bien lo que dice.
Puede pedir consejo de antemano.
 Eche un vistazo a "[Behördenunabhängige Asylverfahrensberatung](#)" o "[Flüchtlings- und Integrationsberatung im ANKER](#)".

 **Información importante** sobre la fecha de la audiencia

(Idiomas: alemán, inglés albanés, amárico, árabe, farsi, francés, kurdo-kurmanji, macedonio, pastún, ruso, serbio, somalí, tigrina, turco, urdu)

Se decidirá sobre su solicitud de asilo

Tendrá que esperar después de la entrevista.

El BAMF examinará su solicitud de asilo.

Esto puede llevar algún tiempo.

A continuación, recibirá una **carta del BAMF**.

¿Puede quedarse en Alemania?

=> **¡Sí!**

Le concederán el asilo.

Recibirá una **decisión favorable**.

Recibirá una de las cuatro autorizaciones de protección.

Estas son: **Derecho de asilo, protección de refugiado, protección subsidiaria, prohibición de expulsión.**

=> **iNo!**

Su solicitud de asilo es rechazada.

Recibirá una **decisión negativa** y una **petición de abandonar el país**.

¿Qué puede hacer si la respuesta es "no"?

Es difícil.

¡Tienes muy poco tiempo!

Por tanto, ¡busque ayuda!

¿Quién puede ayudarle?

Un abogado: Tendrás que pagar dinero por un abogado.

Asesoramiento social:

  No tienes que pagar nada. Consulta " [Behördenunabhängige Asylverfahrensberatung](#)" o " [Flüchtlings- und Integrationsberatung im ANKER](#)".

¿Qué más puede hacer?

Puede abandonar Alemania voluntariamente.

Esto significa que vuelves a tu país de origen sin que te obliguen a ello.

A veces puedes recibir dinero por esta salida.

Hay varias ofertas.

 [Busca](#) tu país e infórmate.

Eche un vistazo a " [Regreso a su país de origen](#)".

¿Qué pasa si no te vas?



Ya no tienes permiso para permanecer en Alemania, lo que puede dar lugar a [tu expulsión](#).

Esto significa que la oficina de inmigración y la policía te obligarán a irte. Te llevarán directamente de tu residencia al **aeropuerto** y tendrás que volar de vuelta a tu país de origen.

A veces la policía también te lleva a **un centro de detención para deportarte**, donde tendrás que esperar en **un alojamiento** especial hasta que te lleven a tu país de origen.

Las expulsiones no siempre son posibles.

Por ejemplo:

Sila expulsión no está permitida en tu país de origen porque hay una guerra. Si tu país de origen no quiere aceptarte. Si no tienes pasaporte de tu país de origen. Si estás muy enfermo. => Si no puedes ser expulsado por razones importantes, recibirás una **estancia tolerada**.

Esto significa que puede permanecer en Alemania durante un periodo de tiempo determinado.

 => Encontrará [más información](#) sobre la estancia tolerada aquí:

Más información sobre la solicitud de asilo:

📱 La [App "Ankommen"](#) también le informa sobre el asilo.
(Idiomas: alemán, inglés, árabe, francés, persa)

Estatuto de residencia

En Alemania, todo el mundo tiene un documento de identidad. Este documento sirve para identificar a las personas. Los solicitantes de asilo también necesitan un documento de identidad. Esto permite a las autoridades reconocer su estatus. Su estatus determina si puede trabajar o no.

Hay 5 documentos diferentes:

1. prueba de llegada

Estatuto: solicitante de asilo

Antecedentes: Ha comunicado a las autoridades que necesita asilo. Las autoridades le han registrado en el sistema. Sin embargo, aún no ha solicitado asilo. Este permiso es válido hasta que presente su solicitud. Presenta la solicitud en la Oficina Federal de Migración y Refugiados (BAMF).



2. permiso de residencia

Situación: solicitante de asilo

Antecedentes: Ha solicitado asilo. Un grupo de personas decidirá sobre su solicitud. Esto suele llevar mucho tiempo. Este permiso es válido hasta que se tome la decisión. La Oficina Federal de Migración y Refugiados (BAMF) decide sobre la solicitud de asilo.

Nota: ¿Le han denegado la solicitud por infundada? Entonces puede recurrirla. Puede hacerlo ante el tribunal administrativo. Se le permite permanecer en Alemania hasta que el tribunal administrativo haya tomado una decisión.

Este permiso le indica si está autorizado a trabajar. El permiso dice dónde puedes vivir.

- ¿Quiere trabajar? ¿Necesita un permiso para ello? Puede obtenerlo en la [Oficina de Extranjería y Migración de Ingolstadt](#). Puede solicitarlo su empresario o usted como trabajador por cuenta ajena.
- ¿Quiere encontrar trabajo? Diríjase a la [Agencia de Empleo](#)
- ¿Necesita ayuda económica? Diríjase a la [Oficina de Asistencia Social de Ingolstadt](#)



3. certificado ficticio

Estatuto: Refugiado reconocido

Antecedentes: Ha presentado una solicitud a la autoridad de extranjería. Esta solicitud tiene por objeto prorrogar su derecho de estancia. A continuación, la autoridad suele expedir un certificado. Este certificado le autoriza a quedarse. Esto es importante porque su solicitud aún no ha sido tramitada.



4. permiso de residencia

Estatuto: Refugiado reconocido

Antecedentes: Su solicitud de asilo ha sido aceptada

El permiso de residencia es un título de residencia temporal. Se expide con una finalidad concreta.

- Posteriormente puede obtener un derecho de residencia ilimitado (permiso de establecimiento)
- Tiene acceso ilimitado al mercado laboral
- La [oficina de empleo de Ingolstadt](#) puede gestionarle trabajo y prestaciones sociales



5. estancia tolerada

Estatuto: persona tolerada

Antecedentes: Su solicitud de asilo ha sido denegada

Con una estancia tolerada no será devuelto a su país de origen. La estancia tolerada se concede por un periodo de tiempo determinado. A veces la expulsión es imposible por razones jurídicas, fácticas, humanitarias o personales.

- Existe una norma general. Ésta permite tolerar la estancia de determinados grupos durante un máximo de 3 meses. No pueden ser devueltos a su país de origen durante este periodo.
- Generalmente se requiere un permiso de trabajo. Puede solicitarlo en la [Oficina de Extranjería y Migración de Ingolstadt](#).
- ¿Quiere encontrar trabajo? Diríjase a la [Agencia de Empleo](#)
- ¿Necesita ayuda económica? Diríjase a la Oficina de [Asistencia Social de Ingolstadt](#)



Alojamiento para refugiados en Ingolstadt

¿Qué es un centro ANKER?

Centro ANKER

Los solicitantes de asilo que llegan a Baviera son alojados inicialmente en uno de los centros ANKER. ANKER es la abreviatura de "Llegada, Decisión, Repatriación".

Los ANKER son centros de alojamiento donde viven los solicitantes de asilo recién llegados.

Muchas organizaciones importantes para el procedimiento de asilo están directamente in situ. Por ejemplo

- la [Oficina Federal de Migración y Refugiados](#) (BAMF)
- el servicio de [asesoramiento sobre refugiados e integración](#).

Hay 2 sedes en Ingolstadt:

- [Max-Immelmann-Kaserne, Am Hochfeldweg 20, 85051 Ingolstadt](#)
- [Neuburger Str. 105, 85049 Ingolstadt](#)

Las personas deben vivir en un centro ANKER durante un máximo de 24 meses. Las familias con hijos menores de edad generalmente están obligadas a vivir en un centro ANKER durante un máximo de seis meses.

El centro ANKER está gestionado por el **gobierno de la Alta Baviera** .

Asesoramiento sobre refugiados e integración en ANKER

Asesoramiento sobre el procedimiento de asilo:

¿Necesita información sobre el procedimiento de asilo? ¿Quiere conocer sus derechos y obligaciones en el procedimiento de asilo?

Los asesores le prepararán para la entrevista. Le explicarán qué documentos pueden ser importantes.

Le explicarán la decisión de asilo. Le explicarán qué puede hacer después.

Le ayudarán con la reagrupación familiar. Responden a preguntas sobre el derecho de residencia.

Le asesorarán sobre los recursos contra la decisión de asilo. Le informarán sobre una posible solicitud de asilo posterior.

El asesoramiento es gratuito e independiente de las autoridades.

Asylverfahrensberatung PAF | Max-Immelmann-Kaserne (MIK)

📍 [Ambergerweg 3, 85276 Pfaffenhofen an der Ilm](#)

@ Ankereinrichtung-Manching@caritasmuenchen.org

🌐 <https://www.caritas-asylsozialberatung-pfaffenhof...>

Asylverfahrensberatung PAF | NBS (Neuburger Straße)

📍 [Ambergerweg 3, 85276 Pfaffenhofen an der Ilm](#)

@ Anker-NBS@caritasmuenchen.org

☎ [+4984418083850](tel:+4984418083850)

🌐 <https://www.caritas-asylsozialberatung-pfaffenhof...>

Münchener Flüchtlingsbus | Beratung im Asylverfahren

📍 [Dachauerstr. 17, 80335 München](#)

@ info@mfr.ngo

☎ [+498912390096](tel:+498912390096)

🌐 <https://muenchner-fluechtlingsrat.de/der-verein/p...>

📺 Consulte el tablón de anuncios de los centros de acogida.

Asesoramiento independiente sobre el procedimiento de asilo (AVB)

Ayuda para el procedimiento de asilo (AVB)

Ayudamos a las personas que viven en el centro ANKER. El asesoramiento es gratuito y confidencial. Es independiente de los organismos gubernamentales.

¿Cómo ayuda el asesoramiento?

- Recibirás información sobre el procedimiento de asilo.
- Te ayudamos a encontrar y explicar tus razones personales para buscar protección.
- Le mostramos cómo reunir pruebas y enviarlas a las autoridades.
- Le ayudaremos a prepararse bien para la entrevista. También se le explicará la transcripción.
- Aprenderá qué significa una decisión del BAMF y cuáles son sus consecuencias.
- Le pondremos en contacto con abogados y le ayudaremos con las acciones legales.

¿Dónde puede encontrarnos?

En nuestras sedes:

MIK : Cuartel Max-Immelmann
[Am Hochfeldweg 20](#), 85051 Ingolstadt

o
[Immelmannstr. 11](#), Casa 16, 85077 Manching

Envíenos un correo electrónico:
@A_VB-Anke_r-Manching@caritasmuenchen.org

Su persona de contacto
Mona Meilinger
@M_ona.Mei_linger@caritasmuenchen.org
[☎ +49 \(0\) 16091006460](tel:+49(0)16091006460)

Contacto Jefe de Servicios Especializados:
Gabriele Pulm-Muhr
[☎ +49 \(0\) 15143812933](tel:+49(0)15143812933)
@G_abriele.Pulm-Muhr@caritasmuenchen.org

💡 Atención: Debe concertar una cita.

💡 Importante para usted: Le acompañaremos durante todo el proceso. ¡No está solo!

Ofertas en las instalaciones de ANKER

Ofertas en ANKER

Actividades de ocio

En todos los centros de alojamiento ANKER, los voluntarios ofrecen apoyo a los residentes:

- Traducción para médicos y autoridades

- Ropa gratuita
- Sala de ordenadores
- Curso de alemán

Toda la información está disponible en carteles en los centros de alojamiento o en el servicio de asesoramiento para refugiados e integración o en la guía de integración de la ciudad de Ingolstadt

@integrationslotsin@ingolstadt.de.

☎ 0 8413055 0298

💡 Todos los residentes de los centros de alojamiento ANKER también pueden participar en las ofertas de la ciudad de Ingolstadt (véase "[Intercambio y creación de redes](#)").

💡 Los empleados de Malteser Werke ofrecen actividades de ocio para niños y adultos en cada centro de alojamiento. El programa semanal se expone en los alojamientos.

Escuela

Todos los niños de 6 a 16 años deben ir a la escuela en Alemania, incluso en ANKER. Hay una escuela para estos niños y una escuela para adultos jóvenes (16 - 21 años) en el cuartel Max-Immelmann.

Salud

En los centros de alojamiento hay horas de consulta para médicos y una enfermera. Fechas y horarios en los carteles de los centros de acogida

Alojamiento de seguimiento

Alojamiento de seguimiento para refugiados

Los refugiados que ya no tienen que vivir en el alojamiento inicial son colocados en el llamado alojamiento de seguimiento. Esto significa que se les da un nuevo alojamiento donde pueden permanecer más tiempo. La distribución de las personas en estos alojamientos se basa en normas fijas establecidas por los Estados federados.

Tipos de alojamiento de seguimiento

Hay dos opciones de alojamiento para los refugiados:

- Alojamiento compartido:
 - Varias personas viven en un edificio grande.
 - Suelen compartir la cocina, el baño y otras habitaciones.
 - Este tipo de alojamiento suele utilizarse en ciudades pequeñas.
- Alojamiento descentralizado:
 - Los refugiados viven en pisos individuales o casas más pequeñas.
 - Esta forma proporciona a las personas más intimidad.
 - A menudo se sienten mejor integrados en la sociedad.

¿Cómo funciona el alojamiento en Ingolstadt?

En Ingolstadt sólo hay alojamientos descentralizados. Los refugiados viven aquí en pisos repartidos por toda la ciudad. En Ingolstadt no hay alojamientos compartidos.

Si tiene alguna pregunta sobre el alojamiento, póngase en contacto con

Oficina de Asuntos Sociales - Departamento de Asuntos de Solicitantes de Asilo

[Hohe-Schul-Str. 3](#)

Oficina de la planta baja

85049 Ingolstadt

☎ +49 (0) 84130550280

@ unterbringung-asyl@ingolstadt.de

Asesoramiento y asistencia

Si desea asesoramiento o asistencia, escriba a

@b [beratung](mailto:beratung-asyl@ingolstadt.de) -asyl@ingolstadt.de

Tasas por el uso de locales municipales de asilo

Tasas por el uso de alojamientos municipales de asilo

Si tiene ingresos, es posible que también tenga que pagar una tasa por su alojamiento.

Recibirá una notificación al respecto de la Oficina de Asuntos Sociales.

Si tiene más preguntas, diríjase a  [Amt für Soziales - Asylbewerberleistungsgesetz](#).

Tasas de alojamiento en residencias de refugiados descentralizadas

¿Recibe prestaciones sociales? En ese caso, la administración competente se hará cargo de los gastos de alojamiento.

¿Gana dinero o tiene dinero? En ese caso, tendrá que pagar usted mismo la totalidad o parte de las tasas.

Aquí puede averiguar lo que cuesta vivir en un centro de asilo:

 [Estatutos de la ciudad de Ingolstadt sobre el uso de las viviendas municipales para asilados 162.pdf](#)

 [Normativa de la ciudad de Ingolstadt sobre el cobro de tasas por el uso de viviendas municipales 163.pdf](#)

Vivienda de transición

Residencia transitoria

Si llega a Alemania en el marco de un programa de admisión humanitaria con visado o es un repatriado tardío, vivirá primero en una residencia transitoria. Aquí recibirá apoyo y asistencia.

Dirección
[Marie-Curie-Straße 17](#)
85055 Ingolstadt

Asesoramiento in situ

Cáritas trabaja en el centro de acogida temporal. Le ayudarán en muchas cosas. Responderán a sus preguntas. Le darán información sobre la vida en Alemania. Le ayudarán con sus problemas.

Puedes preguntar sobre:

- Documentos: Qué documentos necesita y cómo conseguirlos.
- La vida en Alemania: Información sobre la vida en Alemania, por ejemplo, cómo encontrar piso o buscar trabajo.
- Problemas: Ayuda con otros problemas que puedas tener.

Su persona de contacto

Bianca Stieglmeier



[+49 \(0\) 1755322537](tel:+49(0)1755322537)



bianca.s tieglmeier@caritas-ingolstadt.de

Ibrahim Taha Caglibulanik



[+49 \(0\) 16095042434](tel:+49(0)16095042434)



taha.cag libulanik@caritas-ingolstadt.de

Lilly Oblinger



[+49 \(0\) 15173010222](tel:+49(0)15173010222)



lilly.ob.linger@caritas-ingolstadt.de

¿Tiene alguna pregunta?

Si tiene alguna pregunta, llámenos o envíenos un correo electrónico.

Residencia privada

Residencia privada

Durante el procedimiento de asilo, debe vivir en un centro de asilo. En determinados casos, puede solicitar vivir en un centro privado. Esto es posible si se da uno de los siguientes motivos:

- **Motivos de salud:** No puede vivir en un alojamiento compartido porque su salud no se lo permite. Para ello necesitará un certificado médico.
- **Independencia económica:** Tiene un trabajo fijo o dinero suficiente para pagar sus propios gastos de manutención. Se considera que un trabajo es seguro si ha finalizado el periodo de prueba y el contrato es indefinido. Como prueba, presente su contrato de trabajo, nóminas y extractos bancarios.
- **Motivos familiares:** Tu familia tiene diferentes estatus de residencia, pero al menos una persona puede abandonar el alojamiento. Entonces toda la familia puede conseguir un piso privado.

¿Cómo se solicita un alojamiento privado?

La responsabilidad depende de

- dónde vive actualmente y
- dónde esté situado el nuevo piso.

Si tiene alguna duda

Flüchtlings- und Integrationsberatung | Personen im laufenden Asylverfahren und Bleibeberechtigte bzw. Geduldete

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @beratung-asyl@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550250](tel:+49(0)84130550250)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Fl%C3%BChtlings-und-In...>

1. la vivienda se encuentra en Ingolstadt

Si el piso se encuentra en Ingolstadt, la Oficina de Asuntos Sociales - Asesoría para Refugiados e Integración comprobará su solicitud. Puede presentar la solicitud de manera informal. Por favor, adjunte copias de estos documentos

- Copia de su documento de identidad
- Justificante de motivos de salud, ingresos, patrimonio o permiso de residencia
- Si dispone de ellos: Detalle de los gastos de alquiler

2. el piso está situado en Baviera, pero no en Ingolstadt

Si la vivienda está situada fuera de Ingolstadt (por ejemplo, en el distrito de Eichstätt), deberá presentar una solicitud de reasignación al gobierno de Alta Baviera. Puede presentar la solicitud por correo electrónico o por correo postal. Debe ir firmada.

[[Formulario de solicitud de redistribución](#)]

3. el piso está situado en otro estado federado

Si desea trasladarse a otro estado federado, se trata de una redistribución transfronteriza. En este caso, diríjase al centro de asesoramiento de la Oficina de Asuntos Sociales - Asesoramiento para refugiados e integración.

Prestaciones en virtud de la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo (AsylbLG)

Prestaciones de la AsylbLG

¿Qué son las prestaciones de la [Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo](#) (AsylbLG)?

Puede solicitar las prestaciones de la AsylbLG en la Oficina de Asistencia Social.

Las prestaciones de la AsylbLG incluyen alimentos, ropa, asistencia sanitaria, vivienda, etc.

Para ello, debe presentar una solicitud. 🗺️ Puede hacerlo personalmente in situ o por correo electrónico, véase "[Su contacto con nosotros](#)".

¿Quién tiene derecho a las prestaciones de la AsylbLG de la Oficina de Asistencia Social de Ingolstadt?

Las personas que viven en la ciudad de Ingolstadt y que tienen derecho a las prestaciones conforme [al artículo 1 de la AsylbLG](#), es decir, las personas que tienen el siguiente estatuto de residencia

- Permiso de residencia
- Solicitud de asilo presentada, pero solicitud de asilo aún no presentada
- Permiso de residencia
 - debido a la guerra en su país de origen, de conformidad con [el apartado 1 del artículo 23 de la AufenthG](#)
 - de conformidad con el [artículo 25, apartado 4, sección 1 de la AufenthG](#)
 - de conformidad con el [artículo 25, apartado 5, de la AufenthG](#), si la decisión sobre la suspensión de la expulsión se adoptó hace menos de 18 meses

- Estancia tolerada según [§ 60a AufenthG](#)
- Deportados ejecutables, incluso si la amenaza de deportación aún no es ejecutable o ha dejado de serlo, por ejemplo, GÜB
- Cónyuges, parejas de hecho o hijos menores de edad de personas a las que se aplica lo anterior, sin que ellos mismos cumplan los requisitos establecidos en el mismo
- Se ha presentado una solicitud de seguimiento según [§ 71 AsylG](#) o una segunda solicitud según [§ 71a AsylG](#)
- Se ha solicitado el permiso de residencia conforme al [artículo 24 de la AufenthG](#)

Para más información, consulte el [artículo 1 de la AsylbLG](#).

¿Qué prestaciones puede solicitar?

Puede solicitar las siguientes prestaciones:

- Prestaciones para cubrir sus
 - necesidades de
 - alimentación
 - alojamiento y calefacción
 - ropa
 - asistencia sanitaria
 - bienes domésticos duraderos y de consumo
 - y sus necesidades personales
- prestaciones en caso de enfermedad, embarazo y parto
- Necesidades puntuales, por ejemplo, equipamiento inicial para el embarazo, equipamiento inicial para bebés, equipamiento inicial para el hogar
- Necesidades adicionales (por ejemplo, durante el embarazo)
- Educación y participación (por ejemplo, material escolar para su hijo, club deportivo para su hijo, clases de música, etc.)
- Fondo de planificación familiar (diversos anticonceptivos)

Hay muchas otras prestaciones para sus diferentes situaciones vitales. Póngase en contacto con nosotros.

💡 Póngase en contacto con nosotros para solicitar prestaciones en virtud de la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo. Puede hacerlo personalmente in situ o por correo electrónico, véase "[Cómo llegar hasta nosotros](#)".

¿En qué forma recibo las prestaciones?

Baviera ha introducido una tarjeta de pago para la concesión de prestaciones de conformidad con la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo (AsylbLG).

Los beneficiarios de prestaciones en virtud de la AsylbLG que vivan en Ingolstadt recibirán por primera vez sus prestaciones correspondientes a julio de 2024 en la nueva tarjeta de pago.

Encontrará más información [aquí](#).

¿Qué documentos debe presentar?

- Solicitud de prestaciones de la AsylbLG
- DNI, justificante de llegada, autorización de estancia o tolerancia, pasaporte nacional en su caso, visado, permiso de residencia de otro país, etc.
- Si no habla alemán o inglés, una persona de confianza que hable estos idiomas.
- Es importante que pueda comunicarse con la oficina de asistencia social.
- Justificantes de ingresos y patrimonio, por ejemplo
 - Contrato de trabajo y nóminas de los 3 últimos meses
 - Notificación de la oficina de empleo o del subsidio de vivienda
 - Notificación del subsidio familiar
 - Notificación del subsidio de educación o BaföG
 - Extractos bancarios de los últimos 3 meses de todas las cuentas bancarias en Alemania y en el extranjero, etc.)
- Si vive con otras personas, por ejemplo, cónyuge o hijos, sus justificantes de ingresos y patrimonio (por ejemplo, nóminas, extractos bancarios de los últimos 3 meses de todas las cuentas bancarias en Alemania y en el extranjero, etc.)
- si lo tiene:
- Su certificado de alquiler
- Su tarjeta del seguro de enfermedad

Notas sobre la solicitud de extractos bancarios

Puede tachar o hacer irreconocibles en los extractos de cuenta los siguientes datos

- Pasajes del destinatario y textos de contabilización de contabilizaciones de gastos.
- Textos de contabilización que contengan información sobre datos especialmente protegidos, por ejemplo
 - origen racial y étnico
 - opiniones políticas,
 - creencias religiosas y filosóficas,
 - afiliación sindical,
 - salud o vida sexual.

 La transacción debe seguir siendo rastreable para la auditoría (por ejemplo, al transferir cuotas de afiliación a partidos políticos, el nombre del partido puede tacharse si el objeto de la transferencia sigue siendo reconocible como "cuota de afiliación").

 Es importante que pueda comunicarse con la Oficina de Asistencia Social. Si no habla alemán o inglés, hable con una persona que hable estos idiomas y en la que confíe.

 La Oficina de Asistencia Social sólo puede comprobar la solicitud si se ha facilitado toda la información completa y se dispone de todos los documentos.

Sus obligaciones - ¿Qué debe comunicar inmediatamente a la Oficina de Asistencia Social?

Para comprobar si tiene derecho a las prestaciones, debe cooperar de conformidad con el artículo 60 del SGB I. Si no lo hace, es posible que no se le concedan las prestaciones o que se le retiren de nuevo.

Se le puede exigir que devuelva la prestación o, en el peor de los casos, incluso se le puede imponer una multa. Por ello, le rogamos que comunique siempre inmediatamente a la Oficina de Asistencia Social cualquier cambio en su situación personal y económica.

Por ejemplo

- Matrimonio
- separación del cónyuge/pareja
- embarazo
- nacimiento de hijos
- Fallecimiento de un miembro de la familia
- Mudanza a otro piso o alojamiento
- Cambio de compañeros de piso
- Mudanza de familiares o de la pareja
- Hospitalización
- Estancia en prisión
- Regalos de dinero de amigos o familiares
- Inicio de formación, estudios o escuela
- Comienzo de un trabajo
 - En cuanto haya aceptado un trabajo, dispone de 3 días para comunicarlo a la Social Welfare Office (Oficina de Asistencia Social).
 - La Social Welfare Office (Oficina de Asistencia Social) necesitará el contrato de trabajo (y su permiso de trabajo, si procede) y, posteriormente, sus nóminas.

💡 Importante:

- Si trabaja, deja de tener derecho a la totalidad de las prestaciones de la AsylbLG, ya que sus ingresos se tienen en cuenta en el cálculo.
- No obstante, se tienen en cuenta los subsidios y el equipo de trabajo, de modo que no se tiene en cuenta todo su salario.
- En cualquier caso, sus ingresos significan que se encuentra en mejor situación.
- Su notificación no significa que tenga que vivir sin dinero durante un mes.
- Su salario sólo se tendrá en cuenta cuando lo haya cobrado.
- Por ejemplo:
 - Empieza a trabajar el 10 de agosto de 2023 y percibe su salario a finales de agosto de 2023:
 - Seguirá percibiendo la totalidad de las prestaciones de agosto y su salario sólo se tendrá en cuenta para las prestaciones de septiembre de 2023.

Tarjeta de pago para solicitantes de asilo

Tarjeta de pago para Baviera

Baviera ha introducido una tarjeta de pago para la concesión de prestaciones en virtud de la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo (AsylbLG).

Aquí encontrará toda la información importante sobre la nueva tarjeta de pago:

 [Página de inicio - bezahlkarte.eu](https://bezahlkarte.eu)

¿Dónde puedo pagar?

- En muchas tiendas
- Busque el símbolo naranja / rojo de Mastercard
- La tarjeta sólo funciona en su zona autorizada (códigos postales)
- En casos excepcionales justificados (por ejemplo, citas con las autoridades públicas) también es posible autorizar la tarjeta para otras zonas.
- Póngase en contacto con la Oficina de Asistencia Social para obtener la autorización.

¿Cuánto dinero tengo en la tarjeta?

El saldo puede consultarse en el sitio web meine.bezahlkarte.eu. Debe registrarse aquí.

- En la aplicación
En el sitio web meine.bezahlkart.eu
 - Inicie sesión con el identificador de la tarjeta y el PIN, que encontrará en la carta que acompaña a la tarjeta.
- o por teléfono llamando al +49 (0) 8161-9654-300 (en más de 100 idiomas)

¿Cuánto dinero puedo retirar?

- Por regla general, puede retirar 50 euros en efectivo por persona y mes.
- Puede sacar dinero en efectivo en muchos comercios en la caja o dos veces al mes en los cajeros automáticos.

¿Cómo puedo pagar?

- Inserte la tarjeta o colóquela sobre el cajero o apóyela en él.
- Debe insertar la tarjeta después de 5 pagos como máximo.
- Si es necesario: Introduzca el PIN (PIN en la carta con la tarjeta - 4 dígitos).
- Si introduce un PIN erróneo tres veces en el aparato, su tarjeta quedará bloqueada.
-  El desbloqueo puede iniciarse en bezahlkarte.eu.

¿Qué no es posible?

- Pagos fuera de su zona de residencia autorizada (códigos postales).
- Retirar todo su saldo en efectivo.
- Compras por Internet (excepto transporte público).
- Transferencias a destinatarios no autorizados.

- En casos excepcionales justificados, podemos autorizar destinatarios adicionales por usted. Para ello, póngase en contacto con la Oficina de Asistencia Social.

💡 Si tiene alguna duda, póngase en contacto con la Oficina de Asistencia Social ["Su camino hacia nosotros"](#).

Su camino hacia nosotros - Datos de contacto Oficina de Asuntos Sociales

Su camino hacia nosotros

Dirección:

Oficina de Asuntos Sociales Ingolstadt

Auf der Schanz 39

85049 Ingolstadt

Horario de atención al público:

Lunes 08:00 a 12:30 y 13:30 a 16:00

Martes 08:00 a 12:30 y 13:30 a 16:00

Miércoles 08:00 a 12:30

Jueves 08:00 a 12:30 y 13:30 a 17:30

Viernes 08:00 am to 12:30 pm

Se ruega concertar cita previa.

Póngase en contacto con

@ [eistung](mailto:eistung-asyl@ingolstadt.de) -asyl@ingolstadt.de

Si vives en el centro ANKER: ☎ [0841/305-50268](tel:084130550268)

Si vives en los alojamientos compartidos, descentralizados y privados: ☎ [0841/305-50264](tel:084130550264)

Asistencia médica

¿Qué es la asistencia médica?

En Alemania, tiene la posibilidad de acudir a un médico si está enfermo o tiene alguna queja.

💡 Los médicos deben poder hablar con usted. Antes del tratamiento médico, aclare si puede comunicarse con el médico. Si no es así, llévase a una persona de confianza para que le traduzca el tratamiento.

En casos excepcionales, puede solicitar que se cubran los gastos de un intérprete. Debe solicitarlo con antelación. En caso necesario, diríjase a la [Oficina de Asistencia Social](#) con tiempo suficiente (antes de la cita).

¿A qué médico puedes acudir?

Si vives en el centro ANKER

Dirígete al médico del campamento. Éste se encuentra en el recinto del centro ANKER. Puedes pedir cita allí. El responsable de tu alojamiento local podrá ayudarte.

El médico del campamento decidirá si necesitas ver a un especialista. En este caso, la dirección de tu alojamiento local te ayudará a concertar una cita.

Importante: Si concierta usted mismo una cita con un especialista, siempre deberá

- una remisión del médico del campamento **y**
- un justificante de tratamiento sanitario de la Oficina de Asuntos Sociales.

Sin estos documentos, normalmente no le atenderán en la consulta. Por lo tanto, ponte siempre en contacto primero con el médico del campamento y con los asesores del Centro ANKER.

Si vives en un alojamiento para refugiados descentralizado, en un alojamiento compartido o privado

Si aún no tienes tarjeta sanitaria: Debes solicitar un bono de tratamiento médico en la Oficina de Asistencia Social.

Puede acudir a los siguientes médicos con la tarjeta sanitaria

- Médico generalista
 - Ginecólogo
 - Pediatra
 - dentista
 - oftalmólogo
1. Para ello, debe concertar una cita con un médico de su elección en el área de la ciudad de Ingolstadt.
 2. A continuación, comunique su cita a la Oficina de Asistencia Social con la debida antelación.
 3. La Oficina de Asistencia Social examinará su caso y le expedirá un vale de tratamiento sanitario.
 - Puede hacerlo personalmente in situ o por correo electrónico, véase "[Cómo ponerse en contacto con nosotros](#)".

💡 Con este justificante no puede acudir a otro médico especialista.

💡 Sólo podrá acudir a otro especialista si los médicos arriba mencionados le expiden la correspondiente remisión.

¿Cómo se obtiene la tarjeta sanitaria?

En determinadas condiciones, puede obtener una tarjeta sanitaria después de 18 meses. La Oficina de Asistencia Social comprobará los requisitos para ello sin que usted lo solicite, véase [el artículo 2 de la AsyBLG](#).

Ayudas médicas, terapias y operaciones

A veces las personas necesitan ayudas médicas, por ejemplo

- una silla de ruedas
- un corsé,
- una terapia, por ejemplo fisioterapia
- una operación, por ejemplo, de un hueso roto.

El médico debe prescribir los medios auxiliares y las terapias. Para una operación, el médico debe redactar una carta explicando el diagnóstico y su necesidad.

Si aún no dispone de tarjeta sanitaria, deberá presentar una **solicitud** a la **Oficina de Asistencia Social** junto con la receta o la carta del médico.

La Oficina de Asistencia Social comprobará si el tratamiento solicitado puede ser cubierto y, por lo general, se pondrá en contacto directamente con su médico. A menudo también se le pedirá que obtenga una estimación de los costes o que consulte a un experto.

💡 En caso de enfermedad, la Oficina de Asistencia Social sólo puede cubrir los gastos absolutamente necesarios para

- para tratar enfermedades agudas y afecciones dolorosas o
- prevenir daños importantes para la salud o
- evitar peligros para la población.

Fondo de planificación familiar

Fondo de planificación familiar

Todo el mundo tiene derecho a la planificación familiar, independientemente del dinero que tenga. La ciudad de Ingolstadt ofrece un fondo de planificación familiar. Mujeres y hombres pueden utilizar este fondo para obtener anticonceptivos gratuitos.

¿Quién puede utilizar el servicio?

El servicio está disponible para

- Personas que tengan su residencia principal en Ingolstadt y tengan al menos 22 años.
- Las personas que tengan un [IngolstadtPass](#) o reciban una ayuda estatal.

Ayudas estatales

Estos son algunos ejemplos de ayudas estatales:

- Ayuda para gastos de manutención: ayuda conforme al capítulo tercero del SGB XII.
- Ayuda básica a la renta en la vejez y en caso de disminución de la capacidad de ganancia: prestaciones conforme al capítulo cuarto del SGB XII.

- Subsidio ciudadano: Prestaciones en curso para garantizar la subsistencia de conformidad con el SGB II.
- Prestaciones para los solicitantes de asilo: Prestaciones con arreglo a la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo (AsylbLG).
- Subsidio de vivienda: Ayudas con arreglo a la Ley de Prestaciones de Vivienda (WoGG).
- Prestación por hijo a cargo: Prestaciones con arreglo al artículo 6a de la Ley Federal de Prestaciones por Hijo a Cargo (BKGG).
- Ayuda para guarderías: Prestaciones conforme al artículo 90, apartados 3 y 4, del SGB VIII.
- BAFöG: Ayuda a los estudiantes.
- Subsidio de formación profesional: Ayuda para aprendices.
- Prestaciones para aprendices: Ayuda conforme al artículo 27 del SGB II.
- Año de voluntariado social o ecológico: Ayuda a las personas que realizan un año de voluntariado.
- Servicio Voluntario Federal: Ayuda para las personas que realizan este servicio.
- Los hijos solteros menores de 25 años que convivan con una persona con derecho a prestaciones del SGB II y que no tengan derecho a prestaciones del SGB II por subsidio familiar también pueden hacer uso de la prestación.

Solicitud y más información

Haga clic aquí para obtener más información.

 [Caja de planificación familiar \(ingolstadt.de\)](https://www.ingolstadt.de/caja-planificacion-familiar)

Oportunidades laborales (AGH)

Oportunidades de trabajo (AGH)

¿Qué son las oportunidades de trabajo?

Las oportunidades de trabajo conforme al artículo 5 de la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo (AsylbLG) permiten a los beneficiarios de prestaciones integrarse en la sociedad y ganar un dinero extra.

La realización de las actividades no da lugar a una relación laboral ni a una relación laboral sujeta al seguro de enfermedad y de pensiones.

¿Qué actividades concretas son posibles?

El trabajo debe tener una finalidad pública o benéfica.

Ejemplos

- Apoyo en un refugio de animales
- Apoyo en centros sociales, como residencias de ancianos
- Mantenimiento y limpieza de parques, instalaciones y calles

Estos trabajos no pueden sustituir a otros ya existentes, sino que deben crearse por añadidura.

El trabajo no debe ser a tiempo completo. Si se requiere ropa de protección (por ejemplo, cascos, zapatos), debe proporcionarse. No pueden realizarse actividades que entrañen riesgos particulares. Debe respetarse el horario de trabajo especificado por el proveedor del empleo.

¿Quién puede trabajar como empleado de AGH?

Los beneficiarios de prestaciones de la AsylbLG (no del SGB II) que estén en condiciones de trabajar, que no ejerzan una actividad remunerada y que ya no estén en edad escolar.

¿Se puede rechazar una oferta de empleo de la AGH?

Una oferta de empleo debe aceptarse siempre y sólo puede rechazarse por motivos especiales (por ejemplo, enfermedad).

Si se rechaza la oferta de empleo sin motivo justificado, pueden reducirse o anularse las prestaciones de la AsylbLG.

¿A cuánto asciende la paga?

La paga es de 0,80 euros por hora.

💡 No se computa como ingreso o paga en virtud de la AsylbLG. Se trata, por tanto, de un ingreso adicional.

Ciudad de Ingolstadt
Oficina de Asuntos Sociales
[Auf der Schanz 39](#)
85049 Ingolstadt

@ [eistung](mailto:eistung-asyl@ingolstadt.de) -asyl@ingolstadt.de
www.ingolstadt.de/Asylbewerberleistungsgesetz
www.ingolstadt.de/FAQ-Asyl

🕒 Horario de apertura

Lunes 08.00 h - 12.30 h, 13.30 h - 16.00 h
Martes 08.00 h - 12.30 h, 13.30 h - 16.00 h
Miércoles 08:00 a.m. - 12:30 p.m.
Jueves 08:00 - 12:30, 13:30 - 17:30
Viernes 08:00 a.m. - 12:30 p.m.

IngolstadtPass

Qué ventajas me ofrece el IngolstadtPass?

El IngolstadtPass está disponible desde finales de 2019 para que todos los ciudadanos puedan aprovechar las ofertas de la ciudad.

Si muestras el IngolstadtPass, pagarás menos por la entrada a diversas actividades de ocio.

🌐 La [oferta](#) es cada vez mayor. ¿Tiene alguna duda? Entonces el personal de la Oficina de Empleo, la Oficina de Asuntos Sociales, la Oficina de Vivienda o la Oficina de Atención a la

Infancia y Educación pueden ayudarle.

¿Quién puede recibir el IngolstadtPass?

Si vive en Ingolstadt y recibe una de estas prestaciones, puede solicitar el abono:

- Prestación ciudadana
- prestación social
- Ayuda básica a la renta en la vejez y en caso de disminución de la capacidad de ganancia
- Ayuda para gastos de manutención
- Subsidio de vivienda
- Prestaciones en virtud de la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo, siempre que no estés alojado en el
 - centro ANKER o en una de sus sucursales.
- Ayuda a las víctimas de guerra
- Pago de cotizaciones a guarderías o exención de tasas
- Prestación por hijos a cargo
- Participantes en un año de voluntariado social o ecológico.
- Participantes en el Servicio Voluntario Federal
- ¿No percibe ninguna de las prestaciones arriba indicadas? Pero percibe una pensión de vejez. Infórmese sobre los límites de ingresos.

Se expide un IngolstadtPass distinto para cada persona que cumpla los requisitos, incluidos los niños.

¿Dónde puedo obtener el IngolstadtPass?

Puede obtener el IngolstadtPass previa solicitud en la oficina municipal de la que también recibe su prestación social:

-  [Oficina de Empleo,](#)
-  [Oficina de Asuntos Sociales,](#)
-  [Oficina de Vivienda](#) o
-  [Oficina de Atención a la Infancia y Educación.](#)
-  Si percibe un complemento por hijos, diríjase a la oficina [de](#) empleo.

 [Puede presentar una solicitud en línea aquí.](#)

¿Qué documentos tengo que presentar?

- Lleve consigo su documento de identidad, permiso de residencia o pasaporte.
- Percibe un complemento familiar. Presente la notificación de prestaciones de la oficina de prestaciones familiares.
- Si va a renovar su IngolstadtPass, traiga consigo su IngolstadtPass.

 No necesita una solicitud por escrito para prorrogar su IngolstadtPass.

 No necesita pedir cita previa para solicitar o prorrogar su IngolstadtPass.

¿Durante cuánto tiempo es válido mi IngolstadtPass?

Su IngolstadtPass es válido hasta el final del año impreso en él. Es posible prorrogarlo para el año siguiente como muy pronto en noviembre.

Más información sobre el IngolstadtPass

Información general

- Presente siempre su documento de identidad con el IngolstadtPass.
- El IngolstadtPass no es transferible a terceros. Por regla general, no reemplazamos pases perdidos.
- Por favor, devuelva el IngolstadtPass si se muda fuera de Ingolstadt.
- Podemos confiscar el IngolstadtPass si se utiliza indebidamente.

El IngolstadtPass como pase social

El [IngolstadtPass](#) le da derecho a descuentos de varios proveedores.

Información para refugiados: ¿Cuándo puedo trabajar?

💡 La autoridad de extranjería decide si está autorizado a trabajar. Por tanto, debe presentar una solicitud de permiso de trabajo a la autoridad de extranjería. Hay ciertas normas que debe respetar.

¿Qué se aplica a los solicitantes de asilo con prueba de llegada o permiso de residencia en AnKER?

- No se le permite trabajar durante 6 meses (prohibición de trabajar).
- Después de 6 meses, tiene derecho a un permiso de trabajo si cumple los siguientes criterios:
 - No procede de un país de origen seguro.
 - Su solicitud de asilo no ha sido rechazada por el BAMF por ser manifiestamente infundada.
- No se aplica el control de prioridad. La Agencia Federal de Empleo comprueba previamente las condiciones de trabajo.

💡 Qué son los [países de origen seguros](#)

💡 Por regla general, puede vivir en el centro de AnKER un máximo de 18 meses. Es posible una prórroga de hasta 24 meses. Las familias con niños pueden vivir en el centro AnKER un máximo de 6 meses.

¿Qué se aplica a los solicitantes de asilo con prueba de llegada o permiso de residencia fuera del centro AnKER?

- No se les permite trabajar durante 3 meses (prohibición de trabajar).
- Después de 3 meses, la autoridad de extranjería decidirá si puede obtener un permiso de trabajo.

- Esto solo se aplica si no procedes de un país de origen seguro y has solicitado asilo después del 31 de agosto de 2015.
- Para Georgia y la República de Moldavia, se aplica si has solicitado asilo después del 30 de agosto de 2023.
- Tienes derecho a un permiso de trabajo después de 6 meses si cumples los siguientes criterios
 - No procedes de países de origen seguros con solicitud de asilo posterior al 31/08/2015 (Georgia y República de Moldavia con solicitud de asilo posterior al 30/08/2023).
 - Tu solicitud de asilo no ha sido rechazada por el BAMF por ser manifiestamente infundada.
- No se aplica el control de prioridad. La Agencia Federal de Empleo comprueba previamente las condiciones de trabajo.

¿Qué se aplica a las personas toleradas en AnkER?

- Tras 6 meses de tolerancia, la autoridad de inmigración "debe" expedir el permiso de trabajo.
 - Esto solo se aplica si no procede de un país de origen seguro y ha solicitado asilo después del 31 de agosto de 2015.
 - Para Georgia y la República de Moldavia, se aplica si has solicitado asilo después del 30 de agosto de 2023
- Hay una excepción: en caso de medidas específicas para poner fin a la residencia, la autoridad de inmigración "podrá" expedir el permiso de trabajo.
- Las personas con estancia tolerada por identidad poco clara (§ 60b AufenthG) siempre tienen prohibido trabajar
- No se aplica el control de prioridad. La Agencia Federal de Empleo comprueba previamente las condiciones de trabajo.

¿Qué se aplica a los tolerados fuera de AnkER?

- No se le permite trabajar durante 3 meses (prohibición de trabajar).
- Después de 3 meses, la autoridad de extranjería "debe" expedir un permiso de trabajo.
 - Esto solo se aplica si no procedes de un país de origen seguro y has solicitado asilo después del 31 de agosto de 2015.
 - Se aplica a Georgia y la República de Moldavia si solicitaste asilo después del 30 de agosto de 2023.
- Hay una excepción: en caso de medidas específicas para poner fin a la residencia, la autoridad de inmigración "podrá" expedir el permiso de trabajo.
- Las personas con estancia tolerada por identidad poco clara (§ 60b AufenthG) siempre tienen prohibido trabajar.
- No se aplica el control de prioridad. La Agencia Federal de Empleo comprueba previamente las condiciones de trabajo.

¿Qué se aplica a los refugiados con permiso de residencia?

- Si tiene permiso de residencia, tiene pleno acceso al mercado laboral. Esto significa que no tiene ninguna restricción.

¿Tiene alguna pregunta?

En Ingolstadt hay centros de asesoramiento que pueden ayudarle.

 [Centro de Empleo de la ciudad de Ingolstadt](#)

 [Agencia de Empleo de Ingolstadt](#)

 [Oficina de Inmigración y Emigración de Ingolstadt](#)

Menores refugiados no acompañados

Oficina de Juventud y Familia - Youth Welfare Office

¿Es un refugiado menor de 18 años? ¿Ha viajado a Alemania sin acompañante? Entonces se le clasifica como menor extranjero no acompañado = umA. Estos jóvenes son denunciados a la Oficina de Protección de Menores. La Oficina de Protección de Menores habla con el joven y determina su edad.

- La persona tiene menos de 18 años. Entonces se trata de un menor. La Oficina de Protección de Menores se hace cargo de esta persona. La oficina lleva a la persona a un centro juvenil.
- La persona tiene más de 18 años. Es mayor de edad. Recibe una notificación de rechazo. Alternativamente, se les trata como a un adulto.

 La Oficina de Protección de Menores lleva un intérprete a la entrevista.

 ¿Todavía no tienes 18 años en la prueba de llegada? ¿La Oficina de Protección de Menores le notifica la denegación? Entonces, la Oficina de Asistencia Juvenil debe introducir una nueva fecha de nacimiento en la notificación. Sólo entonces podrás cambiar tus documentos en la Oficina de Inmigración y en la Oficina de Asistencia Social.

Algunos menores (personas de menos de 18 años) viajan **con familiares**. Puede tratarse de un tío o una tía. Pueden ser primos o hermanos mayores. Su proveedor de alojamiento informará de ello a la Oficina de Bienestar Juvenil después de su llegada. La Oficina de Protección de Menores hablará con el menor y los familiares adultos. La Oficina de Protección de Menores comprobará si el menor puede quedarse allí. La Oficina de Protección de Menores también decidirá si debe nombrarse un tutor. La propia oficina de asistencia a la juventud lleva un intérprete a la entrevista.

 Los familiares adultos también pueden solicitar ellos mismos la tutela al [tribunal de familia](#). La tutela otorga al familiar la plena responsabilidad sobre el menor en lugar de los padres.

Oficina de Juventud y Familia - Servicios Sociales Generales (ASD)

Ayuntamiento de Asuntos Sociales

[Adolf-Kolping-Straße 10](#)

85049 Ingolstadt

 0841 305-45717



0841 305-45719

@s [ozialed](mailto:ozialed@ienste@ingolstadt.de) ienste@ingolstadt.de

Lunes, martes: 08:00 - 12:30 13:30 - 16:00

Mier. a convenir

Jue. 08:00 - 12:30 13:30 - 17:30

Vie. 08:00 - 12:30

💡🗓️ A pesar del horario de oficina indicado, es aconsejable concertar [una](#) cita en .

Asilo familiar y protección internacional para los miembros de la familia

Le han concedido asilo en Alemania.

Un miembro de su familia también necesita asilo. Puede presentar una solicitud. Al miembro de su familia se le concederá el estatuto de persona con derecho a protección.

A efectos del asilo familiar, se consideran miembros de la familia

- Los cónyuges o parejas de hecho registradas,
- Sus hijos menores o solteros,
- los padres de hijos menores o solteros,
- otros adultos que tengan la custodia de hijos menores o solteros,
- los hermanos menores o solteros de los menores.

💡 Los padres deben tener la custodia de sus hijos. Por tanto, deben poder cuidar de sus hijos.

¿Quiere traer a su marido o mujer a Alemania? Debe estar casado en su país de origen. En ese caso, también puede obtener asilo. El matrimonio debe estar reconocido por Alemania. La solicitud de asilo debe presentarse antes o al mismo tiempo que tu solicitud. Debes tener derecho a protección.

Su hijo ha nacido en Alemania.

Ya ha solicitado asilo. Ha tenido posteriormente un hijo en Alemania. Puede presentar una solicitud de asilo separada para su hijo. Usted o su pareja deben seguir en el procedimiento de asilo. Comunique el nacimiento a la Oficina Federal de Migración y Refugiados. La autoridad de extranjería también puede informar a la Oficina Federal. En ese caso, la solicitud de asilo se considerará automáticamente presentada. Los padres pueden presentar sus propias razones para solicitar asilo para su hijo. Si no lo hacen, se aplican los mismos motivos que para los padres. También en este caso cabe recurso en caso de decisión negativa de la Oficina Federal.

💡 Para proteger al niño, los menores no son ni deben ser devueltos por separado de sus padres en caso de decisión negativa.

Encontrará más información directamente en la BAMF.

🌐 [Página web Reagrupación familiar \(BAMF\)](#)

Rastrear el rostro - Servicio de rastreo DRK

Trace the Face - Suchdienst

Wenn Sie Angehörige auf den Migrationsrouten nach Europa verloren haben, kann Ihnen das Suchinstrument  [Trace the Face](#), eine Online-Fotogalerie von Suchenden, helfen.

 **Suchdienste** vom Roten Kreuz, vom Roten Halbmond und das Internationale Komitee vom Roten Kreuz helfen Ihnen:

- Ihre vermissten Familienangehörigen wieder zu finden,
- eine Nachricht von Ihnen an Ihre Familie zu senden oder
- eine Haftbescheinigung für Personen zu erhalten, die inhaftiert wurden.
- Wenn Sie ein Flüchtling sind, können wir Ihnen vielleicht auch dabei helfen, dass Sie wieder mit Ihrer Familie vereint werden.
- Wenn Sie Spätaussiedler sind, können wir Sie und Ihre Familie bei der Aussiedlung nach Deutschland unterstützen.
- Wenn Sie Gewissheit über das Schicksal eines im Zweiten Weltkrieg verschollenen Angehörigen suchen, können wir auf unsere seit 1945 gesammelten Erkenntnisse zurückgreifen.

Tracetheface.org ist derzeit in sieben Sprachen verfügbar: Arabisch, Dari, Englisch, Französisch, Paschtu, Somali und Spanisch. Weitere Sprachen werden folgen.

[Folleto BRK-SD-Centros de asesoramiento E.pdf](#)

[Folleto BRK-SD-Centros de asesoramiento E.pdf](#)

[TracetheFacePosterGermanRC.pdf](#)

Motivo de la huida queer: Queer Refugees Germany

El proyecto "Queer Reason for Flight: Queer Refugees Germany" (Motivo de huida: refugiados homosexuales en Alemania)

El proyecto ayuda a los refugiados queer en Alemania. Pone en contacto a la gente, da consejos y ofrece apoyo.

El sitio web "[Queer Refugees Welcome](#)" está dirigido a lesbianas, gays, bisexuales, trans*, inter* y personas queer.

Ofrece información clara y ayuda práctica.

En el sitio web encontrará

- direcciones de centros de asesoramiento en su zona
- información sobre asilo, salud y protección contra la discriminación,
- contactos de personas y organizaciones de ayuda.
- El sitio está disponible en varios idiomas.

Puede consultar toda la información importante organizada por temas. Eche un vistazo a estos enlaces:

 [queerrefugeeswelcome.de](#)

 queer-refugees.com

 prideplanet.com

Los programas fortalecen a los refugiados queer y facilitan su vida cotidiana en Alemania.

□ ¿Por qué es importante?

Muchos refugiados LGBTIQ+ sufren persecución o violencia en sus países de origen. En Alemania, a menudo se enfrentan a cargas adicionales: Procedimientos de asilo, idioma, nueva cultura y, a veces, discriminación. Necesitan buena información, asesoramiento y lugares seguros para poder vivir con seguridad aquí.

i Instrucciones de uso

Los servicios suelen ser gratuitos y confidenciales.

Pida ayuda en su idioma: muchos centros ofrecen asesoramiento multilingüe o disponen de intérpretes.

Si es posible, utilice materiales en lenguaje sencillo. Así le resultará más fácil empezar en Alemania.

Migración - Nacionales de la UE

Residencia de nacionales de la UE

Residencia de ciudadanos de la UE

Entrada sin visado

Todo ciudadano de la UE puede entrar sin visado en los Estados miembros de la UE, el EEE y Suiza. El **Espacio Económico Europeo** está formado por la UE más Islandia, Liechtenstein y Noruega.

Derecho a la libre circulación

Dentro de la UE, los nacionales tienen derecho a la libre circulación. Esto significa que los nacionales de la UE pueden residir en otros Estados miembros de la UE casi sin restricciones y sin autorización especial. Pueden trabajar allí y tienen derechos similares a los de los ciudadanos del país de acogida.

Ejemplos de derechos y obligaciones

- Al trasladarse a Alemania, no necesitan hacer ningún trámite especial.

- Al mudarse a un nuevo domicilio, basta con que se inscriban en la oficina de empadronamiento de su lugar de residencia.
- No necesitan permiso de residencia ni identificación especial.
- Sin embargo, deben presentar un documento de identidad o pasaporte en vigor para demostrar su libertad de circulación.

Duración de la estancia

Los ciudadanos de la UE pueden permanecer en otro país de la UE hasta tres meses. La estancia puede prorrogarse si se cumple una de las siguientes condiciones:

- Trabajo: tiene trabajo.
- Buscando trabajo: sigue buscando trabajo y puede demostrar al cabo de seis meses que lo encontrará.
- Sin trabajo remunerado: No trabaja, pero tiene suficiente dinero propio y está cubierto por un seguro médico.
- Estudiantes o becarios: Es estudiante o becario. Tiene suficiente dinero propio y está cubierto por un seguro de enfermedad.
- Residencia de larga duración: lleva cinco años en otro país de la UE. Esto excluye Alemania y el país de la UE en el que esté empadronado. En este caso, tiene derecho a la residencia permanente. No es necesario cumplir ningún otro requisito.
- Miembros de la familia: Está casado con un ciudadano alemán o con una persona con derecho a residencia permanente.

Centros de asesoramiento para trabajadores cualificados y sus familias

¿Desea vivir y trabajar en Alemania? ¿Es usted un trabajador cualificado o quiere estudiar en Alemania? En nuestro [mapamundi](#) encontrará los datos de contacto de las instituciones alemanas de su país.

Pérdida del derecho de residencia

Puede perder su derecho de libre circulación si pone en peligro el orden público, la seguridad o la salud.

[Aquí](#) encontrará más información en alemán e inglés. También puede dirigirse a estos [centros de asesoramiento](#) si necesita más información o ayuda.

Ciudadanos de la UE sin trabajo

¿Ciudadanos de la UE sin trabajo?

Entrada sin visado

Todo ciudadano de la UE puede entrar sin visado en los Estados miembros de la UE, elEEE y Suiza. Además de la UE, el Espacio Económico Europeo incluye también a Islandia, Liechtenstein y Noruega.

Derecho a la libre circulación

Dentro de la UE, los nacionales tienen derecho a la libre circulación. Esto significa que los nacionales de la UE pueden residir en otros países de la UE casi sin restricciones y sin autorización especial. Pueden trabajar allí y tienen derechos similares a los de los ciudadanos del país de acogida.

Ejemplos de derechos y obligaciones

- Al trasladarse a Alemania, no necesitan hacer ningún trámite especial.
- Al mudarse a un nuevo domicilio, basta con que se inscriban en la oficina de empadronamiento de su lugar de residencia.
- No necesitan permiso de residencia ni identificación especial.
- Sin embargo, deben presentar un documento de identidad o pasaporte válidos para demostrar su libertad de circulación.

Este derecho no se aplica si

- llevan más de tres meses residiendo
 - en un Estado miembro de la UE
 - así como en los demás Estados del EEE (Islandia, Liechtenstein y Noruega)
 - y Suiza,
- no tienen un empleo remunerado en un Estado miembro de la UE ni en los demás Estados del EEE (Islandia, Liechtenstein y Noruega) ni en Suiza,
- no tienen perspectivas de empleo remunerado y
- no pueden mantenerse económicamente a sí mismos ni a las personas a su cargo.

En caso de desempleo involuntario, la libertad de circulación no se ve afectada durante 6 meses. Esto otorga a los ciudadanos de la UE y a sus familias un derecho de residencia durante este periodo (art. 2, apdo. 3, FreizügG/UE).

 Encontrará más información en alemán e inglés sobre los derechos de residencia de los ciudadanos de la UE que no ejercen una actividad remunerada [en](#).

Puede dirigirse a estos centros de asesoramiento si necesita más información o asistencia:

 [Centros de asesoramiento general](#)

Requisitos para ejercer una actividad remunerada en Alemania

Requisitos para ejercer una actividad remunerada en Alemania

Ciudadanos de la UE, Noruega, Liechtenstein, Islandia y Suiza

Si procede de un país de la Unión Europea (UE) o de Noruega, Liechtenstein, Islandia o Suiza, está autorizado a trabajar en Alemania. No necesita autorización para trabajar. Tiene libertad de circulación de trabajadores sin restricciones.

¿Quiénes son ciudadanos de la UE?

Son ciudadanos de la UE las personas que tienen la nacionalidad de uno de los 27 Estados miembros de la UE.

¿Quiénes son ciudadanos del EEE?

Son ciudadanos del EEE las personas que tienen la nacionalidad de un país del Espacio Económico Europeo (EEE). Estos países no son miembros de la UE.

¿Y Suiza?

Suiza no es miembro de la UE ni del EEE. Pero los suizos tienen casi los mismos derechos de libre circulación que los ciudadanos de la UE y el EEE. Esto se debe a un tratado especial entre la UE y Suiza.

¿Qué es el derecho de libre circulación?

El derecho de libre circulación en la UE significa que los ciudadanos de un país de la UE pueden circular libremente por los países de la UE. Como ciudadano de la UE, puede viajar, trabajar y vivir fácilmente dentro de la UE. Estos derechos son especialmente importantes en la UE y el EEE.

Requisitos para una estancia más larga

Hay una serie de condiciones que debe cumplir para poder permanecer más tiempo en Alemania. Sin embargo, estos requisitos son pocos.

Trabajar en Alemania

Como ciudadano de la UE o del EEE, puede realizar cualquier tipo de trabajo en Alemania.

Encontrará más información en  [aquí](#).

Reagrupación familiar o reagrupación familiar

Reagrupación familiar o reagrupación familiar

Cónyuges y parejas registradas

Si su cónyuge o pareja registrada es ciudadano de la UE, puede trasladarse a Alemania. Si su pareja no trabaja, necesitará un seguro médico y dinero suficiente. Esto es especialmente cierto para estudiantes y pensionistas.

Por regla general, los cónyuges deben demostrar que tienen conocimientos básicos de alemán antes de entrar en el país.

Excepciones al requisito lingüístico

- Su pareja tiene una tarjeta azul de la UE.
- Tu pareja está altamente cualificada, se dedica a la investigación o trabaja por cuenta propia.
- Tiene poca necesidad de integración (por ejemplo, un título universitario).
- Su pareja procede de Australia, Israel, Japón, Canadá, la República de Corea, Nueva Zelanda o EE.UU.

- No está en condiciones de aprender alemán (normativa de casos difíciles).
- Padece una enfermedad o discapacidad física, mental o psíquica.

Niños

Los hijos menores reciben un permiso de residencia por reagrupación familiar. Los padres necesitan un permiso de residencia, un permiso de establecimiento o un permiso de residencia permanente en la UE. Los hijos mayores de 16 años deben tener muy buenos conocimientos de alemán.

Si sus padres son ciudadanos de la UE, pueden vivir en Alemania. Tenga en cuenta lo siguiente:

- Tienes derecho a la libre circulación: si vives con tus padres y ellos se ocupan de tu manutención.
- Si tú o tus padres no trabajáis, tenéis que compartir piso con el ciudadano de la UE.
- Necesitas un seguro médico adecuado y dinero suficiente.
- Sólo pueden reunirse contigo familiares a los que el ciudadano de la UE deba pagar una pensión alimenticia.

Descendientes directos

Puedes venir a Alemania como nieto de un ciudadano de la UE (o de su pareja). Requisito:

- El ciudadano de la UE no es estudiante.
- Si es menor de 21 años Puede venir sin más requisitos.
- Si tiene 21 años o más: Puede instalarse si el ciudadano de la UE (o su pareja) le proporciona alimentos.

Antepasados directos

Como padres o abuelos de ciudadanos de la UE o sus parejas, puede trasladarse a Alemania si le conceden una pensión alimenticia.

 Encontrará más información [en](#) o en los [centros de asesoramiento general](#)

Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho laboral y social

Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho social y laboral

Ayuda importante para las personas con problemas en el trabajo o en la formación

¿Recibe un trato injusto en el trabajo o en su programa de formación? ¿Está mal pagado o tiene que trabajar demasiadas horas? ¿Sabe qué debería figurar en su contrato de trabajo? ¿O teme ser despedido? Entonces hay ayuda para usted. En Alemania hay dos centros de asesoramiento que pueden ayudarle: "Movilidad justa" e "Integración justa". Estos centros le apoyarán si recibe un trato injusto o si necesita ayuda para comprender y hacer valer sus derechos.

Nuestro asesoramiento es importante porque

- Sólo conoces tus derechos si estás bien informado.
- Sólo si conoce sus derechos podrá hacerlos valer.
- Nuestros asesores le explicarán qué puede hacer si surgen problemas.
- Recibirá ayuda si le tratan injustamente.

Temas de asesoramiento

- Contratos de trabajo y formación: Le asesoraremos sobre su contrato de trabajo o de formación. También podemos ayudarle si está haciendo prácticas y tiene dudas sobre su contrato de prácticas. Le explicamos qué debe figurar en un contrato, si es de duración determinada o indefinida, y qué significa esto.
- Miniempleos y trabajo temporal: si sólo trabajas unas horas o estás contratado como trabajador temporal, te explicamos tus derechos.
- Horas de trabajo y salario: le indicamos cuántas horas puede trabajar y a qué salario tiene derecho. También le indicaremos sus opciones si quiere seguir cobrando cuando esté enfermo.
- Despido y derechos por enfermedad: si teme perder su empleo o tiene dudas sobre el despido, estamos a su disposición.
- Vacaciones: le explicamos a cuántas vacaciones tiene derecho por ley y cuándo puede disfrutarlas.
- Seguros sociales y coberturas: le ayudamos a informarse sobre su seguro de enfermedad, su seguro de dependencia, su seguro de pensiones y su seguro de desempleo. Si está en paro, también le indicaremos qué prestaciones puede recibir de la oficina de empleo o de la agencia de colocación.
- Sindicatos y derechos como trabajador por cuenta ajena: le explicamos cómo puede ayudarle un sindicato y qué debe saber si trabaja por cuenta propia.
- El asesoramiento está dirigido especialmente a las personas de origen inmigrante que tienen problemas en su trabajo, formación o prácticas.
- El asesoramiento es gratuito y confidencial. No tiene por qué temer que alguien transmita sus preguntas.
- No es necesario estar afiliado a un sindicato.
- El asesoramiento es independiente de su situación de residencia.
- Las sesiones de asesoramiento tienen lugar en persona, por teléfono o por correo electrónico.

💡 Nuestros asesores le mostrarán las distintas opciones y le ayudarán a encontrar el camino a seguir. En última instancia, usted decide qué hacer.

💡 Sólo ofrecemos asesoramiento extrajudicial. Esto significa que no somos abogados. Si quiere acudir a los tribunales, le ayudaremos a encontrar un sindicato o un abogado especializado.

Asesoramiento para ciudadanos de la UE

Si procede de un país de la UE, especialmente de Europa Central u Oriental, puede obtener asesoramiento de "Movilidad Justa". El objetivo de "Movilidad Justa" es garantizar condiciones de trabajo y salarios justos a las personas de otros países de la UE. El proyecto cuenta con el apoyo

de la Confederación Alemana de Sindicatos (DGB).

Centro de Asesoramiento sobre Movilidad Justa

📍 [Ludwigstraße 46](#), 90402 Núremberg

✉ uerember@faire-mobilitaet.de

🌐 www.faire-mobilitaet.de y 🌐 www.fair-arbeiten.eu

📞 Horario de consulta telefónica:

Lunes y martes de 09:00 a 12:00, jueves de 14:00 a 17:00

Asesoramiento para refugiados y personas procedentes de países no pertenecientes a la UE

Los centros de asesoramiento de Integración Justa están dirigidos a refugiados y personas de países no pertenecientes a la UE. Aquí puede recibir asesoramiento gratuito y anónimo en varios idiomas. Los temas de asesoramiento son los mismos: puede informarse sobre Derecho laboral y Derecho social.

Los centros de asesoramiento ofrecen asesoramiento gratuito y anónimo en varios idiomas sobre todas las cuestiones de Derecho laboral y social. Todos los centros de asesoramiento ofrecen asesoramiento sobre los mismos temas. Dependiendo del asesor, la única diferencia son los idiomas en los que se puede ofrecer el asesoramiento.

Centro de asesoramiento sobre integración justa

💡 Puede encontrar un centro de asesoramiento aquí:

🌐 www.faire-integration.de

✉ fi@iq-c-consult.de

Nuestros centros de asesoramiento están siempre a su disposición. Le ayudamos a conocer sus derechos y a saber a qué tiene derecho. Así podrás protegerte y obtener el apoyo que necesitas para tu trabajo y tu futuro.

Migración - Nacionales de terceros países

Extranjeros: formación profesional y estudios

Entrar en el país para encontrar una plaza de formación

¿Quieres hacer un aprendizaje? Entonces puedes entrar en el país para buscar un puesto de formación.

Los requisitos son:

- Necesitas conocimientos de alemán de nivel B2.
- También necesitas un título de fin de estudios que te permita acceder a la enseñanza superior.
- No debes tener más de 25 años.
- Estar en condiciones de sufragar sus propios gastos de manutención en Alemania.

Opciones de intercambio ampliadas para estudiantes internacionales

Los estudiantes internacionales pueden obtener un nuevo permiso de residencia antes de finalizar sus estudios.

- Por ejemplo:
 - Quiere aprender una profesión después de sus estudios.
 - Entonces recibirá un permiso de residencia para ello.
- La nueva ley de trabajadores cualificados facilita este cambio:
 - ¿Estás estudiando? ¿Y quieres tener un trabajo?
 - Entonces puedes aceptar un trabajo.
 - Para ello, debes cumplir unas condiciones especiales.
 - La Agencia Federal de Empleo establece estas condiciones.
 - Una vez comprobado todo, recibirás un nuevo permiso de residencia.

Permiso de residencia para licenciados

Después de la formación en Alemania: La nueva ley permite a los extranjeros que hayan terminado la formación profesional en Alemania, así como a los titulados universitarios, obtener un permiso de establecimiento después de sólo dos años.

Curso de alemán

para preparar la formación: ¿Tienes el visado adecuado? Entonces puedes asistir a un curso de alemán. Este curso de alemán le preparará para su formación.

Formación profesional en Alemania

Requisitos para la formación profesional en Alemania

Si no es ciudadano de la UE y desea realizar una formación profesional, necesitará un visado y un permiso de residencia.

¿Cómo se obtiene un visado para la formación profesional?

Necesita una plaza de formación

Debes firmar un contrato de formación con una escuela o empresa. Debes presentar este contrato de formación en la embajada alemana. Para hacer una formación profesional, necesitas tener muy buenos conocimientos de alemán. En la mayoría de los casos, necesitas conocimientos lingüísticos de nivel B1.

Debes tener asegurada tu subsistencia durante tu estancia.

Necesitas al menos 992 euros al mes (año 2024). Debes demostrar que dispones de esta cantidad de dinero o que vas a ganar esta cantidad durante tu formación.

Lo siguiente se aplica a la **formación escolar**: Ingresas el dinero necesario en una [cuenta bloqueada](#). Una cuenta bloqueada es una cuenta bancaria a la que sólo puedes acceder de forma limitada. Otra opción es una declaración de compromiso.

En el caso de la **formación profesional en una empresa**, recibirás un salario. Si el salario es suficiente para financiar tu vida, esto puede ser prueba suficiente. Si el salario no es suficiente, también puede crear una cuenta bloqueada o presentar una declaración de compromiso.

¿Cuánto tiempo puede permanecer en Alemania para realizar una formación profesional?

La formación profesional en Alemania tiene una duración mínima de dos años. Su estancia estará autorizada mientras dure su formación.

Puede trabajar hasta diez horas más a la semana. Esto es independiente de tu formación profesional.

💡 Nota para los refugiados sobre la regla 3+2:

La normativa 3+2 interesa a los solicitantes de asilo rechazados. Un refugiado que haya iniciado una formación en Alemania puede completarla. A continuación, se le permite seguir un empleo posterior de dos años. El requisito para ello es un contrato de formación. La regla 3+2 no es necesaria si la decisión de asilo es positiva.

¿Dónde se puede encontrar información sobre estos temas?

Encontrará información exacta sobre el visado y el proceso de entrada en alemán, inglés, francés y español [en](#) .

Encontrará información sobre la finalización de la formación profesional en Alemania en alemán, inglés, francés y español [en](#) .

¿Ha finalizado con éxito su formación profesional?

Una vez terminada la formación profesional, tienes doce meses para encontrar trabajo. El trabajo debe corresponderse con tu formación profesional. Para la búsqueda se necesita un "permiso de residencia para buscar trabajo conforme al art. 20 párr. 3 núm. 3 de la AufenthG". Puede solicitarlo en la [oficina de inmigración](#) que le corresponda.

Mientras busca empleo, puede trabajar en cualquier ocupación para asegurarse el sustento. En cuanto tenga un empleo para el que esté cualificado, solicite un "permiso de residencia por empleo cualificado (§ 18a AufenthG)". No tiene que salir de Alemania.

💡 Nota para los refugiados sobre la regla 3+2:

Si es refugiado y tiene un "Ausbildungsduldung", se le aplica la regla 3+2. Si ha completado con éxito su formación, tiene derecho a un permiso de residencia de 2 años. Durante este tiempo, debe trabajar en la profesión que ha aprendido.

¿Dónde puede encontrar información sobre estos temas?

Encontrará información sobre sus opciones tras finalizar la formación profesional en alemán, inglés, francés y español  [aquí](#).

La información sobre la regla 3+2 está disponible en alemán  [aquí](#) y en alemán, inglés y francés  [aquí](#).

Estos centros de asesoramiento le ayudarán si necesita más información:

 [Centros de asesoramiento general](#)

Estudiar en Alemania

Estudiar en Alemania: Información para estudiantes extranjeros (no comunitarios) y refugiados

¿Qué universidades hay en Alemania?

En Alemania hay varias universidades. Se diferencian por su especialización:

- **Universidades:** Los científicos investigan aquí. Las universidades ofrecen muchas asignaturas, por ejemplo ciencias naturales, humanidades o tecnología.
- **Universidades de Ciencias Aplicadas:** Aquí se aprende sobre todo para el trabajo práctico. Las universidades de ciencias aplicadas son buenas si quiere trabajar en una profesión específica, por ejemplo, como ingeniero o trabajador social.
- **Universidades duales:** Aquí aprendes teoría y haces prácticas al mismo tiempo. Estudias y trabajas en una empresa.
- **Universidades de arte, cine y música:** Se trata de asignaturas artísticas como arte, teatro, danza, diseño, artes gráficas, música o medios de comunicación modernos.
- **Universidades a distancia:** Aquí se aprende en línea. Es una buena opción si quiere ser flexible.

¿Qué titulaciones existen?

- **En las universidades:** Medicina, Derecho, Informática
- **En universidades de ciencias aplicadas:** Ingeniería mecánica, administración de empresas, pedagogía social
- **En universidades duales:** por ejemplo, ingeniería eléctrica con formación en una empresa

¿Qué tipos de estudios y titulaciones existen?

- **Licenciatura:** La primera titulación en una universidad, dura de 6 a 8 semestres.
- **Máster:** programa de postgrado posterior a la licenciatura, de 2 a 4 semestres de duración.
- **Examen de Estado (Staatsexamen):** En asignaturas como medicina, derecho, farmacia o magisterio, hay un examen estatal.
- **Doctorado (Ph.D.):** Después del máster se puede hacer un doctorado y obtener el título de doctor. Esto suele ser necesario para una carrera académica en la universidad.

¿Dónde puedo encontrar la universidad adecuada?

- [Brújula universitaria](#)
- [Estudiar en Alemania](#)

- [Studis Online](#)
- [Agencia de Empleo - Estudiar](#)
- [BAMF - Estudiar en Alemania](#)
- www.hochschule-dual.de/

¿Quién puede estudiar?

Cualquier persona que cumpla las normas puede estudiar en Alemania. También pueden solicitarla los refugiados y los estudiantes extranjeros.

Información importante para personas de otros países

Si no procede de la UE, a menudo necesitará un visado o permiso de residencia. Esto depende de su país.

La universidad donde quiera estudiar le informará de las normas.

¿Qué necesito para estudiar?

Las normas varían según la carrera y la universidad. En la mayoría de los casos necesitarás

- **Un título de fin de estudios** reconocido en Alemania. El centro de enseñanza superior lo comprobará.
- **Buenos conocimientos de alemán** ([nivel C1](#)). Suele ser necesario el [TestDaF](#).
- **Homologación de los títulos**. Haga que [comprueben](#) sus cualificaciones. Esto suele costar dinero.

¿Qué documentos necesito?

- Certificados y traducciones
- Resultados de pruebas de idiomas
- Documentos de su país sobre sus estudios

Páginas web importantes para estudiantes

- [TestAS](#): Test de aptitud para estudios universitarios
- [TestDaF](#): Test de conocimientos de alemán
- [DAAD](#): Información y becas para estudiantes extranjeros
- [Anabin](#): Información sobre la homologación de títulos
- [Uni-Assist](#): Ayuda para solicitar plaza en una universidad

💡 Prevea tiempo suficiente. A menudo se tarda mucho tiempo en comprobar todos los documentos.

Asesoramiento y ayuda

El Fondo de Garantía Educativa de la Universidad ayuda a los estudiantes extranjeros y refugiados. Responde a todas las preguntas sobre los estudios.

Dirección:

Olgastraße 62
70182 Stuttgart

 [Asesoramiento educativo GFH](#)

Costes y dinero



Debes ser capaz de mantenerte por ti mismo durante toda la estancia.

Necesitas al menos 992 euros al mes (año 2024). Debes demostrar que dispones de esta cantidad de dinero o que ganas esta cantidad durante tu formación.

Para estudiar se aplica lo siguiente: Ingresas el dinero necesario en una [cuenta bloqueada](#). Una cuenta bloqueada es una cuenta bancaria a la que sólo puedes acceder de forma limitada. Otra opción es una declaración de compromiso. La prueba de financiación es uno de los requisitos más importantes para obtener un visado de estudiante y un permiso de residencia para estudiar en Alemania.

Estudiar en universidades públicas suele ser barato o gratuito. Pero aun así hay que hacer un presupuesto:

- Las tasas de matrícula: Son diferentes en cada Estado federado. Las universidades privadas suelen ser más caras.
- Gastos de manutención: necesitará dinero para el alojamiento, la comida, los libros y el tiempo libre.
- Ayudas económicas: Existen becas y ayudas como la BAföG. Encontrará más información en www.bafög.de.

Cursos de idiomas para empezar

- [Agencia de colocación](#): Información sobre cursos de idiomas baratos
- [Oficina de empleo](#): Cubre los gastos de los cursos de idiomas (si cumples ciertos requisitos)
- Escuelas de idiomas: Muchos proveedores privados
- Universidades: A menudo, cursos de idiomas en universidades
- [Fondo de garantía universitaria](#): Ayuda financiera para cursos de idiomas

 Consejo para la vida cotidiana: Aproveche los cursos de idiomas para conocer gente y saber más sobre la vida en Alemania.

- Si se ha licenciado en una universidad alemana: puede solicitar un permiso de establecimiento tras sólo dos años de trabajo en Alemania([art. 18c párr. 1 S. 2 AufenthG](#)).

Para más información

 [Estudiar en Alemania](#)

 [DAAD - Estudiar en Alemania - Los primeros pasos](#)

 [Estudiar en Alemania - Testimonios de estudiantes internacionales en Alemania](#)

 [Navegador de visados](#)

 [Información de registro del DAAD para estudiantes internacionales en Alemania](#)

Más información:  [aquí](#).

Para más información puede dirigirse a estos centros de asesoramiento

 [Centros de Asesoramiento General](#)

Nacionales de terceros países - Trabajar en Alemania

Ciudadanos de terceros países

Independientemente del motivo de su estancia, necesita un visado para entrar en Alemania. Puede obtenerlo en la misión diplomática alemana en su país de origen. Puede solicitarlo en la embajada alemana o en el consulado alemán. Con el visado puede entrar en Alemania. Si se queda más allá de la fecha de caducidad del visado, necesitará un permiso de residencia. Debe solicitarlo a tiempo en la oficina de inmigración de su lugar de residencia. Lea más sobre este tema en los [requisitos de entrada](#).

Para residir permanentemente en Alemania necesita un permiso de residencia. El permiso de residencia establece qué acceso al mercado laboral es posible para usted.

Existen normas especiales para determinados grupos:

- [Trabajadores cualificados](#),
- [académicos](#),
- [titulares de la tarjeta azul de la UE](#),
- [investigadores](#),
- [autónomos](#),
- [solicitantes de empleo](#),
- trabajadores que llegan a Alemania en el marco de un [traslado interno](#).
- [Becarios y voluntariado](#)
- [Reagrupación familiar](#)

 Más información sobre el tema residencia y trabajo en la página web [de la BAMF](#). Aquí encontrará información en 6 idiomas.

Afluencia de trabajadores cualificados con formación profesional y personas con conocimientos profesionales prácticos

¿Qué es la Ley de Inmigración de Trabajadores Cualificados?

Los trabajadores cualificados pueden inmigrar a Alemania más fácilmente. Se trata de trabajadores cualificados con

- una formación profesional de al menos dos años o un título universitario.
- un título universitario.

La Ley de Inmigración de Trabajadores Cualificados establece las normas.

La ley está en vigor desde el 1 de marzo de 2020 y se modificará a partir de noviembre de 2023. Puede obtener más información [aquí](#).

Criterios para los trabajadores cualificados

¿Qué es un trabajador cualificado? Se tienen en cuenta tres criterios:

1) Cualificación

Es necesaria una cualificación profesional. Es la única manera de realizar un trabajo cualificado en Alemania. También hay muchas personas sin cualificación profesional reconocida en el extranjero. Deben obtener el reconocimiento de su cualificación profesional en Alemania. Puede solicitar asesoramiento al respecto.

2) Experiencia

Las personas con experiencia profesional pueden venir a Alemania. Se trata de personas que

- hayan obtenido un título profesional reconocido en el extranjero y
- acrediten al menos 2 años de experiencia profesional.

A estas personas se les aplica un umbral salarial. Esto significa que hay una cuantía mínima. El salario debe ser superior al importe mínimo.

3) Potencial

Las personas sin una oferta de trabajo concreta también pueden trabajar en Alemania. Para ellas se ha introducido la tarjeta de oportunidades. Se basa en un sistema de puntos. Se tienen en cuenta estos criterios:

- Cualificaciones
- conocimientos de alemán e inglés
- experiencia laboral
- Pertinencia en Alemania
- Edad
- Potencial del cónyuge y de la pareja

Una innovación importante para los solicitantes de asilo

¿Es usted solicitante de asilo? ¿Y llegaste antes del 29 de marzo de 2023? Entonces puedes solicitar un permiso de residencia como trabajador cualificado. No tienes que salir del país para hacerlo. Y no tienes que pasar por un procedimiento de visado. Debes retirar tu solicitud de asilo.

Necesitará

- una cualificación reconocida correspondiente
- una oferta de empleo o una relación laboral existente

 Busque asesoramiento sobre esto primero. El servicio de [asesoramiento sobre refugiados e integración](#) puede ayudarle.

Línea directa de asesoramiento individual

¿Tiene muchas preguntas? Entonces la línea directa del Gobierno Federal puede ayudarle. Ofrece asesoramiento individual. Estudiarán detenidamente su situación personal. Puede recibir asesoramiento en alemán o en inglés.

Línea directa "Trabajar y vivir en Alemania"

+49 (0) 3018151111

 www.make-it-in-germany.com/de/service/kontakt/hotline

Para los empresarios

Procedimiento rápido para trabajadores cualificados: Los empresarios necesitan una autorización del trabajador cualificado. Esto le permite iniciar un procedimiento rápido de trabajador cualificado. Lo hace ante la autoridad de inmigración competente. La empresa celebra un acuerdo con la autoridad. Todas las partes implicadas acuerdan lo que el empresario, el trabajador cualificado y las autoridades pueden y deben hacer. El acuerdo indica los procedimientos, las partes implicadas y los plazos.

💡 Los **costes** ascienden a 411 euros y hay una tasa de visado de 75 euros. Hay que tener en cuenta los demás costes, como copias compulsadas y traducciones.

La autoridad de extranjería asesora a los empresarios. Presta apoyo para garantizar el reconocimiento de las cualificaciones extranjeras del trabajador cualificado. La autoridad de extranjería obtiene la autorización de la Agencia Federal de Empleo. Comprueba los requisitos para la expedición del visado. Los centros de reconocimiento disponen de un plazo determinado antes de tomar una decisión. También la Agencia Federal de Empleo.

💡 ¿Se cumplen todos los **requisitos**? Entonces la autoridad de extranjería emite la llamada autorización previa. El empresario puede enviarla al trabajador cualificado. A continuación, el trabajador cualificado concierta una cita con la misión diplomática en el extranjero. En esta cita se solicita el visado. En esta cita, el trabajador cualificado debe presentar el original de la autorización previa. El trabajador cualificado debe llevar también los demás documentos necesarios para la solicitud de visado.

¿Ha presentado el trabajador cualificado la **solicitud** de visado completa? Entonces se tomará una decisión en el plazo de tres semanas.

💡 También puede tenerse en cuenta a la familia del trabajador cualificado. La solicitud debe presentarse al mismo tiempo. La familia debe cumplir los requisitos para la reagrupación familiar.

Información sobre la [solicitud del procedimiento acelerado](#) para [trabajadores](#) cualificados y [aquí](#).

Para profesionales

💡 Definición de trabajador cualificado:

¿Tiene un título universitario? ¿O ha cursado una formación profesional? ¿Su formación ha durado al menos dos años? ¿Le capacita para una profesión? Entonces es usted un trabajador cualificado. ¿Quiere ser reconocido oficialmente como trabajador cualificado? Entonces debe

solicitarlo. Sus cualificaciones deben estar reconocidas por la autoridad competente en Alemania.

Búsqueda de empleo

Acceder al mercado laboral:

Entrar en el mercado laboral es más fácil: como trabajador cualificado, debe aportar tres cosas. Necesita un contrato de trabajo. Debe tener una oferta de trabajo concreta. Y necesita un título reconocido en Alemania. Ya no se comprueba si hay un alemán para el puesto. La Agencia Federal de Empleo seguirá comprobando las condiciones de trabajo.

Posibilidades de empleo:

Tiene una determinada cualificación. Esto significa que está cualificado para una profesión concreta. Está autorizado a trabajar en esa profesión. También puede trabajar en profesiones afines. Los trabajadores cualificados con una titulación universitaria también pueden realizar otros trabajos. Por ejemplo, los trabajadores cualificados pueden trabajar en una profesión que no requiera titulación.

Sin embargo, los trabajadores cualificados no pueden trabajar en empleos sencillos. Los trabajadores cualificados deben trabajar en una ocupación que requiera formación. Para obtener la tarjeta azul de la UE, necesita un empleo que corresponda a su cualificación.

Trabajadores cualificados con formación profesional

Los trabajadores cualificados con formación profesional pueden trabajar en cualquier profesión. Sólo necesitan estar cualificados mediante formación. Ya no tienen que trabajar sólo en profesiones en las que haya escasez de mano de obra.

Normas de entrada

Entrada con fines de búsqueda de empleo:

Los trabajadores cualificados con formación profesional pueden entrar en Alemania. Pueden entrar en el país para buscar trabajo aquí. Reciben un permiso de residencia de hasta seis meses. Sus cualificaciones deben estar reconocidas en Alemania. Debe poder mantenerse durante su estancia. Debe hablar alemán lo suficientemente bien como para poder trabajar en su profesión. Normalmente se exigen conocimientos de alemán de nivel B1 o superior. ¿Quieres probar primero un trabajo? Entonces puedes trabajar hasta 10 horas a la semana. Así sabrás si te gusta el trabajo. Tu empleador puede conocerte. Los trabajadores cualificados con una titulación académica reconocida también pueden hacer un trabajo de prueba.

Quédate para las medidas de cualificación:

En Alemania te darán más oportunidades para que puedas obtener cualificaciones. ¿Has intentado que te reconozcan tus cualificaciones? ¿Las autoridades han detectado problemas? ¿Sus cualificaciones no coinciden con las alemanas? Entonces necesita conocimientos suficientes de alemán. Se trata de conocimientos de nivel A2. Entonces puedes solicitar un visado. Con este visado puedes venir a Alemania durante 18 meses. Durante ese tiempo puedes obtener cualificaciones. Las autoridades pueden prorrogar el visado una vez durante 6

meses. Después, puedes solicitar otro visado. Por ejemplo, para hacer prácticas. O para estudiar. O para un trabajo.

Permiso de establecimiento para trabajadores cualificados extranjeros:

Los trabajadores cualificados extranjeros pueden obtener un permiso de establecimiento en Alemania después de sólo cuatro años (antes eran cinco años).

Tarjeta azul UE Alemania

La Tarjeta Azul UE es un permiso de residencia para titulados universitarios.

Su objetivo es facilitar y promover la inmigración a Alemania de personas altamente cualificadas procedentes de países no pertenecientes a la UE.

También permite una inmigración simplificada a todos los demás países de la UE.

Necesita un visado para trabajar en Alemania:

- Este visado se solicita en la embajada o el consulado general de Alemania.
- Puede entrar en Alemania con este visado.

Puede solicitar una Tarjeta Azul UE en la Oficina de Extranjeros de Alemania.

Hay varios requisitos para obtener la Tarjeta Azul UE:

- Debe tener un título universitario completo.
- El título universitario debe estar reconocido en Alemania.
- Necesita un contrato de trabajo. O necesita una confirmación vinculante de empleo.
- Su salario bruto anual mínimo debe ser de **58.400** euros.
- Hay excepciones en los campos profesionales de matemáticas, informática, ciencias naturales, ingeniería y medicina humana.
- Estos deben tener un salario bruto anual mínimo de **45.552 euros**.
- Los límites salariales se ajustan anualmente.
- El empleo debe corresponder a la titulación universitaria.
- La Tarjeta Azul UE es un permiso de residencia temporal.
 - Se expide por un máximo de cuatro años.
 - Si la relación laboral dura menos de cuatro años, la Tarjeta Azul UE se expide por la duración del contrato de trabajo más tres meses.

💡 Se expide a partir de **2023**.

💡 **La tarjeta azul UE puede solicitarse en todos los Estados miembros de la UE, a excepción de Dinamarca e Irlanda. Hay ligeras diferencias en cuanto a los requisitos.**

Debe solicitar la tarjeta azul UE a la autoridad de inmigración.

💡 Encontrará más información en alemán sobre la solicitud de la tarjeta azul UE en Ingolstadt  [aquí](#).

💡 Encontrará más información en alemán e inglés sobre la tarjeta azul UE  [aquí](#) o  [aquí](#).

Residencia permanente

¿Quiere quedarse en Alemania de forma permanente? Entonces necesita un permiso de residencia. Un permiso de residencia permanente le da casi los mismos derechos que a los ciudadanos alemanes.

¿Qué títulos de residencia hay para la residencia permanente?

Hay dos títulos de residencia diferentes para la residencia permanente. Aquí le ofrecemos una visión general.

💡 Tenga en cuenta lo siguiente: Si vive fuera de Alemania durante más tiempo, los permisos de residencia dejan de ser válidos. La rapidez con la que finalizan varía en función del título de residencia.

1. Permiso de establecimiento según el artículo 9 de la Ley de Residencia

Con un permiso de establecimiento, puede vivir y trabajar en Alemania. Sin restricciones de tiempo ni de lugar.

Hay algunos requisitos, por ejemplo

- Lleva viviendo legalmente en Alemania **al menos 5 años**. Los periodos de estudio y formación cuentan la mitad.
- Tiene un **permiso de residencia válido** que no se haya expedido con fines temporales (estudios) o por razones humanitarias.
- Puedes mantenerte a **ti mismo**.
- Tiene un **piso**.
- Acreditar una **pensión suficiente**. Es necesario haber cotizado al menos 60 meses de forma obligatoria o voluntaria al seguro de pensiones obligatorio en Alemania.
- Habla **suficientemente bien alemán**.
Tiene **conocimientos básicos** del sistema jurídico y social y de las condiciones de vida en Alemania. Puede demostrarlo mediante
 - La **participación** con éxito **en un curso de integración**
 - **Certificados y pruebas de** haber realizado una formación en Alemania.
 - **Otros certificados de idiomas**

A veces necesitará documentos adicionales, cuyo tipo puede variar. Infórmese en la [Oficina de Inmigración y Emigración](#). [Aquí](#) encontrará más información sobre los requisitos.

💡 El permiso de establecimiento sólo es válido para Alemania. No puede trasladarse a otros Estados Schengen. ¿Quiere emigrar a otro país de la UE? Entonces le conviene más la residencia permanente UE.

2. residencia permanente UE

La residencia permanente UE es un permiso de residencia ilimitado con casi los mismos derechos que un permiso de establecimiento. Le permite vivir y trabajar en Alemania. Sin restricciones de tiempo o lugar.

Una ventaja sobre el permiso de establecimiento es que puede vivir, trabajar o estudiar en otros países de la UE. Para ello no se necesita visado. Por eso la residencia permanente en la UE es muy popular.

💡 Nota: En algunos otros países se aplican normas especiales. Esto también se aplica a Irlanda y Dinamarca.

¿Quiere solicitar la residencia permanente en la UE? Entonces debe llevar más de cinco años en Alemania y su residencia debe ser legal. [Aquí](#) encontrará información sobre los requisitos. También puede encontrar más información [aquí](#).

💡 ¿Ha obtenido su permiso de residencia permanente en otro país de la UE? Entonces necesita un permiso de residencia en Alemania. Con él puede trabajar o residir permanentemente.

¿Qué permiso de residencia le conviene?

¿Quiere saber cuál es el permiso de residencia más adecuado para usted? Eso depende de sus circunstancias individuales. La Oficina de Inmigración e Integración le asesorará con mucho gusto.

Para futuros padres: ¿Tiene derecho de residencia permanente y vive en Alemania desde hace al menos ocho años? ¿Va a tener un hijo? Si su bebé nace en Alemania, recibirá [la nacionalidad alemana](#).

Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho laboral y social

Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho social y laboral

Ayuda importante para las personas con problemas en el trabajo o en la formación

¿Recibe un trato injusto en el trabajo o en su programa de formación? ¿Está mal pagado o tiene que trabajar demasiadas horas? ¿Sabe qué debería figurar en su contrato de trabajo? ¿O teme ser despedido? Entonces hay ayuda para usted. En Alemania hay dos centros de asesoramiento que pueden ayudarle: "Movilidad justa" e "Integración justa". Estos centros le apoyarán si recibe un trato injusto o si necesita ayuda para comprender y hacer valer sus derechos.

Nuestro asesoramiento es importante porque

- Sólo conoces tus derechos si estás bien informado.
- Sólo si conoce sus derechos podrá hacerlos valer.
- Nuestros asesores le explicarán qué puede hacer si surgen problemas.
- Recibirá ayuda si le tratan injustamente.

Temas de asesoramiento

- Contratos de trabajo y formación: Le asesoraremos sobre su contrato de trabajo o de formación. También podemos ayudarle si está haciendo prácticas y tiene dudas sobre su contrato de prácticas. Le explicamos qué debe figurar en un contrato, si es de duración determinada o indefinida, y qué significa esto.
- Miniempleos y trabajo temporal: si sólo trabajas unas horas o estás contratado como trabajador temporal, te explicamos tus derechos.
- Horas de trabajo y salario: le indicamos cuántas horas puede trabajar y a qué salario tiene derecho. También le indicaremos sus opciones si quiere seguir cobrando cuando esté enfermo.
- Despido y derechos por enfermedad: si teme perder su empleo o tiene dudas sobre el despido, estamos a su disposición.
- Vacaciones: le explicamos a cuántas vacaciones tiene derecho por ley y cuándo puede disfrutarlas.
- Seguros sociales y coberturas: le ayudamos a informarse sobre su seguro de enfermedad, su seguro de dependencia, su seguro de pensiones y su seguro de desempleo. Si está en paro, también le indicaremos qué prestaciones puede recibir de la oficina de empleo o de la agencia de colocación.
- Sindicatos y derechos como trabajador por cuenta ajena: le explicamos cómo puede ayudarle un sindicato y qué debe saber si trabaja por cuenta propia.
- El asesoramiento está dirigido especialmente a las personas de origen inmigrante que tienen problemas en su trabajo, formación o prácticas.
- El asesoramiento es gratuito y confidencial. No tiene por qué temer que alguien transmita sus preguntas.
- No es necesario estar afiliado a un sindicato.
- El asesoramiento es independiente de su situación de residencia.
- Las sesiones de asesoramiento tienen lugar en persona, por teléfono o por correo electrónico.

💡 Nuestros asesores le mostrarán las distintas opciones y le ayudarán a encontrar el camino a seguir. En última instancia, usted decide qué hacer.

💡 Sólo ofrecemos asesoramiento extrajudicial. Esto significa que no somos abogados. Si quiere acudir a los tribunales, le ayudaremos a encontrar un sindicato o un abogado especializado.

Asesoramiento para ciudadanos de la UE

Si procede de un país de la UE, especialmente de Europa Central u Oriental, puede obtener asesoramiento de "Movilidad Justa". El objetivo de "Movilidad Justa" es garantizar condiciones de trabajo y salarios justos a las personas de otros países de la UE. El proyecto cuenta con el apoyo de la Confederación Alemana de Sindicatos (DGB).

Centro de Asesoramiento sobre Movilidad Justa

📍 [Ludwigstraße 46](#), 90402 Núremberg

@n [uernber](#) g@faire-mobilitaet.de

🌐 www.faire-mobilitaet.de y 🌐 www.fair-arbeiten.eu

 Horario de consulta telefónica:

Lunes y martes de 09:00 a 12:00, jueves de 14:00 a 17:00

Asesoramiento para refugiados y personas procedentes de países no pertenecientes a la UE

Los centros de asesoramiento de Integración Justa están dirigidos a refugiados y personas de países no pertenecientes a la UE. Aquí puede recibir asesoramiento gratuito y anónimo en varios idiomas. Los temas de asesoramiento son los mismos: puede informarse sobre Derecho laboral y Derecho social.

Los centros de asesoramiento ofrecen asesoramiento gratuito y anónimo en varios idiomas sobre todas las cuestiones de Derecho laboral y social. Todos los centros de asesoramiento ofrecen asesoramiento sobre los mismos temas. Dependiendo del asesor, la única diferencia son los idiomas en los que se puede ofrecer el asesoramiento.

Centro de asesoramiento sobre integración justa

 Puede encontrar un centro de asesoramiento aquí:

 www.faire-integration.de

 fi@iq-c-consult.de

Nuestros centros de asesoramiento están siempre a su disposición. Le ayudamos a conocer sus derechos y a saber a qué tiene derecho. Así podrás protegerte y obtener el apoyo que necesitas para tu trabajo y tu futuro.

Reagrupación familiar con nacionales de terceros países

Traer a su familia a Alemania: cómo funciona la reagrupación familiar

¿Vive en Alemania y quiere traer a su familia del extranjero? Existen normas claras para los nacionales de países no pertenecientes a la UE ni al EEE.

Qué necesita

- [Permiso de residencia, permiso de establecimiento](#) o [tarjeta azul de la UE](#)
- Un piso con espacio suficiente para su familia
- Seguro médico e ingresos suficientes
- Que su cónyuge tenga al menos 18 años.
- Los miembros de la familia deben hablar alemán básico. Deben ser capaces de pedir indicaciones, hacer la compra y presentarse.

Excepciones a los requisitos lingüísticos

No es necesario que su cónyuge hable alemán si

- tiene una tarjeta azul de la UE, una tarjeta TIC o una tarjeta TIC móvil
- tiene un permiso de residencia de conformidad con el artículo 18c, apartado 3, el artículo 18d, el artículo 18f o el artículo 21 de la AufenthG

- es ciudadano de Australia, Israel, Japón, Canadá, Nueva Zelanda, Corea del Sur o EE.UU.

Pasos para la entrada

- Solicitar un visado: Su pareja necesita un visado. La solicitud se hace en la embajada o consulado alemán local.
- Prepare los documentos: Normalmente se exige el pasaporte y una prueba de matrimonio/pareja. Averigüe de antemano qué se necesita exactamente.
- Llegada a Alemania: Registre a su familia en la [oficina de registro de ciudadanos](#).
- Solicite el permiso de residencia.

En un plazo de tres meses, presente la solicitud en la [Oficina de Registro de Extranjeros](#). Necesitará

- Pasaportes
- Certificados de nacimiento y matrimonio
- Justificante de ingresos (por ejemplo, nómina o declaración de la renta)
- Contrato de alquiler
- Dependiendo de la situación, pueden ser necesarios otros documentos. Estos documentos deben estar traducidos al alemán y compulsados ante notario.

Importante para los refugiados

Como refugiado reconocido, puede presentar una solicitud de reagrupación familiar en los tres primeros meses. En ese caso, las [autoridades](#) le eximirán de muchos de los requisitos habituales.

Después de la llegada

Su cónyuge puede trabajar en Alemania en cuanto se le haya expedido el permiso de residencia.

Ayuda y más información

Para obtener información detallada, póngase en contacto con

- Embajadas alemanas: Encontrará los contactos locales en el [mapamundi](#).
- Centros de asesoramiento: [Aquí](#) encontrará ayuda general.
- [Información sobre reagrupación familiar con extracomunitarios](#)

💡 ¡Aclárelo todo con tiempo para evitar retrasos!

Debe solicitar un permiso de residencia en la [oficina de inmigración](#) correspondiente 🌐 en un plazo de tres meses.

Procedimiento de asilo

En Alemania existe un procedimiento para las personas que buscan protección contra la persecución. Este procedimiento se denomina **procedimiento de asilo**.

Si alguien solicita asilo, debe presentarse ante una autoridad. Allí se comprueba si la persona necesita protección. A veces este examen lleva mucho tiempo.

Durante el examen, se permite al solicitante de asilo permanecer en Alemania. A menudo viven en alojamientos especiales. También reciben algo de dinero para vivir.

Al final del procedimiento, hay tres opciones:

1. El solicitante de asilo recibe protección y se le permite quedarse.
2. Se rechaza la solicitud, pero el solicitante de asilo puede quedarse porque su país de origen es peligroso.
3. Se rechaza la solicitud y el solicitante de asilo debe abandonar Alemania.

💡 El procedimiento de asilo está diseñado para garantizar que las personas que necesitan protección la reciban realmente.

💡 Encontrará información y asesoramiento sobre el procedimiento de asilo en [Refugiados](#).

Ucrania

Información sobre la guerra en Ucrania

Información oficial de entrada

En las siguientes páginas encontrará preguntas y respuestas sobre la entrada desde Ucrania y la residencia en Alemania:

🌐 [Haga clic aquí para ir a la página web de la BAMF - Oficina Federal de Migración y Refugiados](#)

🌐 [Haga clic aquí para ir a la página web del Ministerio Federal del Interior y para Asuntos Internos](#)

El Ministerio Federal de Asuntos Exteriores ha recopilado información exhaustiva en relación con la ayuda a la salida de Ucrania.

🌐 [Haga clic aquí para ir al sitio web del Ministerio Federal de Asuntos Exteriores](#)

Una línea directa de crisis del Ministerio Federal de Asuntos Exteriores ofrece también información personal:

☎ [0305/0003000](tel:03050003000)

Centro de empleo de la ciudad de Ingolstadt

¿Qué hace la oficina de empleo?

La oficina de empleo ayuda a las personas que buscan trabajo ofreciéndoles apoyo y asesoramiento financiero. Ofrece el llamado subsidio ciudadano y ayuda a encontrar un nuevo empleo.

¿Quién puede obtener ayuda?

- Las personas que tienen una decisión positiva del BAMF y un permiso de residencia.

- Ciudadanos de la UE acogidos a una normativa especial. Encontrará información [aquí](#).
- Las personas cuyos ingresos no son suficientes para cubrir sus gastos de subsistencia.

¿Quién no recibe ayuda?

- Las personas en procedimiento de asilo o con un permiso de estancia tolerada no reciben ninguna prestación. Deben ponerse en contacto con el servicio [de asesoramiento social](#) de su alojamiento.

¿Cómo puede obtener ayuda?

- Puede solicitar la ayuda ciudadana por teléfono, por escrito o en persona.
- La forma más sencilla es por internet en la [página web de la Oficina de Empleo de Ingolstadt](#).

Servicios de la Oficina de Empleo

- Búsqueda de empleo
- Ayuda con las solicitudes de empleo
- Asesoramiento sobre formación continua
- Información sobre el subsidio ciudadano
- Ayuda para la educación y la participación

¿Quién percibe las prestaciones de educación y participación?

Los niños y jóvenes menores de 25 años que

- perciben prestaciones conforme a SGB II, SGB XII o la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo,
- sus padres perciben un subsidio de vivienda o un complemento familiar.

Póngase en contacto con la Oficina de Empleo de Ingolstadt:

Dirección: Adolf-Kolping-Straße 10, 85049 Ingolstadt

☎ [084130545112](tel:084130545112)

@ [obcente](mailto:obcente@ingolstadt.de) r@ingolstadt.de

Arbeitsvermittlung: [084130545201](tel:084130545201)

Equipo del empleador: [084130545101](tel:084130545101)

Fax oficial: [0841305-45111](tel:0841305-45111)

Las citas [pueden concertarse en línea](#)

Horario de atención al público:

Lunes: 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Martes: 08:00 - 12:30

Miércoles: 08:00 - 12:30

Jueves: 08:00 - 12:30, 13:30 - 17:30

Viernes: 08:00 - 12:30

💡 Los empleados no transmiten ninguna información sobre los clientes.

💡 Se requiere un poder notarial si hay un voluntario acompañante.

IngolstadtPass

Qué ventajas me ofrece el IngolstadtPass?

El IngolstadtPass está disponible desde finales de 2019 para que todos los ciudadanos puedan aprovechar las ofertas de la ciudad.

Si muestras el IngolstadtPass, pagarás menos por la entrada a diversas actividades de ocio.

🔗 La [oferta](#) es cada vez mayor. ¿Tiene alguna duda? Entonces el personal de la Oficina de Empleo, la Oficina de Asuntos Sociales, la Oficina de Vivienda o la Oficina de Atención a la Infancia y Educación pueden ayudarle.

¿Quién puede recibir el IngolstadtPass?

Si vive en Ingolstadt y recibe una de estas prestaciones, puede solicitar el abono:

- Prestación ciudadana
- prestación social
- Ayuda básica a la renta en la vejez y en caso de disminución de la capacidad de ganancia
- Ayuda para gastos de manutención
- Subsidio de vivienda
- Prestaciones en virtud de la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo, siempre que no estés alojado en el
 - centro ANKER o en una de sus sucursales.
- Ayuda a las víctimas de guerra
- Pago de cotizaciones a guarderías o exención de tasas
- Prestación por hijos a cargo
- Participantes en un año de voluntariado social o ecológico.
- Participantes en el Servicio Voluntario Federal
- ¿No percibe ninguna de las prestaciones arriba indicadas? Pero percibe una pensión de vejez. Infórmese sobre los límites de ingresos.

Se expide un IngolstadtPass distinto para cada persona que cumpla los requisitos, incluidos los niños.

¿Dónde puedo obtener el IngolstadtPass?

Puede obtener el IngolstadtPass previa solicitud en la oficina municipal de la que también recibe su prestación social:

-  [Oficina de Empleo](#),
-  [Oficina de Asuntos Sociales](#),
-  [Oficina de Vivienda](#) o
-  [Oficina de Atención a la Infancia y Educación](#).
-  Si percibe un complemento por hijos, diríjase a la oficina [de](#) empleo.

 [Puede presentar una solicitud en línea aquí.](#)

¿Qué documentos tengo que presentar?

- Lleve consigo su documento de identidad, permiso de residencia o pasaporte.
- Percibe un complemento familiar. Presente la notificación de prestaciones de la oficina de prestaciones familiares.
- Si va a renovar su IngolstadtPass, traiga consigo su IngolstadtPass.

 No necesita una solicitud por escrito para prorrogar su IngolstadtPass.

 No necesita pedir cita previa para solicitar o prorrogar su IngolstadtPass.

¿Durante cuánto tiempo es válido mi IngolstadtPass?

Su IngolstadtPass es válido hasta el final del año impreso en él. Es posible prorrogarlo para el año siguiente como muy pronto en noviembre.

Más información sobre el IngolstadtPass

Información general

- Presente siempre su documento de identidad con el IngolstadtPass.
- El IngolstadtPass no es transferible a terceros. Por regla general, no reemplazamos pases perdidos.
- Por favor, devuelva el IngolstadtPass si se muda fuera de Ingolstadt.
- Podemos confiscar el IngolstadtPass si se utiliza indebidamente.

El IngolstadtPass como pase social

El [IngolstadtPass](#) le da derecho a descuentos de varios proveedores.

Educación y participación

Si tienes pocos ingresos, recibirás dinero con el que podrás pagar el material escolar (195 euros por curso), las clases particulares, la comida y las excursiones a guarderías y colegios para tus hijos. Recibirá una subvención (15 euros al mes) para los cursos de deporte, danza, música y otros a los que asistan sus hijos. Para ello, debe presentar una solicitud. La solicitud debe presentarse siempre con antelación (por ejemplo, para una excursión escolar). Necesitará un certificado de prestaciones para la solicitud. Lamentablemente, esto es muy complicado. Pero también merece la pena.

 **Importante:** siempre debe presentar la solicitud antes de pagar nada por su cuenta. Si ya ha pagado algo, no le devolverán el dinero.

 [Solicitar por internet](#)

Para personas que perciben subsidio de vivienda, suplemento por hijos a cargo, subsidio ciudadano (subsidio de desempleo II - Alg II) o prestación social (SGB II):

 Oficina de Empleo de la ciudad de Ingolstadt - Prestaciones de formación y participación [Cita online Oficina de Empleo](#)

 [Aquí](#) encontrará el formulario de solicitud actual, explicaciones y todos los contactos.

Para las personas que perciben prestaciones de asistencia social (SGB XII) y de solicitante de asilo:

Oficina de Asuntos Sociales - Asistencia Social y Seguridad Básica SGB XII

Auf der Schanz 39

85049 Ingolstadt

 [Póngase en contacto con la Oficina de Asuntos Sociales](#)

Los formularios de solicitud pueden obtenerse localmente a través de su persona de contacto respectiva o en la página web del punto de contacto en el que solicita las prestaciones.

Prestaciones para los refugiados sin certificado ficticio / permiso de residencia

Prestaciones para refugiados sin certificado ficticio / permiso de residencia

Los refugiados procedentes de Ucrania pueden recibir ayudas en virtud de la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo (AsylbLG).

Requisitos previos:

- Haber presentado una solicitud de protección o solicitado un permiso de residencia conforme [al artículo 24 de la AufenthG](#).
- La autoridad competente es
 - la autoridad de la zona a la que se le ha asignado, o
 - la autoridad del lugar donde reside actualmente.

¿Cuáles son las prestaciones?

Las personas con derecho a prestaciones en virtud de la AsylbLG reciben ayudas para

- alimentación
- vivienda
- calefacción
- ropa

- asistencia sanitaria
- necesidades domésticas y consumibles (necesidades esenciales).

Además, hay dinero u otros medios para las cosas personales que necesita a diario. Esta ayuda llega en forma de dinero, prestaciones en especie, tarjetas de pago, vales u otras formas.

En situaciones especiales, como enfermedad, embarazo o parto, recibirá más ayuda.

Documentos necesarios:

Para solicitudes de personas residentes en la ciudad de Ingolstadt: Deberá cumplimentar el siguiente formulario y enviarlo a leistung-asyl@ingolstadt.de. Los formularios están disponibles en alemán/ucraniano.

- [Formulario de solicitud](#)
- [Hoja informativa sobre ingresos y patrimonio](#)
- [Hoja informativa de exención de confidencialidad](#)
- [Hoja informativa sobre protección de datos](#)
- [Declaración de circunstancias personales](#)

💡 Si ya posee un certificado de ficción o un permiso de residencia: Puede presentar una solicitud en la [Oficina de Empleo de](#) Ingolstadt si va a seguir viviendo en el área de la ciudad de Ingolstadt.

Contacto y cita:

Dirección:

Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz | Leistungen

📍 [Auf der Schanz 39, 85049 Ingolstadt](#)

@ leistung-asyl@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550260](tel:+49084130550260)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

Si tiene alguna duda, póngase en contacto con el personal por teléfono en el número

☎ [0841305-50271](tel:0841305-50271) / [084130550264](tel:084130550264) / [084130550265](tel:084130550265) (descentralizado)

☎ [0841305-50263](tel:0841305-50263) / [084130550267](tel:084130550267) / [084130550268](tel:084130550268) / [084130550269](tel:084130550269) (ANCLADO)

🏠 [0841 305-50279](tel:0841305-50279)

@ leistung-asyl@ingolstadt.de

Horario de apertura:

Lunes: 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Martes: 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Miércoles: 08:00 - 12:30

Jueves: 08:00 - 12:30, 13:30 - 17:30

Viernes: de 8.00 a 12.30 h.

💡 Tenga en cuenta que las consultas personales sólo son posibles con [cita previa](#) a través de la página web. Sin cita previa, puede haber tiempos de espera más largos y puede ser necesario concertar una cita de seguimiento.

Prestaciones para los refugiados con un certificado / permiso de residencia ficticios

Prestaciones para refugiados con un certificado / permiso de residencia ficticio

A partir del 1 de junio de 2022, los refugiados procedentes de Ucrania que necesiten asistencia tendrán acceso a las prestaciones del Libro II del Código Social alemán (SGB II). La base del derecho también se conoce como ayuda básica a la renta para demandantes de empleo o subsidio ciudadano.

Requisitos:

Los refugiados deben estar inscritos en el Registro Central de Extranjeros. Deben poder presentar un certificado ficticio o un permiso de residencia conforme al apartado 1 del artículo 24 de la Ley de Residencia (AufenthG).

Solicitud en la Oficina de Empleo de Ingolstadt: Si ya tiene un certificado ficticio o un título de residencia y vive en el área de la ciudad de Ingolstadt: Entonces puede presentar una solicitud en la oficina de empleo de Ingolstadt.

Documentos necesarios a partir del 01.06.2022:

- **Formulario de solicitud:** El formulario debe estar cumplimentado y firmado.
- **Copias** de todos los pasaportes: Copie todas las páginas de sus pasaportes.
- **Copias de todos los permisos de residencia / certificados de ficción:** Adjunte copias de estos documentos.
- **Datos bancarios de una cuenta alemana:** Facilite sus datos bancarios.
- **Contrato de alquiler (si lo tiene):** Si tiene un contrato de alquiler, adjunte una copia.

Le rogamos que envíe a la Oficina de Empleo de Ingolstadt únicamente por correo postal las copias de los documentos que le faltan. O déjelos en el buzón de la Oficina de Empleo. También puede enviar los documentos en formato PDF a jobcenter-serviceteam@ingolstadt.de. Puede utilizar la función de carga del sitio web de la Oficina de Empleo.

Contactar y concertar una cita

Si tiene alguna duda, llame al personal de la Oficina de Empleo: ☎ [0841305-45112](tel:0841305-45112).

Jobcenter | Bürgergeld, Leistungen zu Bildung und Teilhabe

 [Adolf-Kolping-Str. 10, 85049 Ingolstadt](#)

 @jobcenter@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 84130545112](tel:+49(0)84130545112)

 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Arbeit-Jobcenter/...>

Horario de apertura:

Lunes: 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Martes: 08:00 - 12:30

Miércoles: 08:00 - 12:30

Jueves: 08:00 - 12:30, 13:30 - 17:30

Viernes: de 8.00 a 12.30 h.

 Tenga en cuenta que las consultas personales sólo son posibles con cita previa a través de la página web. Sin cita previa, puede haber tiempos de espera más largos y puede ser necesario concertar una cita de seguimiento.

Preguntas sobre la renta ciudadana - ayuda a la renta básica

Preguntas y respuestas sobre la ayuda a la renta básica

¿Quién puede solicitar la Renta Ciudadana?

Pueden solicitar la Renta Ciudadana todas las personas que carezcan de medios de subsistencia suficientes. No importa si se trata de un desempleado, un trabajador a jornada reducida o un trabajador autónomo. También tienen derecho los autónomos que sólo pueden trabajar de forma limitada debido a la pandemia.

Requisitos:

- Edad: de 15 a 65 años o hasta la edad normal de jubilación
- Residencia en Alemania
- Capacidad para trabajar: al menos tres horas de trabajo al día posibles en condiciones normales

¿Cuáles son las prestaciones?

La ayuda a la renta básica cubre los gastos de manutención personales. Las personas solteras perciben 449 euros. Los hijos perciben entre 285 y 376 euros, en función de su edad. La cuantía también depende de si en el hogar vive una pareja necesitada de asistencia. Se pueden cubrir los gastos de alquiler (alquiler neto, gastos accesorios, gastos de calefacción). Por regla general, la ayuda se concede durante al menos seis meses.

¿Cómo presentar la solicitud?

Los residentes en Ingolstadt pueden presentar una solicitud informal:

Jobcenter | Bürgergeld, Leistungen zu Bildung und Teilhabe

📍 [Adolf-Kolping-Str. 10, 85049 Ingolstadt](#)

@jobcenter@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545112](tel:+49(0)84130545112)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Arbeit-Jobcenter/...>

Encontrará los formularios y más información en la página web.

¿Hay que agotar primero el patrimonio?

Las personas que soliciten la ayuda a la renta básica entre el 1 de marzo de 2020 y el 31 de diciembre de 2022 no tienen que agotar su patrimonio en los seis primeros meses. Requisito: la persona no tiene bienes realizables importantes.

Se consideran bienes realizables

- Efectivo, ahorros, dinero a la vista, valores
- No se tiene derecho si el primer miembro de la comunidad de previsión posee más de 60.000 euros. Se aplica un límite de 30.000 euros a los demás miembros.
- Por lo general, los bienes residenciales en propiedad no se consideran activos importantes. Tampoco se tienen en cuenta los haberes de pensión.

¿Se tienen en cuenta los ingresos de la pareja?

Sí, si ambos viven en el mismo hogar. Entonces forman un [hogar común](#) y viven juntos.

¿Se tienen en cuenta los gastos de alquiler?

Se reembolsan el alquiler neto, los gastos accesorios y los gastos de calefacción. En los seis primeros meses, se cubren los gastos reales sin limitación si la solicitud se presentó entre el 1 de marzo de 2020 y el 31 de diciembre de 2022.

¿Existen prestaciones adicionales para los niños?

Sí, en función de su edad, el [requisito estándar](#) es de 285 a 376 euros. Las prestaciones por hijos cuentan como ingresos y se tienen en cuenta a la hora de calcular la ayuda básica a la renta.

¿Cuánto tarda la tramitación?

La duración depende de la rapidez con que se presenten todos los documentos. En cuanto se aprueba la solicitud, el pago se efectúa siempre un día natural antes del mes al que se tiene derecho. Ejemplo: la solicitud correspondiente al mes de mayo se abonará a finales de abril.

¿Qué prestaciones complementarias existen?

Las prestaciones sociales complementarias posibles son

- [subsidio familiar](#)
- [subsidio de vivienda](#)
- [complemento familiar](#)

Algunas de estas prestaciones no pueden percibirse al mismo tiempo que la ayuda básica a la renta.

Aprender alemán

Cursos de alemán para refugiados de Ucrania

¿Qué es un curso de integración?

La Oficina Federal de Migración y Refugiados (BAMF) ofrece [cursos](#) de [integración](#). En un curso de integración aprenderá alemán y muchas cosas sobre Alemania. Por ejemplo, sobre temas como...

- Trabajo y carrera profesional
- Formación y perfeccionamiento profesional
- Guardería y educación
- Compras
- Vivienda
- Derechos y deberes en Alemania

Si está interesado, póngase en contacto con el organizador local del curso:

Kolping Akademie Ingolstadt | Sprachkurse

📍 [Johannesstraße 11, 85049 Ingolstadt](#)

@info@kolping-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 841933010](tel:+49(0)841933010)

🌐 <https://kolping-akademie-ingolstadt.de/>

Berufliches Fortbildungszentrum der Bayerischen Wirtschaft (bfz) | Berufliche Aus- und Weiterbildungen, Unterstützung bei der Vermittlung in Job oder Ausbildung und bei der Integration ins Berufsleben

📍 [Viehmarktplatz 9, 85055 Ingolstadt](#)

@info-in@bfz.de

☎ [+49 \(0\) 84198150](tel:+49(0)84198150)

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

Inlingua | Sprachkurse

 [Ludwigstr. 18, 85049 Ingolstadt](#)

 [@info@inlingua-ingolstadt.de](mailto:info@inlingua-ingolstadt.de)

 [+49 \(0\) 8418851850](tel:+49(0)8418851850)

 <https://www.inlingua-ingolstadt.de/>

Volkshochschule Ingolstadt-Eichstätt | Kursangebot in den Bereichen Sprachen, Gesundheit, Beruf, Kultur

 [Hallstraße 5, 85049 Ingolstadt](#)

 [@ingolstadt@vhs-in-ei.de](mailto:ingolstadt@vhs-in-ei.de)

 [+49 \(0\) 8413051854](tel:+49(0)8413051854)

 <https://www.vhs-in-ei.de/>

Cuaderno de aprendizaje gratuito en PDF

La plataforma buchstaben.com ofrece un libro electrónico gratuito para los refugiados ucranianos. En él se explican los fundamentos de la lengua alemana de forma clara y comprensible. El libro contiene traducciones y transcripciones fonéticas para facilitar la pronunciación.

Descargue el libro electrónico:  [Aprender alemán como refugiado ucraniano - folleto de aprendizaje gratuito en PDF \(buchstaben.com\)](#)

Cursos de idiomas en línea gratuitos

La aplicación Jicki de Friburgo ofrece cursos gratuitos de alemán-ucraniano y ucraniano-alemán. Se pueden utilizar sin registrarse, tanto en línea como en la aplicación.

Vaya directamente a los cursos:  [Aprenda alemán y ucraniano gratis | Безкоштовно вчити німецьку та українську \(jicki.de\)](#)

Agencia de empleo de Ingolstadt

La **Agencia Federal de Empleo** es una autoridad estatal. Se ocupa del mercado laboral alemán.

¿Qué hace la Agencia de Empleo?

- Asesoramiento profesional para jóvenes, estudiantes de primer año y titulados universitarios
- Colocación en puestos de aprendizaje y de trabajo
- Promoción de la formación profesional y la educación continua

- Servicios para promover la participación en la vida laboral
- Pago del subsidio de desempleo I (ALG I)
- Promoción de la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres
- Información sobre el mercado de trabajo y de formación y sobre los servicios y prestaciones de fomento del empleo
- Pago del subsidio familiar

□ **El servicio es gratuito.**

A qué agencia de empleo puedo dirigirme?

Agencia de colocación de Ingolstadt

Dirección:

Heydeckplatz 1, 85049 Ingolstadt

Sólo puede ponerse en contacto con la Agencia de Empleo con cita previa.

Reservas en línea: <https://web.arbeitsagentur.de/portal/terminverein...>

Durante este horario, el acceso sin cita previa sólo está previsto para casos urgentes o de emergencia:

De lunes a viernes: 08:00 - 12:00

Teléfono:

[+49 \(0\) 8004555500](tel:+4908004555500)

[+49 \(0\) 8419338555](tel:+4908419338555)

Página web:

[Agencia de Empleo de Ingolstadt](#)

Dirección postal:

Agencia de Empleo de Ingolstadt
85037 Ingolstadt

Accesibilidad

- Acceso sin barreras al edificio y a las salas
- Hay un aseo para discapacitados.

Información para extranjeros

Existen servicios especiales de asesoramiento.

[Información para extranjeros](#)

Subsidio de desempleo I (ALG I)

- La Agencia de Empleo abona el subsidio de desempleo I.
- El subsidio de desempleo I se abona a las personas que han perdido su empleo.
- Sin embargo, no todo el mundo percibe el ALG I.
- Esto se debe a que se trata de una prestación de seguro.
- Esto significa que sólo perciben prestaciones las personas
 - que hayan cotizado previamente al seguro durante al menos 12 meses.
 - Y esto debe ser dentro de los 30 meses anteriores al desempleo.

→ **Nota:** Quien se quede en paro y no haya cotizado al seguro de desempleo, o no lo haya hecho durante el tiempo suficiente, recibirá ayuda de la [oficina de empleo de Ingolstadt](#).

Vehículos ucranianos y permiso de conducir

Vehículos con matrícula ucraniana

Normativa para vehículos con matrícula ucraniana

Los conductores ucranianos que lleven más de un año viviendo en Alemania: Deberán matricular su vehículo en Alemania a partir del 01.04.2024 a más tardar. De lo contrario, tendrán que pagar una multa. [Encontrará](#) más información al respecto [aquí](#): 

La matriculación del vehículo la realizan las autoridades locales en la oficina de matriculación de vehículos de su lugar de residencia. Por regla general, debe concertar una cita previa. Puede encontrar la oficina de matriculación responsable de su lugar de residencia y los horarios de apertura (en alemán)  [aquí](#).

Obligatorio: seguro de responsabilidad civil para vehículos de motor

Toda persona que conduzca un vehículo de motor en Alemania debe tener un seguro de responsabilidad civil para vehículos de motor. No está permitido conducir en Alemania sin un seguro válido. Esto también se aplica a los coches que viajan a Alemania desde el extranjero.

Se requiere una póliza de seguro suscrita en el Espacio Económico Europeo (EEE), la [carta verde](#)  o la suscripción de un seguro fronterizo. A partir del 1 de abril de 2024, habrá una [nueva normativa](#) para los ucranianos que lleven más de un año viviendo en Alemania: . A partir de esa fecha, el vehículo deberá estar matriculado en Alemania. De lo contrario, se podrá imponer una multa.

[Información para conductores ucranianos-german.pdf](#)

[Información para conductores ucranianos.pdf](#)

[Información para conductores ucranianos inglés.pdf](#)

Permiso de conducir ucraniano

Información sobre los permisos de conducción de Ucrania

Validez de los permisos de conducir ucranianos

Cualquier persona con un permiso de conducir ucraniano en vigor puede conducir vehículos en Alemania. Esto sólo se aplica a las categorías de vehículos que estaban autorizadas en Ucrania.

Aunque lleve más de seis meses viviendo en Alemania, su permiso de conducir sigue siendo válido. El requisito previo es haber huido de Ucrania a causa de la guerra y tener estatuto de protección de la UE. No se necesita ningún otro documento.

Permisos de conducir ucranianos caducados

Si su permiso de conducir ha caducado después del 31.12.2021, seguirá siendo válido. Esta norma se aplica durante la ley marcial y un año después de su fin.

No es necesaria una prórroga. Esta norma sólo se aplica a los permisos de conducir expedidos por primera vez en Ucrania.

Pérdida del permiso de conducir ucraniano

Si ha perdido su permiso de conducir, la autoridad encargada de los permisos de conducir en Alemania puede expedir un documento de sustitución. Para ello, debe demostrar que tenía el permiso de conducción. El número de documento es obligatorio.

A continuación, la autoridad comprobará si se puede expedir un documento de sustitución. Este contendrá los datos de su permiso de conducir ucraniano, pero no el alemán.

Esta normativa sólo se aplica mientras exista el estatuto de protección de la UE. Actualmente, el estatuto de protección finaliza el 04.03.2025.

Transferencia del permiso de conducir

Quien desee permanecer en Alemania una vez caducado su permiso de residencia, debe hacer convertir su permiso de conducir ucraniano. La autoridad competente en materia de permisos de conducir se encarga de ello. Se recomienda realizar este trámite con tiempo suficiente.

Encontrará más información en la página web de la BMDV: www.bmdv.de.

 Visite www.bmdv.de.

 Más información [aquí](#).

Fahrerlaubnisbehörde | Führerscheinstelle

 [Wiechertstraße 1, 85055 Ingolstadt](#)

 [@fuehrerscheinstelle@ingolstadt.de](mailto:fuehrerscheinstelle@ingolstadt.de)

 [+49 \(0\) 8413051790](tel:+49(0)8413051790)

 <https://www.ingolstadt.de/F%C3%BChrerschein>

Servicios de asesoramiento

Asesoramiento telefónico

Línea directa Ucrania-Baviera

☎ 089/54497199

@kontakt@ukraine-hotline-bayern.de

🕒 De lunes a viernes de 08:00 a 20:00

Línea de atención al ciudadano Ciudad de Ingolstadt

☎ [0841/3051600](tel:08413051600)

✉ melder@ingolstadt.de

🕒 Disponibilidad:

De lunes a viernes: de 08:00 a 12:30

Lunes y martes: 13:30 - 16:00

Jueves: 13:30 - 17:30

Ayuda del Servicio de Crisis Psiquiátrica de Alta Baviera

A veces las personas se sienten muy tristes, enfadadas o preocupadas. Cuando esto ocurre, pueden llamar al Servicio de Crisis Psiquiátricas de Alta Baviera. Allí hay personas amables que escuchan y ayudan.

¿Cómo puede ponerse en contacto con el servicio de crisis?

- Puede llamar [a 08006553000](tel:08006553000).
- La llamada es gratuita.
- Puede llamar todos los días, incluso por la noche. El servicio de crisis está disponible las 24 horas del día.

¿Qué hace el servicio de crisis?

- El personal le escuchará si tiene problemas.
- Le darán consejos sobre cómo afrontar situaciones difíciles.
- Si es necesario, le ayudarán a encontrar más apoyo.

Conversaciones en varios idiomas: El personal habla muchos idiomas. Esto significa que las personas que no hablan muy bien alemán también pueden recibir ayuda.

¿Por qué es importante el servicio de crisis?

A veces ayuda hablar con alguien. El servicio de crisis está ahí para ayudar a las personas que no saben qué hacer.

Centros de asesoramiento sobre inmigración

Los centros de asesoramiento sobre migración de Ingolstadt ofrecen asesoramiento social individual a refugiados y desplazados ucranianos.

Aquí, los afectados reciben información y apoyo sobre sus preguntas y sobre todos los temas relacionados con su situación actual. El asesoramiento corre a cargo de educadores sociales y trabajadores sociales de los centros de asesoramiento sobre migración.

Flüchtlings- und Integrationsberatung | Personen im laufenden Asylverfahren und Bleibeberechtigte bzw. Geduldete

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @beratung-asyl@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550250](tel:+49(0)84130550250)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Fl%C3%BChtlings-und-In...>

Diakonie | Flüchtlings- und Integrationsberatung

📍 [Schrannenstr. 5, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @info@dw-in.de

☎ [+49 \(0\) 841933090](tel:+49(0)841933090)

🌐 <https://dw-in.de/portfolio-items/fluechtlings-und...>

Caritas Ingolstadt | Flüchtlings- und Integrationsberatung

📍 [Jesuitenstraße 1, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @integrationsberatung@caritas-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413090](tel:+49(0)8413090)

🌐 <https://www.caritas-kreisstellen.de/alle-kreisste...>

Jugendmigrationsdienst Ingolstadt | Flüchtlings- und Migrationsberatung Jugendliche

📍 [Permoserstr. 69, 85057 Ingolstadt](#)

☎ [+49 \(0\) 84188563813](tel:+49(0)84188563813)

🌐 <https://www.jugendmigrationsdienste.de/jmd/ingols...>

Café Internacional

¿Qué es el Café Internacional?

☐☐☐☐ Café Internacional es un lugar de encuentro abierto a todas las personas, independientemente de su país, idioma o religión.

☐ La gente lleva reuniéndose allí desde 2016 para pasar tiempo juntos.

☐ El café está organizado conjuntamente por:

- el Teatro Municipal de Ingolstadt ☐,
- la Oficina de Asuntos Sociales de la Ciudad de Ingolstadt ☐,
- la Cantina Internacional ☐,
- y voluntarios ☐♂☐♀.

☐ ¿Cuándo y dónde?

☐ Lugar: [Vestíbulo del taller en el teatro de la ciudad de Ingolstadt](#) ☐

☐ Días: lunes y miércoles

☐ Hora: de 15:00 a 17:30



Durante las vacaciones de verano, Café International tiene lugar en otros lugares y fechas.

Consulta la página web.

Stadttheater Ingolstadt | Café International

📍 [Schloßlande 1, 85049 Ingolstadt](#)

@integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550298](tel:+49084130550298)

🌐 <https://theater.ingolstadt.de/mitmachen-vermittlu...>

☐ ¿Qué ocurre en el café?

En el café puedes:

- ☐ Disfrutar de café, té y pasteles
- ☐ Practicar el alemán hablado
- ☐ Ser creativo (pintura, manualidades, teatro).
- ☐ bailar o hacer música
- ☐ Reír, hablar, hacer amigos
- ☐ Experimentar el arte y la cultura

¿Quién está invitado?

Todo el mundo es bienvenido:

- ☐☐ Personas de origen inmigrante o refugiado.
- ☐ Residentes de Ingolstadt desde hace mucho tiempo
- ☐ Personas que buscan asesoramiento
- ☐☐ Personas que ayudan a aprender alemán
- ☐☐☐ Amigos y familiares

☐ Juntos creamos una comunidad abierta y colorida

☐ ¿Qué es el "Especial Café Internacional"?

Una vez al mes hay una oferta especial - igratis para todos los huéspedes!

Por ejemplo:

- ☐ Excursión al campo
- ☐ Visita guiada por la ciudad
- ☐ Visita a un museo
- ☐ Taller de teatro
- ☐ Fiesta de carnaval

☐ Importante:

- ☐ Todo es gratuito.
- ☐ Todo el mundo es bienvenido.

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

@integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+4984130550298](tel:+4984130550298)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

Actos en los centros de barrio Augustinviertel y Monikaviertel

Eventos en el centro de barrio Augustinviertel

**Stadtteiltreff im Augustinviertel | Sozialer Treffpunkt für alle
Bewohner aus dem Augustin- und Monikaviertel , Sie sind herzlich
willkommen**

📍 [Stollstrasse 2, 85053 IngolstadtIngolstadt](#)

@stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545820](tel:+49(0)84130545820)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Soziales-Wohnen/S...>

Café familiar del centro de apoyo a las familias en colaboración con el centro de barrio Augustinviertel

Cuándo: Todos los miércoles de 15.30 a 17.30 (no durante las vacaciones)

Dónde: Centro de barrio Augustinviertel, [Stollstraße 2](#)

Qué: Un lugar de encuentro para las familias. Los padres y sus hijos pueden reunirse aquí para charlar y pasar tiempo juntos. Hay juegos y oportunidades para conocerse.

Grupo de conversación de alemán para mujeres

Qué es: ¿Habla ya algo de alemán y le gustaría hablar con otras mujeres? Ven al grupo de conversación para mujeres.

Cuándo: los miércoles de 9.30 a 11.00, no hay reunión durante las vacaciones.

Dónde: en el centro de barrio Augustinviertel

Inscripción: Se ruega inscripción previa en la oficina del barrio, ya que el número de participantes es limitado.

Costes: la participación es gratuita

Desayuno intercultural de mujeres

Qué: Desayuno intercultural e intergeneracional de mujeres en el centro de reunión del barrio de Augustinviertel: las asistentes pueden conocerse, intercambiar ideas y disfrutar juntas de un desayuno con comida de distintos países en un ambiente acogedor. Se recogen ideas y temas y se invita a ponentes a los próximos desayunos para que informen sobre ellos.

Cuándo: Martes 29 de abril / 3 de junio / 1 de julio / 23 de septiembre / 28 de octubre / 25 de noviembre / 16 de diciembre

cada uno de 9.30 a 12.00 horas

Dónde: Centro de barrio Augustinviertel

💡 Pásese por aquí, será bienvenido.

💡 Estaremos encantados de recibir pequeños recuerdos culinarios para el desayuno.

Tutoría lingüística

Qué: Los voluntarios practican el alemán con personas que están aprendiéndolo.

Cuándo: Previo acuerdo individual, se celebran reuniones una o dos veces por semana en el centro de barrio Augustinviertel, donde se habla alemán y se practica conjuntamente.



El programa se dirige **exclusivamente** a los residentes de los **barrios Augustin y Monika**.

IN VIA - Ofertas para mujeres - La vida en Baviera

IN VIA Bayern e.V.

Esta asociación apoya a niñas y mujeres mediante programas y proyectos sociales. Los actos están dirigidos a mujeres y niños de todas las nacionalidades.

IN VIA Bayern e.V. | Veranstaltungen für Frauen und Kinder aller Nationalitäten

📍 [Maistraße 5, 80337 München](#)

@info@invia-bayern.de

[+49 \(0\) 89512661911](tel:+49(0)89512661911)

<https://www.invia-bayern.de/angebote/migration-in...>

Los cursos están organizados por el Ministerio de Interior, Deporte e Integración del Estado de Baviera:

- para personas de origen inmigrante con derecho a estancia permanente,
- solicitantes de asilo con buenas perspectivas de estancia
- Personas que estén en posesión de un "Beschäftigungsduldung" según el artículo 60d de la Ley de Residencia.

Realidad de la vida en Baviera

El proyecto "Lebenswirklichkeit in Bayern" es un programa para mujeres y niños de origen inmigrante con derecho a permanecer en Baviera.

El objetivo es reforzar la confianza de las mujeres en sí mismas y sus propias capacidades.

La vida en su nuevo hogar suele ser un reto para las mujeres extranjeras. Por ello, necesitan apoyo y orientación competentes para familiarizarse con la cultura y los valores alemanes.

Las participantes en el proyecto reciben apoyo en sus esfuerzos de integración mediante actividades prácticas y cotidianas. Aprenden a organizar activamente su vida cotidiana y a participar en la vida social. Se reconocen, valoran y fomentan su cultura y sus recursos existentes.

Encontrará toda la información aquí  [IN VIA BAYERN E.V. - Lebenswirklichkeit in Bayern](#)

La vida en Baviera

El objetivo del curso es proporcionar a los participantes ayuda práctica para su vida en Baviera y familiarizarles con nuestro modo de vida.

- ¿Cómo funciona la vida cotidiana en Baviera?
- ¿Cómo queremos convivir?
- ¿Cuáles son los valores subyacentes?
- ¿Qué es importante para nuestra convivencia pacífica?

Asesoramiento y apoyo

Brújula social de Ingolstadt: guía de ayudas, asistencia y servicios

Brújula social de Ingolstadt

La guía para una Ingolstadt habitable

"Ingolstadt, una ciudad en la que merece la pena vivir" es el lema bajo el que hemos elaborado esta guía. Contiene mucha información importante. Para gente con poco dinero. O personas que viven en situaciones difíciles.

En esta guía le mostramos cómo puede ahorrar dinero en Ingolstadt. Le damos consejos y también le informamos sobre prestaciones y ayudas legales. Es posible que tenga derecho a ellas.

También le presentamos diversos servicios de asesoramiento. Estos servicios le ayudarán con los problemas de dinero. También le ayudan con los problemas sociales. Le apoyan en los momentos difíciles.

💡 Eche un vistazo: ¡vale la pena!

💡 Más información: en la página web de la ciudad de Ingolstadt, en el apartado "[Brújula social de Ingolstadt](#)".



¿Qué es un centro de asesoramiento?

Puedes acudir a un centro de asesoramiento si tienes dudas o problemas. Allí recibirá apoyo y asesoramiento profesional de personal cualificado.

El asesoramiento es gratuito. El personal está obligado a mantener la confidencialidad. Esto significa que no pueden transmitir ninguna información si usted no lo desea. El asesoramiento también suele ser anónimo. Esto significa que no tiene que dar su nombre.

Puede preguntar si el personal habla otro idioma que no sea alemán o inglés. También puede llevar a  [un ayudante lingüístico o un mediador lingüístico](#).

En algunos centros de asesoramiento, debe concertar una cita para una consulta. Puede hacerlo con antelación por teléfono.

Si no encuentra inmediatamente el centro de asesoramiento adecuado, pregunte. Los centros de asesoramiento suelen conocerse y pueden indicarle la dirección correcta.

Puede encontrar centros de asesoramiento sanitario en  [aquí](#).

Centros especiales de asesoramiento para inmigrantes

Bienvenido a Ingolstadt

¿Es usted nuevo en Ingolstadt?

¿Busca ayuda u orientación?

¿Tiene preguntas sobre la solicitud de asilo o la vida en la ciudad?

Entonces el servicio de **asesoramiento para refugiados e integración** puede ayudarle.

¿Qué ofrece el servicio de asesoramiento?

Puede acudir a él:

- Información sobre ofertas y proyectos en Ingolstadt,
- Apoyo para empezar en su nuevo entorno,
- Asesoramiento en varios idiomas (en algunos lugares).

¿Quién puede acudir al servicio de asesoramiento?

El asesoramiento es para:

- todos los nuevos inmigrantes,
- incluidos los ciudadanos de la UE.

El servicio de asesoramiento está dirigido principalmente a

- Solicitantes de asilo,
- refugiados reconocidos,
- personas con estancia tolerada.

¿Por qué es importante el asesoramiento?

Una nueva vida en Alemania conlleva muchos cambios:

- un nuevo idioma
- una nueva cultura,
- una nueva escuela o trabajo,
- mucha gente nueva.

Esto suele ser difícil, sobre todo al principio.
Pero **no estás solo**.

¿Quién más puede ayudarte?

Hay muchos lugares en Ingolstadt que te apoyarán.
Allí puedes obtener ayuda para tu comienzo y tu vida en la ciudad.

¿Qué hace el servicio de asesoramiento sobre refugiados e integración?

¿Qué hace el servicio de asesoramiento?

El servicio de asesoramiento sobre refugiados e integración ayuda con

- Preguntas y problemas relacionados con el procedimiento de asilo,
- Preguntas y problemas en el marco de la integración tras un procedimiento de asilo positivo,
- Inmigración a Alemania.

El servicio de asesoramiento también le ayudará con las solicitudes.

El asesoramiento personal sólo es posible con cita previa. En la página siguiente encontrará a la persona de contacto adecuada. Allí encontrará también los datos de contacto.

💡 ¿Busca un centro de asesoramiento? 🗺 Con la ayuda de [BAMF-NAVi](#) puede encontrar en un mapa todos los centros de asesoramiento de Baviera.

💡 El **asesoramiento es gratuito**.

¿Sobre qué cuestiones y temas asesora el servicio de asesoramiento sobre refugiados e integración?

Puede preguntar en los centros de asesoramiento sobre diversos temas, por ejemplo

- ¿Cómo funciona el procedimiento de asilo?
- ¿Qué es importante en la entrevista?
- ¿Qué significa el estatuto de residencia?
- ¿Qué curso de idiomas puedo hacer?
- ¿Quién puede ayudarme con los problemas?
- ¿Dónde puedo solicitar ayuda financiera?
- ¿Cómo se rellenan los formularios?
- Me gustaría quedarme en Ingolstadt. ¿Qué puedo hacer?
- Busco trabajo. ¿Quién puede ayudarme?
- Quiero volver a mi país de origen. ¿Qué tengo que hacer?
- y mucho más...

¿Tiene una pregunta muy concreta? Los asesores le ayudarán a encontrar el centro de asesoramiento adecuado (por ejemplo, servicios psicológicos, especialistas médicos).

💡 **Importante:** no se trata de asesoramiento jurídico como el de un abogado!

Centros de asesoramiento en Ingolstadt

El asesoramiento tiene lugar en distintos lugares. Los asesores ofrecen horas de consulta en los alojamientos para refugiados (hogares de transición). También puede encontrar el servicio en los centros de asesoramiento general.

Asesoramiento sobre refugiados e integración en ANKER

Asesoramiento sobre el procedimiento de asilo:

¿Necesita información sobre el procedimiento de asilo? ¿Quiere conocer sus derechos y obligaciones en el procedimiento de asilo?

Los asesores le prepararán para la entrevista. Le explicarán qué documentos pueden ser importantes.

Le explicarán la decisión de asilo. Le explicarán qué puede hacer después.

Le ayudarán con la reagrupación familiar. Responden a preguntas sobre el derecho de residencia.

Le asesorarán sobre los recursos contra la decisión de asilo. Le informarán sobre una posible solicitud de asilo posterior.

El asesoramiento es gratuito e independiente de las autoridades.

Asylverfahrensberatung PAF | Max-Immelmann-Kaserne (MIK)

 [Ambergerweg 3, 85276 Pfaffenhofen an der Ilm](#)

 @Ankereinrichtung-Manching@caritasmuenchen.org

 <https://www.caritas-asylsozialberatung-pfaffenhof...>

Asylverfahrensberatung PAF | NBS (Neuburger Straße)

 [Ambergerweg 3, 85276 Pfaffenhofen an der Ilm](#)

 @Anker-NBS@caritasmuenchen.org

 [+4984418083850](tel:+4984418083850)

 <https://www.caritas-asylsozialberatung-pfaffenhof...>

Münchener Flüchtlingsbus | Beratung im Asylverfahren

 [Dachauerstr. 17, 80335 München](#)

 @info@mfr.ngo

 [+498912390096](tel:+498912390096)

 <https://muenchner-fluechtlingsrat.de/der-verein/p...>

 Consulte el tablón de anuncios de los centros de acogida.

Asesoramiento sobre migración para inmigrantes adultos (mayores de 27 años)

¿Ha llegado a Alemania y tiene más de 27 años? El Servicio de Asesoramiento sobre Migración (MBE) le ayudará desde el primer día. El asesoramiento es gratuito y confidencial. Recibirá apoyo en muchos ámbitos:

- Vivienda: ¿Cómo encuentro piso? ¿Cuánto cuesta?
- Dinero: ¿Dónde puedo obtener ayuda si no tengo trabajo? ¿Dónde puedo solicitar el subsidio familiar?
- Aprender alemán: ¿Dónde y cómo puedo aprender alemán?
- Trabajo: ¿Cómo se reconocerá mi titulación? ¿Cómo encuentro trabajo?
- Salud: ¿Cómo puedo asegurarme? ¿Cómo encuentro un médico?
- Familia: ¿Quién me ayudará durante el embarazo? ¿Quién puede ayudarme con los problemas familiares?
- Autoridades: ¿Qué hago si recibo una carta de la oficina de inmigración?
- ¿Puedo prorrogar mi permiso de residencia?

Si está autorizado a permanecer en Alemania, tiene permiso de libre circulación o derecho de estancia, puede obtener ayuda.

El asesoramiento está dirigido a las personas que acaban de llegar a Alemania. Está disponible sobre todo en los tres primeros años tras la llegada.

Tiene que estar autorizado a vivir en Alemania. Para ello necesita un permiso de residencia. El asesoramiento es gratuito. Recibirá ayuda, apoyo, información y aclaraciones sobre diversos temas:

- Apoyo para tratar con las oficinas públicas y las autoridades
- Asesoramiento sobre cuestiones de migración y su situación de residencia
- Información sobre seguridad financiera
- Ayuda para rellenar solicitudes
- Cursos de integración, por ejemplo, de alemán
- Asesoramiento sobre el reconocimiento de títulos extranjeros e información inicial al respecto
- Información sobre el sistema educativo y la seguridad social en Alemania
- Asesoramiento sobre la escuela, la formación y el empleo
- Ayuda con la inmigración de hijos, cónyuges y otros familiares

 ¿Tienes entre 12 y 27 años? Entonces hay un servicio de asesoramiento especial para ti: los [servicios de migración juvenil](#).

 Los solicitantes de asilo y los refugiados reconocidos pueden dirigirse a la Oficina de Asuntos Sociales. Ofrecen asesoramiento para refugiados e integración. Los solicitantes de asilo en trámite y los alojados de forma descentralizada en Ingolstadt, así como los refugiados tras su reconocimiento, pueden inscribirse aquí.

Oficina de Asuntos Sociales Asesoramiento para refugiados e integración

 [Hohe-Schul-Straße 3](#)

85049 Ingolstadt

 [0841/305-50293](tel:0841/305-50293) / [-50295](tel:0841/305-50295) / [-50297](tel:0841/305-50297)

 @beratung-asyl@ingolstadt.de

 Citas concertadas

 Los siguientes centros asesoran a diversos colectivos:

- Ciudadanos de la Unión Europea (UE)
- Repatriados tardíos (personas con raíces alemanas que regresan a Alemania)
- Inmigrantes de fuera de la UE
- Refugiados reconocidos
- con sus hijos y familiares

Todas estas personas pueden recibir ayuda aquí.

Desde su primer día en Alemania reciben asesoramiento sobre los siguientes temas

- Vivienda
- Finanzas y dinero
- Aprendizaje del alemán
- Escuela y trabajo
- Salud, familia y educación
- Matrimonio, familia y educación
- Autoridades, residencia en Alemania

Trabajo diaconal Asesoramiento sobre refugiados e integración

Schrannenstraße 5

85049 Ingolstadt

 [0841/93309-16](tel:0841/93309-16)

Fax: [0841/93309-43](tel:0841/93309-43)

 @Integrationsberatung-Diakonie@dw-in.de

 Citas concertadas

Centro de distrito de Cáritas Asesoramiento sobre refugiados e integración Asesoramiento sobre migración para adultos

 [Jesuitenstraße 1](#)

85049 Ingolstadt

 [0841/309-134](tel:0841/309-134) / [-135/](tel:0841/309-135) [-136/](tel:0841/309-136) [-138/](tel:0841/309-138) [-139/](tel:0841/309-139) [-145](tel:0841/309-145)

 @migration@caritas-ingolstadt.de

 De lunes a viernes: de 09.00 a 11.00 y de 14.00 a 16.00 horas.

💡 Cita previa.

MBE - Asesoramiento sobre migración para inmigrantes adultos

Asesoramiento sobre migración para inmigrantes adultos (MBE)
independiente - gratuito - confidencial - también en línea

MBE es un servicio para inmigrantes mayores de 27 años y sus hijos.

El MBE ofrece apoyo en los siguientes temas desde el primer día en Alemania:

- Vivienda
- Finanzas y dinero
- Aprender alemán
- Escuela y trabajo
- Salud, familia y educación
- Matrimonio, familia y educación
- Autoridades, residencia en Alemania

Asesoramiento sobre migración para inmigrantes adultos

Asesoramiento sobre migración para jóvenes

Servicios de Migración Juvenil (JMD) Ayuda a los jóvenes

Los Servicios de Migración Juvenil (JMD) ayudan a los jóvenes de entre 12 y 27 años que han emigrado a Alemania. El objetivo del JMD es facilitar el establecimiento de los jóvenes en Alemania. Reciben apoyo en muchos ámbitos. El asesoramiento es gratuito y sencillo.

Lo que podemos hacer por ti

- Te explicamos cómo funciona la vida, el trabajo y la vida en Alemania.
- Te ayudamos a encontrar la escuela o el programa de formación adecuados.
- Le apoyamos si desea que se le reconozca un título.
- Respondemos a preguntas sobre dinero y leyes.
- Le ayudamos con sus asuntos personales.
- Le enseñamos actividades de ocio.
- Le acompañamos a citas, por ejemplo, en oficinas públicas.

Oficina de asistencia social - ayuda a los refugiados

La Oficina de Asistencia Social de Ingolstadt ayuda a las personas que han huido a Alemania. Esto incluye también a los solicitantes de asilo. El objetivo es facilitarles la adaptación a la vida cotidiana. La oficina también ayuda en cuestiones jurídicas.

Cómo llegar:

📍 [Hohe-Schul-Straße 3](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841/305-50293](tel:084130550293), [0841/305-50295](tel:084130550295), [0841/305-50297](tel:084130550297)

@ beratung-asyl@ingolstadt.de

🌐 www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/

💡 Las visitas sólo son posibles con cita previa.

EJSA - Ingolstadt e.V. Oportunidades para los jóvenes

El Centro Protestante de Trabajo Social Juvenil (EJSA) ofrece muchos servicios para jóvenes. El objetivo es ofrecer a los jóvenes nuevas oportunidades y fomentar sus aptitudes.

Lo que ofrecemos

- Asesoramiento para refugiados
- Ayuda del servicio de migración juvenil (para jóvenes de 12 a 27 años)
- Proyectos en pequeños grupos (JMD en el barrio)
- Ayuda para adultos

Contacto:

[Permoserstraße 69](#)

85057 Ingolstadt



[0841/885638-0](tel:0841/885638-0)

@info@ejsa-ingolstadt.de o info @jmd-in.de

💡 Encontrará más información en la página de [JMD Ingolstadt](#).

💡 Se pueden concertar citas por teléfono.

Menores refugiados no acompañados

Oficina de Juventud y Familia - Youth Welfare Office

¿Es un refugiado menor de 18 años? ¿Ha viajado a Alemania sin acompañante? Entonces se le clasifica como menor extranjero no acompañado = umA. Estos jóvenes son denunciados a la Oficina de Protección de Menores. La Oficina de Protección de Menores habla con el joven y determina su edad.

- La persona tiene menos de 18 años. Entonces se trata de un menor. La Oficina de Protección de Menores se hace cargo de esta persona. La oficina lleva a la persona a un centro juvenil.
- La persona tiene más de 18 años. Es mayor de edad. Recibe una notificación de rechazo. Alternativamente, se les trata como a un adulto.

💡 La Oficina de Protección de Menores lleva un intérprete a la entrevista.

💡 ¿Todavía no tienes 18 años en la prueba de llegada? ¿La Oficina de Protección de Menores le notifica la denegación? Entonces, la Oficina de Asistencia Juvenil debe introducir una nueva fecha de nacimiento en la notificación. Sólo entonces podrás cambiar tus documentos en la Oficina de Inmigración y en la Oficina de Asistencia Social.

Algunos menores (personas de menos de 18 años) viajan **con familiares**. Puede tratarse de un tío o una tía. Pueden ser primos o hermanos mayores. Su proveedor de alojamiento informará de ello a la Oficina de Bienestar Juvenil después de su llegada. La Oficina de Protección de Menores hablará con el menor y los familiares adultos. La Oficina de Protección de Menores comprobará si el menor puede quedarse allí. La Oficina de Protección de Menores también decidirá si debe nombrarse un tutor. La propia oficina de asistencia a la juventud lleva un intérprete a la entrevista.

💡 Los familiares adultos también pueden solicitar ellos mismos la tutela al [tribunal de familia](#). La tutela otorga al familiar la plena responsabilidad sobre el menor en lugar de los padres.

Oficina de Juventud y Familia - Servicios Sociales Generales (ASD)

Ayuntamiento de Asuntos Sociales

[Adolf-Kolping-Straße 10](#)

85049 Ingolstadt

☎ 0841 305-45717



0841 305-45719

@s [ozialed](#) ienste@ingolstadt.de

Lunes, martes: 08:00 - 12:30 13:30 - 16:00

Mier. a convenir

Jue. 08:00 - 12:30 13:30 - 17:30

Vie. 08:00 - 12:30

💡🕒 A pesar del horario de oficina indicado, es aconsejable concertar [una](#) cita en .

MiMi - Con los emigrantes para los emigrantes (MiMi-Bayern)

¿Vive en Ingolstadt y procede de otro país?

¿Le gustaría aprender algo sobre el sistema sanitario alemán?

MiMi-Bayern le ofrece:

- Formación gratuita como "piloto sanitario" (unas 50 horas).
- Los inmigrantes dan a otros inmigrantes información sobre salud y enfermedad.

El programa está disponible en varios idiomas.

Red de Asuntos Laborales y Sociales NefAS e. V.

[Permoserstrasse 69](#)

85057 Ingolstadt

@l [inda-ga](#) sem@web.de

☎ [0163/3306982](#)

🌐 [Con emigrantes para emigrantes \(MiMi\) - Salud intercultural en Baviera](#)

MiMi-Baviera es un proyecto del Centro Etnomédico e.V.

Está financiado por el Ministerio de Sanidad y Asistencia del Estado de Baviera y MSD SHARP & DOHME GMBH.

Ayuda en caso de problemas de vivienda, ayuda en caso de desamparo inminente, ayuda a las personas sin hogar

Problemas de vivienda: es hora de actuar

Si tienes problemas con el casero o no puedes pagar el alquiler o los gastos de comunidad, puedes acabar endeudado o desahuciado y, en última instancia, quedarte sin hogar. No espere a que sea demasiado tarde. Busque ayuda rápidamente mientras tenga la oportunidad de cambiar las cosas. Hay varias opciones de asesoramiento y apoyo.

💡 Aquí puede encontrar el [folleto "Conserve su piso"](#).

Definición de términos

👤 ¿No tienes alojamiento? ¿Tienes o vas a tener que pasar la noche en la calle? Entonces eres una **persona sin hogar** y se te debe proporcionar alojamiento. Este alojamiento debe cumplir los requisitos de un alojamiento humano. Debe respetarse el derecho fundamental a la integridad física.

👤 Una persona **no tiene hogar** si no tiene un contrato de alquiler seguro o una vivienda adecuada. O que sólo está alojada institucionalmente.

👤 Cualquier persona que corra el riesgo de perder su vivienda debido a una notificación del propietario para que abandone la vivienda o a una acción de desahucio corre **el riesgo de quedarse sin hogar**.

Ayuda de las autoridades locales

Las autoridades locales pueden ofrecerle diversas formas de ayuda:

- Si corre el riesgo de perder su vivienda
- y no puede encontrar un nuevo alojamiento por sí mismo,
- o se ha quedado sin hogar debido a un suceso repentino.

📄 [Conserve su piso.PDF](#)

¿Qué tengo que hacer?

Las personas que vivan o residan en el área de Ingolstadt y que se vean amenazadas por quedarse sin hogar

- deben ponerse en contacto lo antes posible con el centro especializado para la prevención del sinhogarismo de la ciudad de Ingolstadt
- deben hacer todo lo posible para conservar su vivienda actual o encontrar una nueva
- debe ponerse en contacto con la oficina de vivienda de la ciudad de Ingolstadt para solicitar [un certificado de derecho a la vivienda](#) y/o [un subsidio de vivienda](#).

Ciudad de Ingolstadt - Centro especializado para la prevención del sinhogarismo y las personas sin hogar

 [Auf der Schanz 39](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 84130550205](tel:+49084130550205) , [+49 \(0\) 84130550206](tel:+49084130550206) , [+49 \(0\) 84130550207](tel:+49084130550207)

 [bdachlo](mailto:senhilfe@ingolstadt.de) senhilfe@ingolstadt.de

 www.ingolstadt.de/wohnungslosigkeit

- ¿Acaba de perder su piso?
- ¿Tienes problemas con el casero?
- ¿Debes alquiler o facturas de la luz o has recibido un aviso de desahucio del juzgado (carta amarilla)?
- ¿Llevas mucho tiempo sin hogar y necesitas un lugar donde dormir?

 Póngase en contacto con el centro especializado de la ciudad de Ingolstadt para la prevención del sinhogarismo.

El centro especializado le ayudará a aclarar los problemas de su vivienda. Si actualmente no tiene hogar, la ciudad de Ingolstadt le proporcionará un lugar donde dormir.

 **Importante: El centro especializado no se encarga de la búsqueda de vivienda.**

 Puede acudir a estas horas de consulta sin pedir cita previa:

Lunes 08:00 - 09:00, 14:00 - 15:00

Martes 08:00 - 09:00, 14:00 - 15:00

Miércoles 08:00 a.m. - 09:00 a.m.

Jueves 08:00 - 09:00 h, 14:00 - 15:00 h

Viernes 08:00 - 09:00, 11:00 - 12:00

 Traiga un documento de identidad válido y todos los documentos relativos a su situación actual en materia de vivienda.

 También puede concertar una cita de consulta aparte fuera del horario de oficina.

 Si no habla alemán o inglés, traiga un traductor.

Personas de contacto importantes

Asociación de inquilinos de Ingolstadt y alrededores

 [Mauthstraße 2](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 84117744](tel:+49084117744)



[+49 \(0\) 84117734](tel:+493084117734)

@ nfo@mie terverein-ingolstadt.de

 www.mieterverein-ingolstadt.de

Aquí debes ser o hacerte socio y pagar una cuota.

¿Quién puede afiliarse?

Cualquier inquilino puede afiliarse. Se considera inquilino a toda persona que haya celebrado o firmado un contrato de arrendamiento. Sólo puede afiliarse una persona. Puede consultar las cuotas de afiliación en la página de inicio.

¿Cómo hacerse miembro?

La forma más sencilla es afiliarse en línea. O puede venir a nuestra oficina de Mauthstraße 2 en horario de oficina y rellenar el formulario de solicitud de afiliación.

¿Qué obtengo a cambio?

Nuestros experimentados asesores jurídicos y abogados le asesorarán gratuitamente en todas las cuestiones relacionadas con el derecho de arrendamiento:

- Declaraciones de gastos de explotación
- Defectos de la vivienda
- Aumento del alquiler
- Contrato de arrendamiento
- Cancelación del arrendador
- Fianza de alquiler
- Reparaciones cosméticas
- Boletín informativo para inquilinos: también puede recibir el boletín informativo para inquilinos como edición en línea o en papel tradicional.
- Seguro de defensa jurídica para inquilinos: un seguro de defensa jurídica sólido le ayudará si tiene que acudir a los tribunales.
- Información y relaciones públicas: Hacemos presentaciones. Influimos en la política a través de nuestra asociación estatal y federal.

También existen posibilidades de apoyo adicional:

Ambulancia de calle San Francisco

 [Moritzstr. 2](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8411428784](tel:+49308411428784)

@ ruder-m artin-ambulanz@web.de

 www.stra ssenambulanz-ingolstadt.de

 Horario de apertura:

Lunes a viernes 09.00 - 17.00

En el ambulatorio de la calle pueden comer barato, ducharse y lavar la ropa. Reciben atención médica y de enfermería y reciben apoyo en muchos ámbitos.

Villa Johannes - Centro de distrito de Cáritas Ingolstadt

 [Calle Gaimersheimer 15 ½](#)

85057 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 841309177](tel:+49(0)841309177)



[+49 \(0\) 841309179](tel:+49(0)841309179)

@v illa-johannes@caritas-ingolstadt.de

 [http://w www.villa-johannes.de](http://www.villa-johannes.de)

 Horario de apertura y consulta

Lunes 08:00 - 16:00

Martes 08:00 - 16:00

Miércoles 08:00 - 16:00

Jueves 08:00 - 16:00

Viernes 08:00 - 13:30

Villa Johannes es un centro de día para personas con problemas de adicción. El centro ofrece desayuno y comida a bajo coste, actividades y ayuda práctica, como el uso de lavadoras. También recibirá asesoramiento y apoyo sobre todos los aspectos de la adicción.

Café NeuHaus - SkF Ingolstadt e.V.

 [Schrannenstr. 1a](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 841937550](tel:+49(0)841937550)

@c afe.neu@skf-ingolstadt.de

 www.skf-ingolstadt.de/cafe-neuhaus

 Horario de apertura

Lunes, de 9.00 a 11.30 y de 13.00 a 17.00 h.

Martes 09.00 h - 11.30 h, 13.00 h - 17.00 h

Miércoles 09.00 h - 11.30 h, 13.00 h - 17.00 h

Jueves 09.00 h - 11.30 h, 13.00 h - 17.00 h

Viernes 09:00 - 11:30, 13:00 - 17:00

El Café NeuHaus ofrece un lugar seguro a todas las mujeres que están a punto de perder su hogar o que son personas sin hogar y viven en la calle.

Aquí encontrarán asesoramiento, intercambio, paz y apoyo. De mujeres para mujeres.

No sólo puedes tomar café y comer tarta, sino también hacer la colada, recibir correo o recibir asesoramiento. El personal del café también puede ayudarte con asuntos administrativos.

[Folleto del café de mujeres](#)

Misión de la estación principal de Ingolstadt

 [Calle de la estación 8](#)

Estación central / Andén 1
85051 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 841309500](tel:+490841309500)



[+49 \(0\) 841309509](tel:+490841309509)

 mission@caritas-ingolstadt.de

 www.bahnhofsmission.de

 Horario de apertura:

Lunes, de 9.00 a 17.00 h.

Martes, de 9.00 a 17.00 h.

Miércoles 09.00 - 17.00

Jueves 09.00 - 17.00

Viernes 09.00 - 17.00

Sábados y domingos **cerrado**.

Cerrado los días festivos y los días 24 y 31 de diciembre.

La misión de la estación le ayuda si

- está agotado.
- tienes hambre o sed.
- está herido, enfermo o débil.
- algo te preocupa y buscas apoyo o consejo.
- necesitas un momento de reflexión, contigo mismo o con tu fe.
- no encuentras un lugar donde cambiarte o amamantar a tu hijo.
- has estropeado tu ropa debido a un percance.
- necesitas hacer urgentemente una llamada telefónica.
- no tienes dónde dormir.
- te han robado.

 La misión de la estación también ofrece asistencia de viaje en rutas regionales dentro de Baviera.

Centros de asesoramiento sobre deuda privada e insolvencia privada - Cuenta de protección de embargo

Ayuda con las deudas: Asesoramiento sobre deudas e insolvencia

El asesoramiento sobre deudas e insolvencia ayuda a las personas que tienen deudas. Proporciona consejos y apoyo.

Nuestros servicios:

- **Comprobación de sus deudas:** Analizamos su situación financiera.
- **Asegurar las necesidades básicas:** Le ayudamos a asegurarse de que tiene dinero suficiente para lo esencial.
- **Elaborar un plan presupuestario:** Planificamos juntos tus ingresos y gastos.
- **Hablar con los acreedores:** Negociamos para encontrar soluciones.
- **Cuenta de protección de embargos (cuenta P):** Emitimos un certificado para que su cuenta esté protegida.

💡 Nuestro asesoramiento es gratuito. Si tiene alguna duda, póngase en contacto con nosotros.

Caritas Ingolstadt | Schuldner- und Insolvenzberatung

📍 [Jesuitenstraße 1, 85049 Ingolstadt](#)

@ schuldnerberatung@caritas-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413090](tel:+4908413090)

🌐 <https://www.caritas-kreisstellen.de/alle-kreisste...>

Diakonie Ingolstadt | Schuldner- und Insolvenzberatung

📍 [Schrannenstr. 5, 85049 Ingolstadt](#)

@ schuldnerberatung@dw-in.de

☎ [+49 \(0\) 8419330920](tel:+4908419330920)

🌐 <https://dw-in.de/portfolio-items/schuldnerberatun...>

Reconocimiento de títulos extranjeros

Los certificados y su importancia en Alemania

Los certificados son importantes en Alemania. Demuestran lo que una persona ha aprendido en la escuela, la universidad o el trabajo. Una referencia del empleador describe el rendimiento en el trabajo.

Un certificado demuestra los conocimientos y aptitudes de una persona. Esto ayuda a la hora de buscar trabajo. También se necesita un certificado para ser admitido en una escuela o universidad.

Si tiene certificados del extranjero, puede hacer que se los reconozcan. Una autoridad comprobará qué cualificaciones confirma el certificado. Así podrá clasificar correctamente sus

logros.

Si le faltan certificados, hay alternativas. Puedes demostrar tu experiencia profesional y tus competencias mediante exámenes

Reconocimiento de títulos escolares extranjeros

Quien haya obtenido un título escolar fuera de Baviera debe dirigirse a la Oficina Estatal de Escuelas de Baviera. Este organismo comprueba si el título equivale a un bachillerato alemán. El examen es gratuito.

Bayerisches Landesamt für Schule | Bewertung von allgemeinbildenden Schulabschlüssen aus dem Ausland, Prüfung der Gleichwertigkeit von bestimmten ausländischen Berufsabschlüssen

📍 [Stuttgarter Str. 1, 91710 Gunzenhausen](#)

✉ @zast@las.bayern.de

☎ [+49 \(0\) 98315166444](tel:+49(0)98315166444)

🌐 <https://www.las.bayern.de/zeugnisanerkennung/zeug...>

Reconocimiento de títulos profesionales extranjeros

Quien haya obtenido un título profesional o académico en el extranjero puede obtener ayuda. El bfz (Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen Wirtschaft) ayuda en el reconocimiento.

El bfz ofrece

- Asesoramiento sobre el reconocimiento
- Ayuda con la solicitud
- Ayuda con los costes
- Asistencia en la evaluación de la decisión
- Información sobre formación continua

Berufliches Fortbildungszentrum der Bayerischen Wirtschaft (bfz) | Berufliche Aus- und Weiterbildungen, Unterstützung bei der Vermittlung in Job oder Ausbildung und bei der Integration ins Berufsleben

📍 [Viehmarktplatz 9, 85055 Ingolstadt](#)

✉ @info-in@bfz.de

☎ [+49 \(0\) 84198150](tel:+49(0)84198150)

🌐 <https://www.bfz.de/>

Cualificaciones profesionales: Información importante

La Oficina Estatal de Escuelas de Baviera también examina las cualificaciones profesionales del extranjero. Este examen cuesta dinero. No obstante, puede solicitar una subvención. Encontrarás más información aquí:

□ www.anerkennungszuschuss.de



Tres grandes sitios web ofrecen información sobre el reconocimiento de títulos extranjeros: "Anabin" evalúa certificados educativos del extranjero. Autoridades, empresarios y particulares utilizan estos datos.

"Reconocimiento en Alemania" ayuda a los trabajadores cualificados con cualificaciones profesionales extranjeras. Pueden averiguar si necesitan un reconocimiento oficial.

El "BQ-Portal" está dirigido a cámaras y empresas. Ayuda a evaluar correctamente las cualificaciones profesionales extranjeras.

Lucha contra la discriminación, asesoramiento a las víctimas

B.U.D. - Asesoramiento. Apoyo. Documentación para víctimas de la violencia de extrema derecha

¿Qué es el B.U.D.?

B.U.D. es un servicio de asesoramiento en toda Baviera para los afectados por la violencia de extrema derecha, racista y antisemita.

B.U.D. ayuda a las personas que han sido insultadas, amenazadas o atacadas por extremistas de derechas o racistas, o que han sido testigos de un ataque.

Pueden hablar de sus miedos y de su situación emocional.

¿Cómo ayuda el B.U.D.?

La B.U.D. le explica el desarrollo de un procedimiento de investigación.

Te acompañamos a la policía y al juzgado si lo deseas.

También te ayudamos a encontrar un abogado o un terapeuta.

El asesoramiento es gratuito y confidencial.

Nos desplazamos a su domicilio.

También podemos organizar intérpretes.

B.U.D. es independiente de las autoridades estatales. Usted decide cómo puede ayudarle B.U.D.

Datos de contacto:

B.U.D. - Asesoramiento. Apoyo. Documentación para víctimas de la violencia de extrema derecha

@

info@bud-bayern.de

 [+49 \(0\) 15121653187](tel:+49(0)15121653187)



www.bud-bayern.de

Centro contra la discriminación de la ciudad de Ingolstadt

Oficina de lucha contra la discriminación de la ciudad de Ingolstadt

[Rathausplatz 4](#)

85049 Ingolstadt

 [0841/305-1165](tel:08413051165)

@a ntidisk.riminierungsstelle@ingolstadt.de

www.ingolstadt.de/Antidiskriminierungsstelle

 Por favor, comprenda que es necesario concertar una cita para una sesión de asesoramiento.

También le rogamos que comprenda que somos responsables de Ingolstadt.

 Para consultas desde otras localidades, diríjase a la [Agencia Federal contra la Discriminación](#):

¿Qué significa discriminación?

Discriminación = alguien recibe un trato menos favorable debido, por ejemplo, a su color de piel, su origen o su religión.

Antidiscriminación = nadie puede recibir un trato menos favorable debido a su color de piel, origen o religión, por ejemplo.

¿A quién se dirige el Centro Antidiscriminación de Ingolstadt?

Se siente discriminado por otros (= tratado de forma menos favorable).

Es tratado injustamente por otros, por ejemplo, debido a su origen.

¿Qué hace la Oficina Antidiscriminación?

Ofrece asesoramiento.

Ofrece apoyo.

Le remite a otros centros de contacto.

Actúa de conformidad con la Ley General de Igualdad de Trato(**AGG**).

La AGG prohíbe la discriminación por seis motivos:

1. no debe ser discriminado por el color de su piel, su lengua o su origen.
2. no debe ser maltratado por razón de sexo.
3. no debe ser discriminado por su religión.

4. no debes ser discriminado por ser discapacitado.
5. no debe ser discriminado por ser "demasiado joven" o "demasiado viejo".
6. no debe ser discriminado por ser, por ejemplo, homosexual, bisexual o transexual.

Experiencias de discriminación

En Alemania está prohibido tratar a las personas de forma desigual por determinadas características. Pero sigue estando muy extendido. Ya sea a la hora de buscar alojamiento, en el trabajo, en las administraciones, las escuelas, las consultas médicas, en el tiempo libre o con la policía. La discriminación puede darse en todos los ámbitos de la vida.

Sin embargo, no tiene por qué limitarse a aceptar la discriminación. Tiene derecho a defenderse contra ella.

Todas las personas en Alemania tienen este derecho. Independientemente de su origen o estatus de residencia. Está consagrado en la Ley Fundamental alemana como uno de los derechos humanos. Puede emprender acciones legales contra la discriminación.

¿He sido discriminado?

A veces no sabe exactamente si ha sido discriminado. No está seguro porque otras personas no ven ningún problema en una acción o no creen que la discriminación sea mala. Aquí es donde el asesoramiento puede ayudarle. El personal del centro de asesoramiento se tomará en serio su experiencia. Pueden decirle si su experiencia también se considera legalmente discriminación y qué opciones legales tiene ahora. Pero incluso si su experiencia no se considera legalmente discriminación, el centro de asesoramiento puede ayudarle. El personal puede ayudarle a aceptar lo que ha vivido y a desarrollar estrategias para el futuro.

Los centros de asesoramiento contra la discriminación

- ayudan a todas las personas que han sufrido discriminación y desean recibir asesoramiento.

 [Centro Federal de Lucha contra la Discriminación](#)

El personal habla alemán. El asesoramiento es gratuito y anónimo si se desea.

 [+49 \(0\) +49 \(0\) 185551855](tel:+49(0)185551855)

Puede ponerse en contacto con el centro de asesoramiento

Lunes de 13.00 a 15.00 horas

Miércoles 09:00 - 12:00

Viernes, de 9.00 a 12.00

 También puede pedir ayuda al [Centro de Lucha contra la Discriminación de la ciudad de Ingolstadt](#).

 También puede dirigirse a un [servicio de asesoramiento sobre migración para adultos](#) o al [servicio de migración juvenil](#). El personal suele hablar varios idiomas y puede ayudarle con todos los problemas relacionados con la vida en Alemania.

¿Qué hago si he sido discriminado por la policía?

También puede sufrir discriminación a manos de la policía. Una experiencia que tienen muchas personas en Alemania, por ejemplo, es la llamada discriminación por perfil racial. Cuando la policía para, interroga, registra o incluso detiene a una persona simplemente porque parece sospechosa por el color de su piel o características similares, se habla de "perfil racial". Pero también pueden producirse insultos, abusos o agresiones discriminatorias. Las víctimas de brutalidad o violencia policial pueden denunciar a los agentes de policía.

Los agentes de policía no están por encima de la ley. Lo que pueden y no pueden hacer está regulado en el Código Penal, la Ley de Enjuiciamiento Criminal y la legislación policial. Puede obtener más información [aquí](#).

Importante: Tiene derecho a pedir el carné de identidad del policía y a anotar sus datos. Esto es importante si quiere presentar una denuncia penal más adelante. También es útil pedir a los transeúntes que observen la situación. Así también tendrá testigos. Atención: Debes presentar una denuncia penal en el plazo de tres meses desde el incidente. Puede hacerlo directamente en la fiscalía. No es necesario que acuda a la policía.

¿Qué pueden hacer los refugiados queer contra la violencia y el acoso?

Puntos de contacto

 En Alemania hay numerosos [puntos](#) de [contacto](#) con diversos servicios para refugiados LGBTI.

¿Qué puedes hacer como refugiado queer para combatir la violencia y el acoso?

Las personas queer con antecedentes de huida que experimentan hostilidad LGBTIQ* tienen muchas más probabilidades de verse afectadas por la depresión, el estrés y un menor nivel de satisfacción.

¿Eres tú o alguien cercano a ti víctima de hostilidad, discriminación o violencia LGBTIQ*? Puedes denunciar los incidentes y buscar asesoramiento. En situaciones de peligro, te aconsejamos que llames a la policía.



[Agencia Federal contra la Discriminación](#)

Aquí encontrará información sobre el tema de la discriminación. Puede denunciar casos y obtener asesoramiento jurídico.

Le informaremos sobre sus derechos y cómo puede hacerlos valer. En los casos que se presten a una solución amistosa, podemos intentar resolver el conflicto.

Nuestro servicio de asesoramiento no puede sustituir al asesoramiento jurídico en casos individuales. No podemos inspeccionar expedientes ni aportar pruebas. Sin embargo, podemos indicarle si existen otras posibilidades de apoyo local. Puede tratarse, por ejemplo, de centros de asesoramiento que colaboran con abogados o que pueden asistirle ante los tribunales.

Material

 Puede encontrar [información](#) para refugiados LGBTI en . También hay información disponible para las personas que trabajan con ellos o les prestan apoyo.

Vídeos

 [Aquí](#) encontrará vídeos con información sobre lo que debe tener en cuenta en el procedimiento de asilo y alojamiento.

[Alemán](#), [Inglés](#), [Français](#), [Русский](#), [Español](#), [Türkçe](#)

[فارسی](#) - [farsi](#), [العربية](#) - [árabe](#), [اردو](#) - [urdu](#)

Asesoramiento y contactos para personas queer - LSBTQIA+

LGBTIQ

En Alemania, todo el mundo es libre de vivir su orientación sexual. Las parejas del mismo sexo pueden casarse desde el 1 de octubre de 2017. Esta ley apoya la libertad, la igualdad de derechos y la igualdad de trato de las personas. Independientemente de la sexualidad o el estilo de vida.

A las mujeres en Alemania se les permite amar y casarse con otras mujeres. Y a los hombres se les permite amar y casarse con otros hombres.

Además de los dos géneros "masculino" y "femenino", Alemania ha introducido recientemente un tercer género, "diverso". Las personas transexuales pueden cambiar su género y su nombre en Alemania.

Muchas personas LGBTIQ* han venido a Alemania. No pueden vivir libremente en su país de origen o son perseguidas. Muchas organizaciones LGBTIQ de Baviera les apoyan y ofrecen contactos e información.

También en la ciudad de Ingolstadt encontrarás aceptación y apoyo. Aquí hay organizaciones que se ocupan del colectivo LGBTIQ*.

Se trata de:

- Igualdad de derechos y de trato
- Lucha contra la discriminación y la misantropía
- Educar al colectivo LGBTIQ

 **Línea directa de asesoramiento para gays, bisexuales, queer y trans*.**

 [089/856 346 42](tel:089/856 346 42)

Estas organizaciones ofrecen asesoramiento y defienden los intereses de las personas LGBTIQ*:

pro familia Ingolstadt e.V.

 [Holzmarkt 2](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841/379 289 0](tel:08413792890)

@ ingolstadt@profamilia.de

🌐 www.profamilia.de/angebote-vor-ort/bayern/ingolstadt

QueerUferlos en Radio Lora

📻 Queeruferlos.de emite cada 1er a 3er jueves del mes de 21:00 a 22:00 en Radio Lora Múnich en DAB+ y FM 92.4 y en línea en lora924.de.

Trans-Ident Ingolstadt

Grupo de autoayuda para personas con sentimientos transgénero:

Se trata de personas que físicamente pertenecen al género masculino o femenino. Sin embargo, se perciben a sí mismas como pertenecientes al sexo opuesto.

💡📻 Puede ponerse en contacto [aquí](#).

El centro de asesoramiento LGBTIQ+ de Cáritas en Alta Baviera

El Centro de Asesoramiento LGBTIQ+ de Alta Baviera es una oficina a tiempo completo en Alta Baviera que ofrece asesoramiento psicosocial y trabajo en red en el contexto de la diversidad sexual y de género.

Todo el mundo es bienvenido

- independientemente de su sexo
- edad (a partir de 18 años),
- origen y cultura,
- nacionalidad y religión,
- discapacidad
- o identidad sexual o de género.

El asesoramiento es gratuito y puede ser anónimo si se desea. Por lo general, el asesor está obligado a mantener la confidencialidad.

📍 Al [Centro de Asesoramiento LGBTIQ+ de Alta Baviera](#) pueden acudir todas las personas interesadas de Alta Baviera. Por lo tanto, las sesiones de asesoramiento pueden tener lugar en línea o en persona.

Para el contacto por videollamada: haga clic en el botón Asesoramiento en línea. Se le redirigirá a la plataforma en línea de la Asociación Cáritas.

En Múnich y en las ciudades que ya disponen de servicios de asesoramiento, diríjase allí.

Aquí encontrará más asesoramiento y apoyo:

📍 [Red Queer Baviera Ingolstadt](#)

Asesoramiento y ayuda en casos de violencia, malos tratos, crisis y matrimonio forzado

Apoyo, asesoramiento y ayuda en caso de matrimonio forzado (inminente)

Apoyo, asesoramiento y ayuda en caso de (inminente) matrimonio forzado y violencia en nombre del honor

Terre des femmes ha publicado un folleto sobre paternidad en ocho idiomas y anima a los padres a centrarse en el bienestar y la felicidad de sus hijos.

El folleto explica los derechos y la terminología. Aclara prejuicios religiosos y, sobre todo, llama la atención sobre el peligro de la violencia en el matrimonio.

El folleto está disponible en alemán, inglés, francés, turco, kurdo, árabe, romaní y farsi:

 [TERRE DES FEMMES - Menschenrechte für die Frau e.V.: Folleto para padres "Familias fuertes tienen hijas fuertes" en ocho idiomas \(frauenrechte.de\)](https://www.terredesfemmes.de/familien/familienstark-frauenstark)

Papatya - Centro de Coordinación contra el Secuestro- ofrece apoyo a escala nacional. Se dirige directamente a las chicas afectadas y a las personas de su entorno, como los amigos.

La línea nacional de ayuda a las mujeres

 [+49 \(0\) 8000116016](tel:+4908000116016)

 24 horas al día en 17 idiomas de forma gratuita y anónima si se desea.

Responde a preguntas y proporciona ayuda concreta. Por teléfono, Internet y chat:

 www.hilf-telefon.de

La **línea nacional de ayuda a los hombres** también ofrece ayuda

 [+49 \(0\) 8001239900](tel:+4908001239900)

de lunes a viernes, de forma gratuita y anónima si se desea, ya que los hombres también pueden verse afectados por el matrimonio forzado.

 www.maennerhilfetelefon.de

Ayuda contra la violencia y los malos tratos - ¿Es usted una mujer necesitada?

Ayuda contra la violencia y los malos tratos:

¿Eres una mujer necesitada?

Como mujer, puedes acudir a los siguientes centros

- si está amenazada por la violencia o
- eres víctima de malos tratos:

Refugio de Mujeres de Ingolstadt

El refugio de mujeres ayuda a las mujeres que sufren o están amenazadas por la violencia. Pertenecce al centro de distrito de Cáritas en Ingolstadt, pero tiene una dirección secreta. Esto mantiene a las mujeres seguras allí.

☎ Disponible las veinticuatro horas del día, incluso por la noche, los fines de semana y los días festivos.

Frauenhaus Ingolstadt

📍 [Jesuitenstr. 1, 85049 Ingolstadt](#)

@ frauenhaus@caritas-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 841309700](tel:+49(0)841309700)

🌐 <https://frauenhaus-ingolstadt.assisto.online/>

☐ Centro de acogida para mujeres Diakonie

Zufluchtstätte für Frauen in Not

📍 [Schrannenstr. 5, 85049 Ingolstadt](#)

☎ [+49 \(0\) 843160288](tel:+49(0)843160288)

🌐 <https://dw-in.de/portfolio-items/zufluchtstaette-...>

☐ Ayuda inmediata en caso de peligro

Tú u otras personas estáis en grave peligro?

Entonces llama inmediatamente a la policía :

☐ **110 (gratuito, disponible a cualquier hora).**

☐ Línea de ayuda "Violencia contra las mujeres"

- Anónima y gratuita
- Asesoramiento en **17 idiomas**
- Teléfono: [116 016](tel:116016)
- Internet: www.hilfetelefon.de
- **Disponible: 24 horas al día, 7 días a la semana**

Centros de asesoramiento sobre violencia doméstica

Interventionsstelle | Beratung bei häuslicher Gewalt

📍 [Jesuitenstr. 1, 85049 Ingolstadt](#)

@ interventionsstelle@caritas-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 841309199](tel:+49(0)841309199)

 <https://www.caritas-kreisstellen.de/alle-kreisste...>

Fachberatungsstelle bei sexualisierter Gewalt

 [Am Stein 5, 85049 Ingolstadt](#)

 beratungsstelle@wirbelwind-ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 84117353](tel:+49(0)84117353)

 <https://www.wirbelwind-ingolstadt.de/>

Familien- und Lebensberatung

 [Schrannenstr. 1a, 85049 Ingolstadt](#)

 info@skf-ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 841937550](tel:+49(0)841937550)

 <https://www.skf-ingolstadt.de/familienberatung-2/>

Staatlich anerkannte Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen

 [Schrannenstr. 1a, 85049 Ingolstadt](#)

 [+49 \(0\) 8413708303](tel:+49(0)8413708303)

 <https://www.frauenberaten-in.de/>

Centros de asesoramiento por violencia o discriminación

Gleichstellungsbeauftragte | Gleichstellungsstelle

 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

 gleichstellungsstelle@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 8413051166](tel:+49(0)8413051166)

 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Diversit%C3%A4t/G...>

Antidiskriminierungsstelle

 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

 antidiskriminierungsstelle@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 8413051165](tel:+49(0)8413051165)

 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Diversit%C3%A4t/A...>

☐ **Asesoramiento telefónico**

† **Servicio de asesoramiento telefónico (protestante)**

- ☐ +49 (0) 8001110111
- w [www.tele](http://www.telefonseelsorge.de) fonseelsorge.de
- Gratuito, las veinticuatro horas del día
- También asesoramiento a través del chat

† **Servicio de asesoramiento telefónico (católico)**

- ☐ +49 (0) 8001110222
- w [www.tele](http://www.telefonseelsorge.de) fonseelsorge.de
- Gratuito, las 24 horas del día
- También es posible el asesoramiento por chat

☾ **Línea telefónica de asesoramiento para musulmanes (MuTeS)**

- ☐ +49 (0) 30443509821
- w [www.mute](http://www.mutes.de) s.de
- Disponible todos los días, las 24 horas
- Asesoramiento por teléfono o chat
- Asesoramiento en varios idiomas: alemán, turco, árabe, inglés, francés, bosnio, kurdo, urdu, persa, somalí y otros.
- Los asesores son musulmanes formados que trabajan de forma voluntaria

☐ **Teléfono Doweria (de habla rusa)**

- ☐ +49 (0) 30440308454
- w [www.diak](http://www.diakonie-portal.de/telefon-doweria) onie-portal.de/telefon-doweria
- Disponible todos los días - 24 horas al día
- Para mujeres de habla rusa
- Organización: Diakonisches Werk Berlin-Brandenburg
- Los consejeros son los propios inmigrantes o de confesión judía

☎ **Weißer Ring - línea directa para víctimas**

- Ayuda a las víctimas de la violencia y la delincuencia
- ☐ [116 006](http://116006.de)
- Todos los días de 7 a 22 h.
- Gratuito en todo el país
- Se puede contactar fuera de este horario a través de la policía

☐♀ **Asesoramiento sobre infracciones penales**

Jefatura de Policía de Alta Baviera Norte

- ☎ +49 (0) 84193431077
- Ayuda a las víctimas de delitos

☎ Servicio de crisis psiquiátricas

- Ayuda en caso de emergencias de salud mental
- ☎ +49 (0) 8006553000
- Gratuito, las veinticuatro horas del día

Allgemeiner Sozialdienst

📍 [Adolf-Kolping-Str. 10, 85049 Ingolstadt](#)

@sozialdienste@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545401](tel:+49(0)84130545401)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Amt-f%C3%BCr-Jugend-und...>

Servicio de guardia disponible fuera del horario de apertura a través de la policía

Traumatismos, crisis agudas y estrés psicológico

La huida y la migración se producen cuando las personas tienen que huir de la guerra y la violencia. Esto les coloca en situaciones muy difíciles. Muchos sufren las consecuencias el resto de su vida. Algunas sólo reciben ayuda en una fase tardía. El apoyo a las personas traumatizadas no es una terapia. Pero puede ayudar a las personas a vivir con las consecuencias del trauma.

Hay folletos diseñados para ayudar a la gente. Están dirigidos a personas que han vivido situaciones insoportables. Algunos son para personas que cuidan de niños o jóvenes afectados. Otros son para adultos afectados. Estos folletos están diseñados para ayudar a las personas a sobrellevar mejor la vida cotidiana después de tales acontecimientos. Proporcionan consejos prácticos sobre cómo afrontar mejor la nueva situación.

A continuación encontrará información útil y contactos para recibir ayuda en caso de trauma. Especialmente para refugiados y otras personas afectadas:

Si vives en un alojamiento de ANKER, ponte en contacto con los asesores de Malteser del alojamiento. Puedes concertar una consulta en línea (IPSO-Care).

Información general y ayuda

🌐 [Ayuda para refugiados traumatizados](#)

- Información en varios idiomas.
- Consejos de autoayuda.

🌐 [Psicoterapia en línea](#)

- El programa "Ilajnafsy" ofrece apoyo psicológico por Internet.
- Especialmente para personas del mundo árabe.
- Para personas que sufren depresión y traumas.
- Está disponible en inglés, alemán y árabe.

[Libro ilustrado sobre el trauma](#)

- Está disponible en varios idiomas.
- Ayuda a los niños a comprender sus experiencias.

[Ayuda para niños traumatizados](#)

- Consejos para padres sobre cómo ayudar a sus hijos.

 [Folletos](#) de Unfallkasse Berlin sobre el tema "Trauma: ¿qué hacer?", también disponibles en varios idiomas.

- Información para familiares y ayudantes de niños y jóvenes traumatizados: Describe el comportamiento de los niños y jóvenes traumatizados. Da consejos sobre cómo tratarlos.
- Información para adultos gravemente afectados y sus familiares: folleto sobre cómo afrontar la vida cotidiana tras un suceso traumático.

[Guía para padres de refugiados](#)

- ¿Cómo se comportan los niños traumatizados según su edad?
- ¿Y cómo pueden reaccionar correctamente los padres?

Aquí también encontrará contactos para asesoramiento telefónico y apoyo en situaciones de crisis.

Servicio de crisis psiquiátricas:

Asesoramiento telefónico y apoyo en situaciones de crisis

 [+49 \(0\) 8006553000](tel:+4908006553000) gratuitos

Clínica Danuvius de Ingolstadt

Ambulatorio de traumatología



[Preysingstraße 3-5](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8419339800](tel:+4908419339800)

Hospital de Ingolstadt

Ambulatorio de traumatología



[Krumenauerstr. 25](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8418800](tel:+49(0)8418800) / [+49 \(0\) 8418802205](tel:+49(0)8418802205)

Intercambios y redes

Ingolstadt ofrece muchas oportunidades para la creación de redes y el intercambio mutuo.

Centros de barrio en Ingolstadt

En Ingolstadt hay varios centros de barrio. Ofrecen diversos servicios, como asesoramiento, cursos y eventos. Los servicios suelen ser gratuitos o cuestan poco dinero a los vecinos del barrio.

¿Vive en el barrio de Piusviertel?

Stadtteiltreff Piusviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Piusviertel , Sie sind herzlich willkommen

 [Pfitznerstr. 19a, 85057 Ingolstadt](#)

@stadtteiltreff-piusviertel@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 84130545840](tel:+49(0)84130545840)

 https://www.ingolstadt.de/Stadtteiltreff_Piusvier...

En el punto de encuentro del barrio de Piusviertel hay diversas ofertas para el vecindario. Si tiene preguntas o simplemente quiere conocer a gente del barrio, aquí será bienvenido. Encontrará más información sobre las ofertas actuales y los horarios de apertura en la [página web](#).

¿Vive en el barrio de Augustinviertel? ¿O vive en el barrio de Monika?

Stadtteiltreff im Augustinviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Augustin- und Monikaviertel , Sie sind herzlich willkommen

 [Stollstrasse 2, 85053 IngolstadtIngolstadt](#)

@stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 84130545820](tel:+49(0)84130545820)

 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Soziales-Wohnen/S...>

También hay un punto de encuentro vecinal en el Augustinviertel. Aquí puede participar en eventos. Puede obtener asesoramiento o simplemente encontrar un lugar donde socializar.

Encontrará más información en la [página web](#) del centro de encuentro.

¿Vive en el Konradviertel?

Stadtteiltreff im Konradviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Konradviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Oberer Taubentalweg 65, 85055 Ingolstadt](#)

✉ @stadtteiltreff-konradviertel@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545830](tel:+49(0)84130545830)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Konradviertel>

En el Konradviertel también se celebran muchos actos y cursos. Ya sea joven o mayor, hay algo para todos los gustos. Encontrará las ofertas exactas y los horarios de apertura en la [página web](#) del centro de reunión del barrio.

Café Internacional

☺ ¿Qué es el Café Internacional?

☐☐☐☐ Café International es un lugar de encuentro abierto a todas las personas, independientemente de su país, idioma o religión.

☐ La gente lleva reuniéndose allí desde 2016 para pasar tiempo juntos.

☐ El café está organizado conjuntamente por:
el servicio de migración juvenil ☐☐,
la Oficina de Asuntos Sociales de la ciudad de Ingolstadt ☐,
la Cantina Internacional ☐,
y voluntarios ☐♂☐♀.

¿Cuándo y dónde?

Atención: los lugares cambian. Puede consultar los horarios en



[Café International](#).

☐ Lugar: Vestíbulo del taller en el Teatro Municipal de Ingolstadt ☐.

☐ Días: lunes y miércoles

☐ Hora: de 15:00 a 17:30

Stadttheater Ingolstadt | Café International

📍 [Schloßlande 1, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550298](tel:+49(0)84130550298)

🌐 <https://theater.ingolstadt.de/mitmachen-vermittlu...>

Centro comunitario - centro multigeneracional de la ciudad de Ingolstadt

Bürgerhaus Neuburger Kasten | Familienbildung

📍 [Fechtgasse 6, 85049 Ingolstadt](#)

@ buergerhaus@ingolstadt.de

☎ [+4984130550053](tel:+4984130550053)

🌐 <http://www.buergerhaus-ingolstadt.de/Organizer.as...>

Bürgerhaus "Alte Post" | Treffpunkt

📍 [Kreuzstraße 12, 85049 Ingolstadt](#)

@ buergerhaus@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550051](tel:+49(0)84130550051)

🌐 <http://www.buergerhaus-ingolstadt.de/Index.aspx?M...>

En el centro comunitario se reúnen personas de todas las edades y culturas. Es un lugar donde todo el mundo es bienvenido. Encontrará más información en la [página web](#)

IN VIA Bayern e.V. - Realidad de la vida en Baviera

Esta asociación apoya a niñas y mujeres mediante [programas y proyectos sociales](#). Los actos están dirigidos a mujeres y niños de todas las nacionalidades.

IN VIA Bayern e.V. | Veranstaltungen für Frauen und Kinder aller Nationalitäten

📍 [Maistraße 5, 80337 München](#)

@ info@invia-bayern.de

☎ [+49 \(0\) 89512661911](tel:+49(0)89512661911)

🌐 <https://www.invia-bayern.de/angebote/migration-in...>

Encontrará información [aquí](#).

Asociaciones y clubes culturales

En Ingolstadt hay muchas asociaciones que ofrecen proyectos culturales y sociales. El responsable de integración de la ciudad colabora estrechamente con el Consejo de Migración y otros organismos para coordinar estos programas.

Encontrará una lista de las organizaciones culturales de Ingolstadt en la [página web](#) de la ciudad.

Problemas familiares

Problemas en la familia

¿Tienes grandes problemas en la familia? ¿Discutes con tus hijos? Llame aquí.

Teléfono de ayuda a los padres (anónimo, gratuito):

 [0800/1110550](tel:08001110550)

 [www.numm](http://www.numm.ergegenkummer.de) gegenkummer.de

¿Tiene su hijo grandes problemas? A veces es más fácil hablar con un desconocido. Su hijo puede encontrar ayuda aquí.

Teléfono de ayuda a la infancia y la juventud (anónimo y gratuito):

 [116 111](tel:116111)

 [www.numm](http://www.numm.ergegenkummer.de) gegenkummer.de

 [www.1161](http://www.116111.eu) 11.eu

Motivo de la huida queer: Queer Refugees Germany

El proyecto "Queer Reason for Flight: Queer Refugees Germany" (Motivo de huida: refugiados homosexuales en Alemania)

El proyecto ayuda a los refugiados queer en Alemania. Pone en contacto a la gente, da consejos y ofrece apoyo.

El sitio web "[Queer Refugees Welcome](#)" está dirigido a lesbianas, gays, bisexuales, trans*, inter* y personas queer.

Ofrece información clara y ayuda práctica.

En el sitio web encontrará

- direcciones de centros de asesoramiento en su zona
- información sobre asilo, salud y protección contra la discriminación,
- contactos de personas y organizaciones de ayuda.
- El sitio está disponible en varios idiomas.

Puede consultar toda la información importante organizada por temas. Eche un vistazo a estos enlaces:

 queerrefugeeswelcome.de

 queer-refugees.com

 prideplanet.com

Los programas fortalecen a los refugiados queer y facilitan su vida cotidiana en Alemania.

□ ¿Por qué es importante?

Muchos refugiados LGBTIQ+ sufren persecución o violencia en sus países de origen.

En Alemania, a menudo se enfrentan a cargas adicionales: Procedimientos de asilo, idioma, nueva cultura y, a veces, discriminación.

Necesitan buena información, asesoramiento y lugares seguros para poder vivir con seguridad aquí.

i Instrucciones de uso

Los servicios suelen ser gratuitos y confidenciales.

Pida ayuda en su idioma: muchos centros ofrecen asesoramiento multilingüe o disponen de intérpretes.

Si es posible, utilice materiales en lenguaje sencillo. Así le resultará más fácil empezar en Alemania.

Regreso al país de origen

Regreso a su país de origen

Asesoramiento central para el retorno

¿Desea regresar a su país de origen? ¿Está en procedimiento de asilo y ha recibido una decisión negativa del BAMF? ¿Está en estancia tolerada? ¿Quiere regresar a pesar de tener permiso de residencia? ¿No sabe cómo recuperar su pasaporte? ¿O necesita ayuda económica para su viaje de regreso?

El Servicio Central de Asesoramiento para el Retorno (ZRB) le asesorará sobre cómo abandonar el país voluntariamente. Después del asesoramiento, usted mismo decidirá si quiere marcharse voluntariamente o no.

[Servicio Central de Asesoramiento para el Retorno de Baviera del Sur \(zrb-suedbayern.de\)](https://zrb-suedbayern.de)

Recibirá asesoramiento sobre los siguientes temas:

Pasaporte y documentos de viaje

Asunción de los gastos de viaje

Apoyo financiero (por ejemplo, en caso de enfermedad, discapacidad)

Información sobre la situación en su país de origen

Ofertas individuales de cualificación

El servicio de **asesoramiento para el retorno** en Augsburg es responsable de Ingolstadt:

[ZRB Südbayern de Augsburg \(zrb-suedbayern.de\)](https://zrb-suedbayern.de)

[Lange Gasse 4](#)

86152 Augsburg

☎ [0821/5089632](tel:0821/5089632)

@i nfo@zrb -suedbayern.de

La oficina de Augsburg está abierta en los siguientes horarios

Lunes de 9.00 a 12.00 / de 14.00 a 16.00.

Martes 9:00 - 12:00 / 14:00 - 16:00

Miércoles de 9.00 a 12.00 h. / de 14.00 a 16.00 h.

Jueves de 9.00 a 12.00 h. / de 14.00 a 16.00 h.

Viernes 9:00 h - 12:00 h

Un nuevo comienzo en casa

Startfinder asesora a las personas que han regresado a su país de origen y necesitan ayuda allí. Por ejemplo, cómo encontrar trabajo tras su regreso o cómo crear su propia empresa. Los equipos de asesoramiento también ofrecen información sobre apoyo médico y psicosocial, cuidado y educación de los niños y búsqueda de alojamiento.

Asesoramiento para estos países

Afganistán, Egipto, Albania, Gambia, Ghana, Iraq, Kosovo, Marruecos, Nigeria, Pakistán, Senegal, Serbia o Túnez.

[Página de inicio | Startfinder](#)

También hay información disponible aquí:

[Portal de información sobre retorno voluntario y reintegración \(returningfromgermany.de\)](https://returningfromgermany.de)

Ayuda de voluntarios

Centros de idiomas en Ingolstadt

Café Internacional

¿Cuándo?

Todos los lunes y miércoles

De 15:00 a 17:30

 No hay reuniones durante las vacaciones escolares

¿Dónde?

Vestíbulo de la Werkstattbühne, Schlosslande 1, 85049 Ingolstadt.

Durante las vacaciones de verano: en otras salas

¿Qué es esto?

Un lugar de encuentro para personas de todos los países

Todo el mundo es bienvenido

Oferta especial:

Todos los primeros miércoles de mes: "Café Internacional-Especial"

¡ Más información:

[Teatro de la ciudad de Ingolstadt - Encuentros](#)

 [Café Internacional](#)

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

@integrationslotsin@ingolstadt.de

 [+4984130550298](tel:+4984130550298)

 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

□ Grupo de debate internacional para mujeres

¿Cuándo?

Todos los lunes

De 14:00 a 16:00

¿Dónde?

Vronis Ratschhaus, Donaustraße 1, 85049 Ingolstadt

□ ¿Quién puede participar?

Mujeres con conocimientos de alemán a partir del nivel B1

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

@integrationslotsin@ingolstadt.de

 [+4984130550298](tel:+4984130550298)

 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

□ Grupo de debate internacional para hombres

□ ¿Cuándo?

Todos los sábados

De 15:00 a 17:00

¿Dónde?

Vronis Ratschhaus, Donaustraße 1, 85049 Ingolstadt

□ ¿Quién puede participar?

Hombres con conocimientos de alemán a partir del nivel B1

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

@ integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+4984130550298](tel:+4984130550298)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

□ Café Deutsch

□ ¿Cuándo?

Todos los martes
De 16:30 a 18:00

□ ¿Dónde?

Café Deutsch | Deutsch üben

📍 [Oberer Grasweg 18, 85055 Ingolstadt](#)

□□□ ¿En qué consiste?

- Practica alemán con voluntarios
- Habla y practica en un ambiente relajado

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

@ integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+4984130550298](tel:+4984130550298)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

Consejo de Migración de Ingolstadt

El Consejo de Migración en Ingolstadt

El Consejo de Migración ayuda a los inmigrantes cuando necesitan ayuda. Presenta solicitudes que examina el ayuntamiento.

💡 ¿Quiere saber más sobre el Consejo de Migración de Ingolstadt? Haga clic [aquí](#) 🌐.

¿Cómo se vota al Consejo de Migración?

Tiene derecho a votar

- Todos los extranjeros que residan legalmente en Ingolstadt,
- alemanes que también tengan nacionalidad extranjera,
- los electores que tengan al menos 18 años y lleven más de tres meses viviendo en Ingolstadt.

Los miembros del Consejo de Migración son elegidos por un periodo de seis años. El responsable de integración preside el Consejo de Migración.

El Consejo está compuesto por:

- 16 miembros en representación de los inmigrantes,
- 9 miembros del ayuntamiento,
- 3 representantes de las autoridades públicas,
- 9 representantes de grupos designados por el Ayuntamiento,
- el responsable de integración de la ciudad de Ingolstadt.

💡 ¿Quiere saber más sobre la elección? 🌐 [Elección del Consejo de Migración](#).

¿Cómo se vota?

Los electores elegibles reciben una notificación antes de las elecciones. Durante el periodo electoral de una semana, pueden votar en el ayuntamiento.

El último día también pueden votar en los centros de barrio (Konradviertel, Piusviertel, Augustinviertel).

Se exige un documento de identidad.

Cada votante dispone de dos votos. Cada candidato sólo puede recibir un voto. Los candidatos se anunciarán antes de las elecciones. Hay un modelo de papeleta de voto en el reverso de la notificación.

¿Cómo funciona el Consejo de Migración?

El Consejo de Migración trabaja de forma voluntaria e independiente. Todas las reuniones están abiertas al público. Cualquiera puede asistir y expresar su opinión. El Consejo de Migración se reúne cuatro veces al año. Los temas y documentos están disponibles [en línea](#).

En caso necesario, el Consejo de Migración crea [grupos de trabajo](#) sobre temas específicos.

¿Qué hace el Consejo de Migración?

El Consejo de Migración representa los intereses de los migrantes. Les ayuda y asesora. El Consejo de Migración pone en marcha proyectos que mejoran la convivencia en Ingolstadt.

¿Qué hace el Consejo de Migración?

El Consejo de Migración se compromete a:

- La igualdad de derechos para todos en Ingolstadt,
- el fin de los prejuicios y la discriminación,
- la mejora de la educación y el apoyo lingüístico,
- el reconocimiento de las cualificaciones extranjeras,
- más oportunidades laborales,
- una buena asistencia sanitaria,
- una buena cooperación entre las asociaciones de inmigrantes y la ciudad.

¿Qué organiza el Consejo de Migración?

El Consejo de Migración organiza

- Festivales y eventos,
- encuentros para el intercambio entre culturas y religiones,
- la apertura de las instalaciones municipales a diferentes culturas.

Guías de integración a tiempo completo de la ciudad de Ingolstadt

Ayúdenos - Voluntariado en Ingolstadt

¿Qué hacen los guías de integración?

Los guías de integración apoyan a las personas que trabajan como voluntarias o que quieren trabajar como voluntarias en el ámbito de los refugiados, los nuevos inmigrantes y la integración.

Los voluntarios pueden dirigirse a estos puntos centrales de contacto para todas las cuestiones relacionadas con la integración y el asilo. También organizan cursos de formación sobre estos temas y encuentros de intercambio.

¿Cómo ayuda la Red de Asilo?

La Red de Asilo apoya a los refugiados en Ingolstadt. Los voluntarios les ayudan en la vida cotidiana. Les acompañan a las oficinas públicas y a los médicos. También ofrecen clases particulares y ayuda con los deberes. Muchos voluntarios también organizan actividades de ocio para niños y adultos. Los recién llegados a Alemania pueden practicar su alemán en grupos de conversación.

¿Por qué es importante la ayuda?

En Ingolstadt viven 1.500 refugiados. Necesitan apoyo para encontrar su camino en su nueva vida cotidiana. Los voluntarios les ayudan a adaptarse y les orientan.

¿Cómo puedo ayudar?

Barbara Blumenwitz puede ayudar con cualquier pregunta. Puede ponerse en contacto con ella en [084130550298](tel:084130550298) o por correo electrónico en integrationslotsin@ingolstadt.de.

Este proyecto está financiado por el Ministerio de Interior, Deporte e Integración de Baviera.



Gefördert durch

Bayerisches Staatsministerium des
Innern, für Sport und Integration

Grupo Amnistía Internacional Ingolstadt

Grupo Amnistía Internacional Ingolstadt

Defendemos los derechos humanos. Trabajamos por la protección de los refugiados. Un grupo de trabajo sobre este tema se reúne en Ingolstadt.

Más información aquí: [Grupo Amnistía Internacional Ingolstadt](#)

Escríbenos un correo electrónico: info@amnesty-ingolstadt.de

Participe en la sociedad de la ciudad como voluntario

Participar en Alemania: también es posible para los ciudadanos extranjeros

Participe en Alemania incluso sin derecho a voto alemán. Participe en la vida social y contribuya a dar forma a su barrio.

Participar a nivel local

Participar en clubes y asociaciones tiene muchas posibilidades. Dirija grupos deportivos, ayude a organizar actos culturales o apoye proyectos vecinales. Los colegios están encantados de que les ayudes con los festivales o puedes supervisar grupos de estudio. Haz realidad tus ideas con iniciativas ciudadanas y contribuye a dar forma a tu ciudad.

Voluntariado

El voluntariado crea contactos. Trabaja como entrenador en un club deportivo. O como ayudante en el trabajo con refugiados. O como mentor de jóvenes. Estas actividades unen a la gente y facilitan la socialización. Conoces gente nueva y ayudas al mismo tiempo.

Participa en la política local

Muchas ciudades tienen consejos de integración. Los inmigrantes representan allí sus intereses. Algunos miembros proceden de la comunidad inmigrante, otros de la política. En estos consejos se debaten cuestiones como la educación y la vivienda. Una opción es ser elegido miembro del **Consejo de Migración de Ingolstadt** (). Participe activamente y tenga voz.

Afiliación a sindicatos

Los sindicatos desempeñan un papel importante en el mundo laboral. Afíliase y haga campaña para mejorar las condiciones de trabajo. A menudo, los sindicatos también ofrecen formación y asesoramiento jurídico. Infórmese como afiliado y reciba apoyo.

Contacto para su participación en Ingolstadt

Agencia de Voluntariado Ingolstadt e. V.

[Kreuzstr. 12](#), 85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8419516755](tel:+4908419516755)

 nfo@ehr enamt-in.de

 www.frei willigenagentur-in.de

Lunes 09:00 h - 12:00 h

Miércoles 09:00 am - 12:00 pm

Jueves 09:00 h - 12:00 h

Compromiso especial para refugiados e inmigrantes

Si quieres ser voluntario, crear nuevos proyectos o desarrollar los existentes, puedes ponerte en contacto en cualquier momento con la **asesora de integración** Barbara Blumenwitz. Puede ponerse en contacto con ella en

 [+49 \(0\) 84130550298](tel:+49084130550298)

 [ntegrat ionslotsin@ingolstadt.de](mailto:ionslotsin@ingolstadt.de)

El proyecto de Ingolstadt Dein Einsatz. Para usted. Para Ingolstadt. Para los necesitados.

Participa como voluntario en una organización de ayuda

Tienes la oportunidad de ser voluntario en el servicio médico, el servicio de rescate y el control de catástrofes.

Lo más especial: Puedes ayudar inmediatamente en las operaciones y ganar experiencia. Acogemos a personas de todas las naciones.

Con tu voluntariado ayudas a la gente y garantizas la seguridad de la población de Ingolstadt. No estarás solo, sino siempre junto a personal de emergencias experimentado en un equipo.

 [Tu compromiso. Para usted. Por Ingolstadt. Para las personas necesitadas.](#)

Ayuda voluntaria para rellenar formularios

Conviértase en voluntario para ayudar a rellenar formularios. Para muchas personas, rellenar formularios supone un obstáculo insalvable, ya sea por barreras lingüísticas o por otros motivos personales. Hay muchas razones para ello.

Ciudad de Ingolstadt - Oficina de Asuntos Sociales

[Auf der Schanz 39](#), 85049 Ingolstadt

Proyecto: Ayuda con los formularios en el voluntariado

☎ [+49 \(0\) 84130550209](tel:+49084130550209)

@f formular_hilfe@ingolstadt.de

Lunes 08:00 - 15:00

Martes 08:00 - 15:00

Miércoles 08:00 - 11:00

💡 Cada una de estas actividades une a las personas. Se crea así un intercambio que refuerza el respeto y la cohesión. Las personas aprenden unas de otras y se comprenden mejor.

Información importante en Internet

Hay muchos sitios en Internet donde puede encontrar información interesante e importante. Para inmigrantes que quieren trabajar en Alemania. Para personas que buscan protección. Hay información sobre solicitudes, formación y búsqueda de empleo. Pero también sobre migración y procedimientos de asilo.

Le recomendamos las siguientes páginas web:

🌐 [Página de inicio Conocimientos básicos sobre el asilo](#)

Esta página ofrece una visión general de diversos temas relacionados con la vida en Alemania. Son relevantes para los refugiados y quienes les apoyan. Encontrará una recopilación de otros materiales y publicaciones. Hay una sección multilingüe sobre muchos de estos temas.

Por ejemplo:

- ¿Cómo funciona un procedimiento de asilo?
- ¿Qué derechos se aplican en el trabajo?
- ¿Cómo funciona la formación profesional?
- ¿Qué servicios de guardería existen para los niños de familias refugiadas?

💡 La información está disponible en varios idiomas.

🌐 [Portal "Pertenece - Integración en Baviera"](#)

El portal está dirigido a inmigrantes, autóctonos y voluntarios. Ofrece información sobre la convivencia en Baviera, puntos de contacto y enlaces útiles. Aquí encontrará ejemplos prácticos de integración.

Por ejemplo

- Información sobre la convivencia en Baviera,
- puntos de contacto para inmigrantes,

- términos importantes relacionados con el asilo y la integración,
- migración y trabajo.

Si ha encontrado otros sitios web interesantes, no dude en comunicárnoslo:

@i ntegrea t@ingolstadt.de

Rastrear el rostro - Servicio de rastreo DRK

Trace the Face - Suchdienst

Wenn Sie Angehörige auf den Migrationsrouten nach Europa verloren haben, kann Ihnen das Suchinstrument  [Trace the Face](#), eine Online-Fotogalerie von Suchenden, helfen.

 **Suchdienste** vom Roten Kreuz, vom Roten Halbmond und das Internationale Komitee vom Roten Kreuz helfen Ihnen:

- Ihre vermissten Familienangehörigen wieder zu finden,
- eine Nachricht von Ihnen an Ihre Familie zu senden oder
- eine Haftbescheinigung für Personen zu erhalten, die inhaftiert wurden.
- Wenn Sie ein Flüchtling sind, können wir Ihnen vielleicht auch dabei helfen, dass Sie wieder mit Ihrer Familie vereint werden.
- Wenn Sie Spätaussiedler sind, können wir Sie und Ihre Familie bei der Aussiedlung nach Deutschland unterstützen.
- Wenn Sie Gewissheit über das Schicksal eines im Zweiten Weltkrieg verschollenen Angehörigen suchen, können wir auf unsere seit 1945 gesammelten Erkenntnisse zurückgreifen.

Tracetheface.org ist derzeit in sieben Sprachen verfügbar: Arabisch, Dari, Englisch, Französisch, Paschtu, Somali und Spanisch. Weitere Sprachen werden folgen.

[Folleto BRK-SD-Centros de asesoramiento E.pdf](#)

[Folleto BRK-SD-Centros de asesoramiento E.pdf](#)

[TracetheFacePosterGermanRC.pdf](#)

Salud

Información general sobre salud

El sistema sanitario alemán

¿Tiene una enfermedad aguda? ¿Siente dolor? En Alemania tiene derecho a una atención médica básica. El Estado recomienda algunas vacunas. Puede vacunarse. Se recomiendan algunos exámenes. Tienen por objeto prevenir enfermedades. Puede hacérselos. Algunos exámenes son muy importantes para su salud. Los médicos se los pueden hacer gratuitamente. Vaya al médico si

- está gravemente enfermo o tiene dolor
- está embarazada

- tiene una enfermedad crónica. Tienes diabetes, epilepsia o una enfermedad mental, por ejemplo.

💡 ¿Todavía toma medicación? ¿Tiene el prospecto de su medicación? Llévelos a la cita con el médico.

¿Ha ido ya al médico o al hospital a causa de la enfermedad? Lleve también los resultados.

👤 ¿Tiene permiso de residencia? Entonces debe darse de alta en un seguro de enfermedad regular. Allí recibirá una tarjeta de seguro. Esta le da derecho a los servicios de los médicos. Igual que todos los ciudadanos de Alemania.

Los refugiados pueden encontrar más información aquí [Ayuda médica](#)

Información general para inmigrantes y extranjeros

Sistema sanitario en Alemania

Información importante en distintos idiomas

En Internet hay mucha información sobre salud.

En muchos idiomas, por ejemplo árabe, kurdo, persa, inglés...

1. guía sanitaria para solicitantes de asilo

¿Cómo funciona la asistencia sanitaria?

¿Qué hago si estoy enfermo?

¿Qué ayuda puedo recibir?

2. portal de salud sobre diversos temas

Mucha información, por ejemplo sobre

- Anticoncepción
- adicción
- nutrición
- ...

3. visita al médico de la mujer

⇒ Película en diferentes idiomas

4. información sobre diversos temas (centro etnomédico)

Guía sobre diversos temas, por ejemplo:

- Diabetes
- Vacunación
- Traumatismos, depresión
- Salud materna

5. información para pacientes sobre numerosas enfermedades

- Asma
- gripe
- Demencia
- ...

6. vocabulario en el ámbito de la salud

- [Proyecto Take Care](#) (Weg-Weiser para inmigrantes)
- [Libro de palabras con imágenes](#)

7. más información en varios idiomas

- Medicación
- Vocabulario de urgencias
- Formularios de historial médico
- Números de teléfono importantes
- ...

Otra información importante

Vacunas:

El médico puede informarle sobre las vacunas.

Muchas vacunas son gratuitas.

Recibirá una cartilla de vacunación.

La cartilla de vacunación contiene todas las vacunas que ya le han puesto.

La cartilla de vacunación no es un pasaporte.

⇒ Usted y sus hijos deben [vacunarse](#) (calendario de vacunación en varios idiomas).

Farmacia:

Puedes conseguir medicamentos en la farmacia.

Las farmacias tienen una "A" roja sobre la puerta.

Algunos medicamentos son de pago, por ejemplo

- Aerosoles nasales
- Pastillas para el dolor de cabeza
- Por algunos medicamentos no tiene que pagar nada o paga menos:
Necesitas una receta de un médico (doctor).
Los adultos suelen tener que pagar dinero extra.

⇒ [Aquí](#) encontrará farmacias en Ingolstadt

Las farmacias están abiertas

De lunes a viernes de 9 a 18 h

Sábados de 9 a 12 h

Servicio de urgencias por la noche y los domingos: ⇒ [Servicio de urgencias](#) de farmacia en Ingolstadt

[Guía multilingüe del sistema sanitario alemán](#)



Emergencia

Emergencia

Una urgencia es, por ejemplo, una enfermedad o lesión.

En caso de urgencia, debe acudir inmediatamente al médico si, por ejemplo

- tiene una temperatura muy alta.
- se ha roto un hueso.
- Tiene una hemorragia grave.
- No puede respirar.
- ha consumido algo venenoso.
- está inconsciente.

En caso de urgencia, siempre puedes ir a la clínica.

La clínica tiene un servicio de urgencias.

En caso de emergencia, pida ayuda (= llamada de emergencia):

112

La llamada de emergencia **no cuesta dinero.**

Puedes llamar al número de emergencia con cualquier teléfono.

Una ambulancia puede acudir rápidamente.

Llamada de emergencia: ¿qué hay que hacer?

Mantener la calma.

Escucha atentamente.

Responde a las preguntas del teléfono.

Debes decir:

- **¿Dónde** está el paciente?
- **¿Qué** ha pasado?
- **¿Cómo** está el paciente?

Números de teléfono **importantes para emergencias**

- Policía, bomberos, ambulancia, llamada de emergencia por envenenamiento
- Servicio médico de urgencias, servicio farmacéutico de urgencias
- Ayuda para mujeres y niños
- Ayuda psicológica
⇒ Mira en 📺 "[Ayuda en caso de emergencia](#)"

Primeros auxilios

Ves a una persona en apuros:

¡Ayuda a la persona!

Puedes salvar vidas.

Puedes hacer un curso de primeros auxilios.

El curso te enseña a ayudar a los demás en caso de emergencia.

⇒ **Vídeo 1:** ¿Qué hay que hacer en caso de emergencia? 📺 [Primeros auxilios](#)

⇒ **Vídeo 2:** 📺 [Primeros auxilios](#) en caso de emergencia

⇒ ¡Aquí encontrará 📺 [cursos](#) de [primeros auxilios](#) en Ingolstadt!

Medicamentos y farmacias

Medicación

Si necesita medicación, recibirá una receta de su médico. Con la receta podrá adquirir los medicamentos en cualquier farmacia. A veces hay que encargar los medicamentos. Suelen llegar en pocas horas.

Los medicamentos con receta:

(por ejemplo, antibióticos) sólo pueden obtenerse si el médico ha expedido una receta (por ejemplo, en rosa, azul para los asegurados privados). Incluso con receta, no todos los medicamentos son gratuitos. Normalmente hay que pagar un copago. Lo mismo ocurre con la

fisioterapia y otros tratamientos. Si le han dado una receta verde, tendrá que pagar usted mismo los medicamentos. Si necesita medicamentos con frecuencia, hable con su [seguro médico](#) . Puede que le eximan del copago.

Los medicamentos sin receta:

se pueden comprar en la farmacia en cualquier momento. No es necesario acudir previamente al médico. Entre los medicamentos sin receta figuran, por ejemplo, muchos medicamentos para el resfriado o el dolor. Los medicamentos que no necesitan receta también pueden comprarse en farmacias. Allí cuestan menos.

Farmacias



Las [farmacias \(folletos en 12 idiomas\)](#) suelen abrir de lunes a sábado. El horario de apertura varía según la farmacia (a menudo de 09.00 a 18.00 horas). Si necesita medicación urgente por la noche o el fin de semana, en todas las farmacias encontrará un cartel con el nombre y la dirección de la farmacia abierta para urgencias. Normalmente tiene que llamar al timbre de la farmacia con servicio de urgencias y alguien le abrirá la puerta.

Puede encontrar la farmacia con servicio de urgencias en la ciudad de Ingolstadt  [aquí](#), en toda Baviera  [aquí](#) y en toda Alemania  [aquí](#) (introduzca el código postal o la localidad).

Seguro de enfermedad

Seguro obligatorio

El seguro es obligatorio en Alemania. ¿Tiene permiso de residencia? Entonces debe inscribirse en una caja de enfermedad regular. Allí recibirá una tarjeta de seguro. Con ella tendrá las mismas prestaciones que cualquier otra persona en Alemania.

¿Tiene una enfermedad aguda en el extranjero? En muchas consultas médicas y hospitales extranjeros también recibirá asistencia básica. Infórmese en su seguro de enfermedad.

Puede elegir un médico generalista (médico de familia) de su elección. ¿Necesita tratamiento de un especialista? Entonces recibirá una remisión de su médico de cabecera.

 ¿Va a un hospital? ¿Va a un terapeuta? ¿Va a ver a un médico? Lleve consigo la tarjeta del seguro.

Tarjeta del seguro

La tarjeta del seguro es muy importante. Con ella puedes ir al médico. El trabajo del médico lo paga su seguro. La tarjeta es también su seguro en toda Europa. Se llama Tarjeta Sanitaria Europea (TSE). También le permite ir al médico en todos los países de la UE.

Seguro médico internacional

💡 ¿Viaja a un país fuera de la UE? Entonces debe contratar un seguro adicional. El seguro médico internacional le protege mientras viaja. Se llama seguro médico internacional.

Información sobre el sistema sanitario alemán

¿Quiere conocer el sistema sanitario alemán? Puede encontrar información en esta [página web](#). Esta información está disponible en alemán y en inglés.

📖 [Aquí encontrará](#) toda la información importante sobre el seguro de enfermedad (lea el capítulo 1). La guía explica el sistema sanitario alemán. También está disponible en [otros idiomas](#): Son importantes la ["Guía de la salud para solicitantes de asilo en Alemania"](#) y la ["Guía de la salud para todos"](#).

👥 Como refugiado o solicitante de asilo, aún no estás cubierto por el seguro de enfermedad. Necesitas una cartilla sanitaria. Esto te permite ir al médico. Puede obtener estos carnés en la [oficina de asistencia social](#).

Expediente electrónico del paciente (ePA)

A partir del **15 de enero de 2025** se introducirá en Alemania un nuevo expediente digital del paciente denominado **expediente electrónico del paciente (ePA)**. Este expediente almacenará todos los datos sanitarios importantes, como lo que el médico ha averiguado sobre su salud, la medicación que toma o los exámenes a los que se ha sometido.

Todas las personas con seguro médico obligatorio reciben automáticamente esta ePA. Si no lo desea, puede oponerse.

Médicos y pacientes pueden acceder a los datos sanitarios de forma rápida y sencilla a través de la ePA. Pero sólo las personas autorizadas pueden ver los datos. Así se mantiene la seguridad de los datos.

¿Cómo pueden los asegurados negarse a crear una ePA? ¿Qué plazos se aplican?

Si más adelante alguien ya no desea utilizar la ePA, puede eliminarla. El objetivo es permitir que médicos y pacientes colaboren más rápido y mejor para mejorar la salud.

Si alguien quiere rechazar la ePA, debe informar a su seguro médico. Si no lo hace, la ePA se creará automáticamente.

Detalles importantes sobre la ePA. ¿Qué hay que tener en cuenta?

Contenido de la ePA:

- Toda la información importante de sus visitas al médico se incluye automáticamente en el EPR si está disponible en formato digital. Esto significa, por ejemplo, que los hallazgos o diagnósticos que anote el médico se transfieren al EPR.
- También puede cargar usted mismo en la ePA información como las constantes vitales (por ejemplo, su altura o peso) o documentos médicos antiguos.
- A partir de 2025, habrá un resumen automático de toda la medicación que esté tomando. Más adelante se completará con un plan especial de medicación.

Derechos de acceso:

- Puede especificar qué médicos u hospitales están autorizados a acceder a su ePA. Si quiere hacer cambios, puede hacerlo a través de la aplicación ePA o ponerse en contacto con la oficina del defensor del paciente de su seguro médico.
- Si leen su tarjeta sanitaria en la consulta de un médico o en un hospital, tendrán acceso temporal a su ePA durante 90 días, salvo que usted se oponga.

Uso y accesibilidad:

- Puede gestionar la ePA a través de una aplicación especial en su smartphone. Cada Caja de Enfermedad ofrece su propia aplicación, que puede descargarse gratuitamente de App Store (para iOS) o Google Play Store (para Android).
- Si no tienes un smartphone, puedes obtener ayuda en farmacias o centros especiales para acceder a tu ePA.

Normativa legal:

- La introducción de la ePA comenzará inicialmente en Hamburgo y Renania del Norte-Westfalia. Después estará disponible en toda Alemania a partir de febrero de 2025.
- Los asegurados privados también pueden utilizar una ePA, aunque esto depende de la compañía de seguros en cuestión.

Ventajas:

- La ePA facilita la comunicación entre médicos, hospitales y otros centros médicos. Le ofrece una mejor visión de conjunto de sus datos sanitarios.
- Además, la ePA aumenta la seguridad y precisión de la medicación.

Desafíos:

- No todos los documentos, como los antiguos informes médicos en papel, se digitalizan automáticamente. No obstante, puede preguntar a su seguro médico si puede encargarse de la digitalización.
- Al principio puede haber dificultades técnicas porque algunos médicos tienen que adaptar el software de su consulta.
- Otro problema es que no hay información multilingüe, es decir, no hay traducciones a otros idiomas.

La ePA es un paso importante hacia la digitalización del sector sanitario. Debería mejorar la atención médica. También proporciona una base para la investigación.

¿Quiere saber más? Aquí encontrará más información:

 [Preguntas y respuestas del KBV sobre el expediente electrónico del paciente \(ePA\)](#)

 [Información del centro de asesoramiento al consumidor sobre el ePA](#)

Visita al médico y al hospital

Visita al médico: ¿Qué necesita?

Lleve siempre consigo la tarjeta sanitaria cuando vaya al médico o al hospital. Si no habla bien alemán, llévese a amigos que hablen alemán o a un [ayudante lingüístico o mediador lingüístico](#) de . Es importante que entiendas bien al médico. Pregunte si no entiende algo.

Médicos de cabecera y especialistas

Si está físicamente enfermo o  [mentalmente](#) enfermo, acuda a su médico de familia (médico general). Puedes elegir tú mismo al médico. Si es posible, concierte una cita. Los horarios de apertura de los consultorios médicos varían.

Los médicos de cabecera realizan los exámenes más importantes y son los primeros a los que hay que acudir en caso de enfermedad. Le recetarán la medicación necesaria o le enviarán a otros especialistas para que le examinen.

Si es necesario, su médico de cabecera le remitirá a un especialista (ortopedista, urólogo, psicólogo, etc.). Estos especialistas están especializados en un campo concreto de la medicina, pueden realizar exámenes especiales y encargarse del tratamiento posterior. Es conveniente que el médico de cabecera reciba todos los resultados de los exámenes.

Pediatras

Los niños suelen ser examinados por pediatras. Las [revisiones](#) periódicas en  y las [vacunas](#) de  en el pediatra son importantes para la salud de su hijo y son gratuitas.

Las revisiones se llaman exámenes U y se realizan a una hora determinada. Cada niño recibe una cartilla amarilla con las fechas y horas. En Baviera, los exámenes U1-U9 son obligatorios. Necesita la cartilla U para inscribirse en una >>guardería. Las vacunas se anotan en la cartilla de vacunación.

Los consultorios pediátricos de la ciudad de Ingolstadt pueden consultarse en  [aquí](#).

Dentistas

Si tiene dolor de muelas, vaya al dentista. El tratamiento dental está cubierto por el seguro de enfermedad. Si hay que sustituir un diente, tendrás que pagar tú mismo una gran parte. Pide un presupuesto y habla con tu seguro médico.

Puede encontrar consultorios dentales en la ciudad de Ingolstadt en  [aquí](#).

Ginecólogos (ginecólogas)

Es importante que las mujeres y las adolescentes sean examinadas regularmente por un ginecólogo. Es lo que se llama un chequeo. Esto permite reconocer a tiempo las enfermedades. También puedes tratar allí el tema de la [anticoncepción](#) .

Puede encontrar consultas ginecológicas en la ciudad de Ingolstadt en  [aquí](#).

Médicos para hombres (urólogos)

Los hombres también deben acudir al médico con regularidad. La mayoría de las revisiones las realiza el médico de familia. El urólogo está especializado en enfermedades masculinas. También puede tratar el tema de la [anticoncepción](#) en .

Puede encontrar consultas médicas para hombres en la ciudad de Ingolstadt en  [aquí](#).

Hospital

Usted acude al hospital si se trata de una urgencia o si ha sido ingresado.

- Una urgencia es cuando se teme por su vida, si sufre un dolor intenso y no puede ponerse en contacto con un médico. O si se pone gravemente enfermo durante el fin de semana.
- Si estás ingresado, un médico te envía al hospital.

💡 Los gastos de hospitalización, alojamiento y manutención están cubiertos por su seguro de enfermedad. Sin embargo, tendrá que pagar una dieta de 10 euros al día.

💡 Si tiene ingresos bajos, puede estar exento. Hable con su seguro médico.

Servicio de urgencias Klinikum Ingolstadt GmbH

[Levelingstraße 21](#), 85049 Ingolstadt

☎ [0841/8802750](tel:0841/8802750)

Servicio de urgencias Klinikum Dr Maul GmbH

[Östliche Ringstraße 4](#), 85049 Ingolstadt

☎ [0841/93580](tel:0841/93580)

Servicio médico de guardia

Si necesita un médico por la tarde o el fin de semana y no se trata de una urgencia, puede llamar aquí o acudir al consultorio de urgencias y guardia:

[GO IN-Ärztliche Bereitschaftspraxis Ingolstadt](#)

💡 La entrada es por el [servicio de urgencias](#)  [- Levelingstraße](#) en el Hospital de Ingolstadt

[Krumenauerstr. 25](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841 / 886 99 55](tel:0841/8869955)

 Horario de apertura:

Lunes, martes, jueves 18:00 - 22:00

Miércoles 15:00 - 22:00

Viernes 15:00 - 22:00

Sábados, domingos y festivos 08:00 - 22:00

IR A la consulta de guardia de pediatría

💡 Los tratamientos se realizan SOLO en la consulta pediátrica correspondiente.

Por favor, no llame al consultorio de nuestra red de médicos GOIN.

Las direcciones y los números de teléfono de los consultorios pediátricos de guardia figuran en

la [tabla](#) siguiente .

 Horario de atención al público:

Miércoles 16:00 - 20:00

Sábados, domingos y festivos 09:00 - 13:00 15:00 - 20:00

Servicio de urgencias odontológicas

En la página web Zahnärztlicher Notdienst Bayern (introduzca el código postal) encontrará el consultorio dental de guardia más cercano en caso de dolor de muelas los fines de semana y festivos.

 www.notdienst-zahn.de/

 [Búsqueda de dentistas](#)

No entiende las conclusiones de la consulta del médico o del hospital.  [Aquí](#) encontrará explicaciones (sólo en alemán).

Servicio de urgencias de farmacia

¿Qué farmacia de Ingolstadt abre los fines de semana o por la noche?

Busque aquí:  [Farmacia servicio de urgencias](#)

Números de emergencia - SOS

Una emergencia es una amenaza aguda para la salud. Sólo debes ponerte en contacto con un médico de urgencias o un servicio de rescate en caso de emergencia o amenaza aguda para la salud.

Contactos de emergencia

Policía  [110](#)

Bomberos, servicio de rescate  [112](#)

Ambulancia, médico de urgencias  [112](#)

Centro de toxicología de Nuremberg [+49 \(0\) 9113982451](#)

Llamada de emergencia en caso de intoxicación Múnich [+49 \(0\) 8919240](#)

 Los números de emergencia de los teléfonos móviles siempre funcionan, incluso si tienes una tarjeta prepago sin crédito/dinero!

También le puede interesar:  [Así funciona la localización a través del teléfono móvil en caso de emergencia - enviar ubicación.](#)

Información importante para una llamada de emergencia

- **¿Quién** llama (su nombre)?
- **¿Dónde** ha ocurrido algo (dirección)?
- **¿Qué** ha ocurrido?

- **¿Cuántos** heridos o enfermos hay?
- **¿Qué tipo** de enfermedades o lesiones hay?
- **Espere** a que le hagan más preguntas.

Mantenga la calma. Hable despacio y con claridad para que le entiendan mejor. No finalice la llamada. El centro de llamadas de emergencia / policía finalizará la llamada cuando se haya transmitido toda la información importante.

💡 No olvide el carné de identidad o el justificante de llegada al hospital. Si está inscrito en un seguro de enfermedad, lleve consigo la tarjeta del seguro.

👥 Como solicitante de asilo, sólo puede ir al hospital sin un justificante de tratamiento en caso de urgencia. En el hospital, debe demostrar que es solicitante de asilo con su justificante de llegada y los gastos se abonarán a través de la Oficina de Asuntos Sociales.

Centros de asesoramiento y ofertas de ayuda

Aquí encontrará diversos centros de asesoramiento para todos los aspectos de la salud. 🌐 [Aquí](#) puede saber qué es un centro de asesoramiento.

Ayuda contra la violencia y los malos tratos - ¿Es usted una mujer necesitada?

Ayuda contra la violencia y los malos tratos:

¿Eres una mujer necesitada?

Como mujer, puedes acudir a los siguientes centros

- si está amenazada por la violencia o
- eres víctima de malos tratos:

☐ **Refugio de Mujeres de Ingolstadt**

El refugio de mujeres ayuda a las mujeres que sufren o están amenazadas por la violencia. Pertenece al centro de distrito de Cáritas en Ingolstadt, pero tiene una dirección secreta. Esto mantiene a las mujeres seguras allí.

☎ Disponible las veinticuatro horas del día, incluso por la noche, los fines de semana y los días festivos.

Frauenhaus Ingolstadt

📍 [Jesuitenstr. 1, 85049 Ingolstadt](#)

✉ [@frauenhaus@caritas-ingolstadt.de](mailto:frauenhaus@caritas-ingolstadt.de)

☎ [+49 \(0\) 841309700](tel:+490841309700)

🌐 <https://frauenhaus-ingolstadt.assisto.online/>

☐ **Centro de acogida para mujeres Diakonie**

Zufluchtstätte für Frauen in Not

📍 [Schrannenstr. 5, 85049 Ingolstadt](#)

☎ [+49 \(0\) 843160288](#)

🌐 <https://dw-in.de/portfolio-items/zufluchtstaette-...>

📄 **Ayuda inmediata en caso de peligro**

Tú u otras personas estáis en grave peligro?

Entonces llama inmediatamente a la **policía** :

📄 **110** (gratuito, disponible a cualquier hora).

📄 **Línea de ayuda "Violencia contra las mujeres"**

- Anónima y gratuita
- Asesoramiento en **17 idiomas**
- Teléfono: [116 016](#)
- Internet: www.hilfetelefon.de
- **Disponible: 24 horas al día, 7 días a la semana**

Centros de asesoramiento sobre violencia doméstica

Interventionsstelle | Beratung bei häuslicher Gewalt

📍 [Jesuitenstr. 1, 85049 Ingolstadt](#)

@ interventionsstelle@caritas-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 841309199](#)

🌐 <https://www.caritas-kreisstellen.de/alle-kreisste...>

Fachberatungsstelle bei sexualisierter Gewalt

📍 [Am Stein 5, 85049 Ingolstadt](#)

@ beratungsstelle@wirbelwind-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84117353](#)

🌐 <https://www.wirbelwind-ingolstadt.de/>

Familien- und Lebensberatung

📍 [Schrannenstr. 1a, 85049 Ingolstadt](#)

✉ info@skf-ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 841937550](tel:+49(0)841937550)

🌐 <https://www.skf-ingolstadt.de/familienberatung-2/>

Staatlich anerkannte Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen

📍 [Schrannenstr. 1a, 85049 Ingolstadt](#)

☎ [+49 \(0\) 8413708303](tel:+49(0)8413708303)

🌐 <https://www.frauenberaten-in.de/>

Centros de asesoramiento por violencia o discriminación

Gleichstellungsbeauftragte | Gleichstellungsstelle

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉ gleichstellungsstelle@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413051166](tel:+49(0)8413051166)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Diversit%C3%A4t/G...>

Antidiskriminierungsstelle

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉ antidiskriminierungsstelle@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413051165](tel:+49(0)8413051165)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Diversit%C3%A4t/A...>

☐ Asesoramiento telefónico

† Servicio de asesoramiento telefónico (protestante)

- ☐ +49 (0) 8001110111
- w [ww.tele](http://ww.tele.fonseelsorge.de) fonseelsorge.de
- Gratuito, las veinticuatro horas del día
- También asesoramiento a través del chat

† Servicio de asesoramiento telefónico (católico)

- ☐ +49 (0) 8001110222
- w [ww.tele](http://ww.tele.fonseelsorge.de) fonseelsorge.de

- Gratuito, las 24 horas del día
- También es posible el asesoramiento por chat

☎ **Línea telefónica de asesoramiento para musulmanes (MuTeS)**

- ☎ +49 (0) 30443509821
- www.mute.s.de
- Disponible todos los días, las 24 horas
- Asesoramiento por teléfono o chat
- Asesoramiento en varios idiomas: alemán, turco, árabe, inglés, francés, bosnio, kurdo, urdu, persa, somalí y otros.
- Los asesores son musulmanes formados que trabajan de forma voluntaria

☎ **Teléfono Doweria (de habla rusa)**

- ☎ +49 (0) 30440308454
- w www.diakonie-portal.de/telefon-doweria
- Disponible todos los días - 24 horas al día
- Para mujeres de habla rusa
- Organización: Diakonisches Werk Berlin-Brandenburg
- Los consejeros son los propios inmigrantes o de confesión judía

☎ **Weißer Ring - línea directa para víctimas**

- Ayuda a las víctimas de la violencia y la delincuencia
- ☎ [116 006](tel:116006)
- Todos los días de 7 a 22 h.
- Gratuito en todo el país
- Se puede contactar fuera de este horario a través de la policía

☎ **Asesoramiento sobre infracciones penales**

Jefatura de Policía de Alta Baviera Norte

- ☎ +49 (0) 84193431077
- Ayuda a las víctimas de delitos

☎ **Servicio de crisis psiquiátricas**

- Ayuda en caso de emergencias de salud mental
- ☎ +49 (0) 8006553000
- Gratuito, las veinticuatro horas del día

Allgemeiner Sozialdienst

📍 [Adolf-Kolping-Str. 10, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @sozialdienste@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545401](tel:+49(0)84130545401)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Amt-f%C3%BCr-Jugend-und...>

Servicio de guardia disponible fuera del horario de apertura a través de la policía

aplicación breastcare

El cáncer de mama es el tipo de cáncer más frecuente en todo el mundo. En Europa, una de cada ocho mujeres padecerá cáncer de mama a lo largo de su vida. Sólo en Alemania se diagnostica cada año a unas 70.000 mujeres. Cuanto antes se detecte la enfermedad, mayores serán las posibilidades de curación. Alrededor del 25% de los casos pueden prevenirse adoptando un estilo de vida saludable. La aplicación Breastcare tiene una base científica. Explica todo lo importante sobre el cáncer de mama de forma fácil de entender. También trata el tema de la detección precoz. Se aprende lo importante que es un estilo de vida saludable. La aplicación está disponible en siete idiomas: árabe, alemán, inglés, farsi, francés, español y turco.

La aplicación Breastcare

- te recuerda que debes palparte los pechos con un calendario cíclico
- explica el autoexamen paso a paso con instrucciones ilustradas
- explica los factores de riesgo y los síntomas y ofrece consejos específicos para llevar un estilo de vida saludable
- responde a preguntas sobre los exámenes médicos de detección en Alemania
- enlaces a numerosos puntos de contacto, como centros mamarios, funcionarios de integración o servicios de apoyo, a los que las mujeres pueden dirigirse si tienen preguntas
- cuenta historias alentadoras de mujeres afectadas

Puede descargar la aplicación en las tiendas de aplicaciones de Apple y Google. La aplicación es gratuita. La aplicación puede utilizarse sin recoger datos personales. Está libre de publicidad y diseñada a largo plazo. Más información en siete idiomas en:

www.breastcare.app

MiMi - Con los emigrantes para los emigrantes (MiMi-Bayern)

¿Vive en Ingolstadt y procede de otro país?

¿Le gustaría aprender algo sobre el sistema sanitario alemán?

MiMi-Bayern le ofrece:

- Formación gratuita como "piloto sanitario" (unas 50 horas).
- Los inmigrantes dan a otros inmigrantes información sobre salud y enfermedad.

El programa está disponible en varios idiomas.

Red de Asuntos Laborales y Sociales NefAS e. V.

[Permoserstrasse 69](#)

85057 Ingolstadt

@ [inda-ga](#) sem@web.de

☎ [0163/3306982](#)

🌐 [Con emigrantes para emigrantes \(MiMi\) - Salud intercultural en Baviera](#)

MiMi-Baviera es un proyecto del Centro Etnomédico e.V.

Está financiado por el Ministerio de Sanidad y Asistencia del Estado de Baviera y MSD SHARP & DOHME GMBH.

Centros de asesoramiento para personas necesitadas de cuidados y sus familiares

Centros de asesoramiento para personas necesitadas de cuidados y sus familiares

Los centros de asesoramiento ofrecen información y apoyo sobre todos los aspectos del envejecimiento. Los centros de asesoramiento están dirigidos a las personas mayores, pero también a los familiares. Los cuidados y la demencia suelen ser situaciones estresantes para las familias. Es posible que no conozca este tipo de apoyo en su país de origen. En Alemania hay muchos servicios. Solicite asesoramiento y apoyo gratuitos. Recibirá ayuda para tomar una decisión. Al final, usted decide lo que quiere hacer.

Recibirá asesoramiento y apoyo sobre temas como

- La demencia y otras enfermedades relacionadas con la edad,
- prestaciones del seguro de dependencia,
- planificación y financiación de la asistencia domiciliar o residencial,
- Asistencia financiera,
- contacto con las autoridades,
- discapacidad grave,
- Cuidados y testamentos vitales
 - Cuidados significa que alguien le ayuda y toma decisiones por usted cuando ya no puede hacerlo por sí mismo. Esto puede ocurrir, por ejemplo, si está muy enfermo o ya no puede pensar bien.
 - Un testamento vital es un documento en el que usted escribe lo que quiere que hagan los médicos si está muy enfermo y ya no puede hablar. Por ejemplo, puede decir si quiere o no que le den respiración artificial. Esto ayuda a los médicos y a su familia a saber lo que usted quiere si ya no puede decirlo.

y mucho más.

Centro de asistencia de Ingolstadt



[Fechtgassee 6](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841 305 500 40](tel:084130550040)

@ flegest@uetzpunkt-ingolstadt.de

🌐 [www.pfle gestuetzpunkt-ingolstadt.de](http://www.pfle-gestuetzpunkt-ingolstadt.de)

💡 [Guía de cuidados segunda edición.pdf](#)

[Folleto para descargar](#)

[Centro de asistencia Ingolstadt](#)

[Centro de asistencia Ingolstadt en un idioma sencillo](#)

[Idiomas extranjeros](#)

[Folleto en inglés](#)

[Folleto en turco](#)

[Folleto en ruso](#)

[Folleto en árabe](#)

El asesoramiento asistencial también puede prestarse en lenguas extranjeras previa cita. Si no hay ninguna persona de su entorno social disponible para traducir, se organizará una persona para interpretar.

🕒 **Horario de atención al público**

Lunes 09:00 - 12:00, 14:00 - 16:00

Martes 09:00 - 12:00, 14:00 - 16:00

Miércoles cerrado

Jueves 09:00 - 12:00, 14:00 - 18:00

Viernes 09:00 - 12:00

Servicios de asesoramiento adicionales en el centro de apoyo asistencial

- El día de consulta sobre las prestaciones sociales del distrito de Alta Baviera es todos los jueves de 10.00 a 12.00 horas sobre los temas de ayuda a la integración para personas con discapacidad y ayuda a la asistencia para personas necesitadas de cuidados.
☎ @Concierte una cita: [089-219821057](tel:089219821057) o a través de beratung-in@bezirk-oberbayern.de.
- El centro especializado para familiares cuidadores de la Alzheimer Gesellschaft Ingolstadt e.V. ofrece asesoramiento sobre los temas de apoyo a familiares cuidadores y tratamiento de la demencia en el centro de apoyo asistencial los martes con cita previa entre las 9.00 y las 12.00 horas.
☎ @Para concertar una cita: [0841-8817732](tel:08418817732) o a través de info@alzheimer-ingolstadt.de.
- La EUTB - Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung asesora todos los últimos jueves de mes entre las 14 y las 17 horas en las instalaciones del centro de asistencia de Ingolstadt.
☎ @Se ruega concertar cita: [0841-99476451](tel:084199476451) o a través de margit.retzer.eutb@ospe-ev.de.
- La Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. (Asociación Bávara de Ciegos y Deficientes Visuales) ofrece asesoramiento todos los últimos martes de mes, con cita previa, entre las 9.00 y las 16.00 horas, en las instalaciones del Centro de Asistencia de Ingolstadt.
☎ @Para concertar una cita: [089-55988116](tel:08955988116) o a través de sabine.ruhstorfer@bbsb.org.

💡🌐 Encontrará más centros de información y asesoramiento en la ciudad de Ingolstadt [aquí](#).

La asociación de enfermos terminales ayuda a los enfermos graves y moribundos y a sus familiares en su salida de la vida. Conferencias, seminarios y actos ofrecen una buena oportunidad para dar respuesta a preguntas sobre la muerte y el duelo. También puedes participar en la asociación de hospicios.

Asociación de Hospicios de Ingolstadt e.V.



[Levelingstr. 102](#)
85049 Ingolstadt

 [0841/17111](tel:0841/17111)



[0841/17175](tel:0841/17175)

 info@hos-pizverein-in.de

 www.hosp-izverein-in.de

 Horario de oficina:

De lunes a viernes: de 09.00 a 12.00 horas

 Puede ponerse en contacto con nosotros por teléfono en cualquier momento en casos urgentes.

 [Aquí](#) encontrará vídeos explicativos sobre **cuidados paliativos** en varios idiomas.

 Encontrará más información sobre **las voluntades anticipadas** [aquí](#).

Responsable de Inclusión de la ciudad de Ingolstadt

Personas con discapacidad

El responsable de discapacidad de la ciudad de Ingolstadt

 Asesoramiento a la ciudad

El comisario ayuda a la ciudad de Ingolstadt.

Presta atención a una ley importante.

La ley se llama Ley Bávara de Igualdad de las Personas con Discapacidad.

Protege a las personas con discapacidad.

Garantiza la igualdad de derechos para todos.

Ayuda a las personas con discapacidad

La representante es una persona de contacto.

Las personas con discapacidad pueden hablar con ella.

Facilita información.

Ayuda con las preguntas.

Ayuda con los problemas.

Compromiso con la justicia

Las mujeres y los hombres deben tener los mismos derechos.
Las mujeres con discapacidad tampoco deben estar en desventaja.
La representante se compromete a ello.
Previene las desventajas.
También ayuda cuando ya existen.

La accesibilidad es importante

Accesibilidad significa:
Todo el mundo puede moverse con facilidad.
Incluso en silla de ruedas o con bastón.
La accesibilidad es importante en la construcción.
También es importante en el transporte.
El comisario presta atención a este aspecto.

Participación en la ciudad

El representante participa en muchos asuntos.
Se fija mucho.
Especialmente cuando se trata de personas con discapacidad.
Aporta sus propias ideas.
Es independiente.
Nadie le dice lo que tiene que hacer.

Trabajo en red e información

La representante habla con mucha gente.
Da a conocer su trabajo.
Reúne a la gente.
Esto se llama: Trabajo en red.
Es la mejor manera de ayudar.

 Más [información](#) sobre ayuda a discapacitados.

Die Inklusionsbeauftragte der Stadt Ingolstadt

 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

 [@inklusion@ingolstadt.de](mailto:inklusion@ingolstadt.de)

 [+49 \(0\) 8413051205](tel:+49(0)8413051205)

 <https://www.ingolstadt.de/Inklusion>

Centros de asesoramiento para personas con discapacidad:

⇒ En la página web de la ciudad de Ingolstadt hay una [lista de centros de asesoramiento](#)

⇒ [Asesoramiento, contactos y ofertas en Ingolstadt](#)

Médicos del Mundo - Centro de asesoramiento de Múnich

Médicos del Mundo - Centro de asesoramiento de Múnich

Aquí encontrará páginas informativas en varios idiomas:

- Folleto "[Salud sexual y autodeterminación sexual, embarazo y parto, protección contra la violencia de género: información para refugiados](#)"
- Folleto "[Mis derechos en el procedimiento de asilo, El sistema sanitario alemán, Salud mental: Información para refugiados en Alta Baviera](#)"

Personas sin seguro médico

En Alemania no todo el mundo tiene seguro médico. Muchas mujeres, hombres y niños no tienen acceso a la atención médica. "Médicos del Mundo" ayuda gratuitamente en Múnich, Stuttgart, Hamburgo y Berlín.

Migrantes y refugiados

Millones de personas huyen de todo el mundo, entre ellas muchos niños. "Médicos del Mundo" ayuda a migrantes y refugiados en muchos países. Ofrecemos atención médica y asesoramiento.

Víctimas de crisis

Las catástrofes naturales y los conflictos destruyen los medios de subsistencia. "Médicos del Mundo" proporciona ayuda de emergencia y colabora en la reconstrucción.

Mujeres y niños

Las mujeres embarazadas, las madres y los niños necesitan una protección especial. Muchos enferman porque no hay médico o el tratamiento es demasiado caro. "Médicos del Mundo" mejora su salud y refuerza sus derechos.

Grupos de riesgo

Los niños de la calle, los drogadictos y los jornaleros corren grandes riesgos sanitarios. "Médicos del Mundo" ayuda con proyectos en todo el mundo.

Ayuda a pacientes

En Alemania ofrecemos ayuda médica a personas sin acceso al sistema sanitario. Algunos ejemplos son "open.med" en Múnich, Berlín y Hamburgo, así como "MedMobil" en Stuttgart.

Víctimas de la violencia: asesoramiento para refugiados

Todas las personas en Alemania tienen derecho a la salud. Sin embargo, los recién llegados suelen tener dificultades con el sistema. Necesitan un certificado de la oficina de asistencia social para recibir atención médica, que a menudo sólo cubre las urgencias.

Los refugiados suelen sufrir violencia, también en los centros de acogida bávaros. Las barreras lingüísticas y la discriminación dificultan el acceso a la ayuda y empeoran las cosas.

"Médicos del mundo

Oficina de Múnich:

[Landsberger Str. 428](#)

81241 Múnich

 [+498945230810](tel:+498945230810)

 [@info@aerztederwelt.org](mailto:info@aerztederwelt.org)

 www.aerztederwelt.org

Ayuda médica a los refugiados

¿Qué es la asistencia médica?

En Alemania, tiene la posibilidad de acudir a un médico si está enfermo o tiene alguna queja.

 Los médicos deben poder hablar con usted. Antes del tratamiento médico, aclare si puede comunicarse con el médico. Si no es así, llévase a una persona de confianza para que le traduzca el tratamiento.

En casos excepcionales, puede solicitar que se cubran los gastos de un intérprete. Debe solicitarlo con antelación. En caso necesario, diríjase a la [Oficina de Asistencia Social](#) con tiempo suficiente (antes de la cita).

¿A qué médico puedes acudir?

Si vives en el centro ANKER

Dirígete al médico del campamento. Éste se encuentra en el recinto del centro ANKER. Puedes pedir cita allí. El responsable de tu alojamiento local podrá ayudarte.

El médico del campamento decidirá si necesitas ver a un especialista. En este caso, la dirección de tu alojamiento local te ayudará a concertar una cita.

Importante: Si concierta usted mismo una cita con un especialista, siempre deberá

- una remisión del médico del campamento **y**
- un justificante de tratamiento sanitario de la Oficina de Asuntos Sociales.

Sin estos documentos, normalmente no le atenderán en la consulta. Por lo tanto, ponte siempre en contacto primero con el médico del campamento y con los asesores del Centro ANKER.

Si vives en un alojamiento para refugiados descentralizado, en un alojamiento compartido o privado

Si aún no tienes tarjeta sanitaria: Debes solicitar un bono de tratamiento médico en la Oficina de Asistencia Social.

Puede acudir a los siguientes médicos con la tarjeta sanitaria

- Médico generalista
 - Ginecólogo
 - Pediatra
 - dentista
 - oftalmólogo
1. Para ello, debe concertar una cita con un médico de su elección en el área de la ciudad de Ingolstadt.
 2. A continuación, comuníquese su cita a la Oficina de Asistencia Social con la debida antelación.
 3. La Oficina de Asistencia Social examinará su caso y le expedirá un vale de tratamiento sanitario.
 - Puede hacerlo personalmente in situ o por correo electrónico, véase "[Cómo ponerse en contacto con nosotros](#)".

💡 Con este justificante no puede acudir a otro médico especialista.

💡 Sólo podrá acudir a otro especialista si los médicos arriba mencionados le expiden la correspondiente remisión.

¿Cómo se obtiene la tarjeta sanitaria?

En determinadas condiciones, puede obtener una tarjeta sanitaria después de 18 meses. La Oficina de Asistencia Social comprobará los requisitos para ello sin que usted lo solicite, véase [el artículo 2 de la AsyBLG](#).

Ayudas médicas, terapias y operaciones

A veces las personas necesitan ayudas médicas, por ejemplo

- una silla de ruedas
- un corsé,
- una terapia, por ejemplo fisioterapia
- una operación, por ejemplo, de un hueso roto.

El médico debe prescribir los medios auxiliares y las terapias. Para una operación, el médico debe redactar una carta explicando el diagnóstico y su necesidad.

Si aún no dispone de tarjeta sanitaria, deberá presentar una **solicitud** a la **Oficina de Asistencia Social** junto con la receta o la carta del médico.

La Oficina de Asistencia Social comprobará si el tratamiento solicitado puede ser cubierto y, por lo general, se pondrá en contacto directamente con su médico. A menudo también se le pedirá que obtenga una estimación de los costes o que consulte a un experto.

💡 En caso de enfermedad, la Oficina de Asistencia Social sólo puede cubrir los gastos absolutamente necesarios para

- para tratar enfermedades agudas y afecciones dolorosas o
- prevenir daños importantes para la salud o
- evitar peligros para la población.

Embarazo y parto: asesoramiento, apoyo, ayuda

¿Qué hay que tener en cuenta durante el embarazo y el parto?

Embarazo

- ¿Está embarazada?
- ¿Vas a tener un bebé?
- Hazte un test de embarazo.
- Puedes comprar una prueba de embarazo en una farmacia o droguería.

Ginecólogo

- Acude al ginecólogo:
- El ginecólogo cuida de ti y de tu hijo.
- ⇒ **Puede buscar ginecólogos en Ingolstadt [aquí](#).**

Pasaporte para madres

- Recibirá un pasaporte materno:
- El pasaporte materno contiene los resultados de las pruebas.
- **El pasaporte materno es importante.**
- Debe llevar siempre consigo el pasaporte maternal al ginecólogo.
- El pasaporte de maternidad no es un documento de identidad.

💡 **¡Por favor, acuda a las revisiones periódicas!**

Seguro de enfermedad

- El **seguro de enfermedad se hace cargo de las revisiones** durante el embarazo.
- Acuda a las revisiones periódicas.
- ¿Tiene alguna duda?
- Pregunte a su ginecólogo.
- Él te ayudará.
- ⇒ **También hay mucha información en internet en muchos idiomas.**

 Información sobre [el seguro médico](#) aquí en la app.

Matrona

- **El seguro de enfermedad también paga el asesoramiento de una matrona.**
- La comadrona puede ir a tu casa.
- Antes del parto y después del nacimiento del bebé.
- ¿Cómo puede ayudarte la matrona?
- ⇒ [Información sobre el trabajo de las matronas](#)

 Necesitas urgentemente una matrona, pero no encuentras ninguna que tenga tiempo para ti y tu bebé?

Aquí puedes obtener ayuda:



Centro de Matronas de Ingolstadt Stinnessstraße 6
85057 Ingolstadt

 [0841/12127494](tel:084112127494)

Horario de consulta: De lunes a viernes de 9 a 11 h.

@h [ebammen](mailto:ebammen@zentrale-igeltern.de) zentrale@igeltern.de

 www.hebammenzentrale-igeltern.de

 **Nota: En caso de urgencia médica, llame inmediatamente a los servicios de urgencia al 112.**

 **También puede obtener ayuda médica en la clínica más cercana, en las consultas ginecológicas o en el servicio médico de guardia, llamando al 116 117.**

Buscas más consejos?

⇒ Eche un vistazo a "[¿Quién puede ayudarme? Consejos sobre salud y enfermedad](#)".

- Teléfono de ayuda "Embarazada y muchas preguntas": [0800 4040020](tel:08004040020)
- Enlace: "[Embarazada y muchas preguntas](#)" en varios idiomas Ministerio Federal de Familia, Tercera Edad, Mujer y Juventud
- Enlace: [Información sobre el embarazo y el parto en muchos idiomas](#)
- [Videoasesoramiento de su matrona de familia](#)

Apoyo de las matronas de familia

Puedes hacer preguntas a la matrona

- ¿Cómo alimento al bebé?
- ¿Qué puedo hacer si llora?
- Puedes pesar a tu bebé.

- **¿Cuándo?** Todos los martes de 15.00 a 16.00 (no durante las vacaciones de verano)
- **¿Dónde?** Proyecto Barrio Sur, Lore-Kullmer-Str. 161, 93053 Ratisbona

Información y persona de contacto:

 [Sozialdienst katholischer Frauen e. V. Ingolstadt](#)

 [Servicio de visitas a domicilio de matronas del centro de matronas](#)

 [Centro de coordinación para la primera infancia \(KoKi\)](#)

Nacimiento

El bebé nace:

Clínica / Hospital

En Ingolstadt hay una clínica especial de maternidad:

[MutterKindZentrum Klinikum Ingolstadt](#)

Horario de consulta: Lun - Jue: 08:00 a 16:00, Vie: 8-13.30

 [0841/880-2501](tel:0841/880-2501)

 [0841/880-2509](tel:0841/880-2509)

@hospital-ingolstadt

Registro para el horario de consulta previa a la hospitalización

 [0841/880-2502](tel:0841/880-2502)

Registro para el nacimiento

 [0841/880-2532](tel:0841/880-2532)

@geburt@klinikum-ingolstadt.de

 Pacientes de emergencia:

Puede contactar con la Clínica de Medicina de Agudos y Urgencias las 24 horas del día en el 0841 880 - 2750.

Centro de Partos de Ingolstadt

[Gerolfinger Str. 78](#)

85049 Ingolstadt

 [0841/99 37 900](tel:0841/99 37 900)

 [0841/993 79 01](tel:0841/993 79 01)

[@info@geburtshaus-ingolstadt.de](mailto:info@geburtshaus-ingolstadt.de)



www.geburtshaus-ingolstadt.de

El Centro de Partos de Ingolstadt es un lugar donde las mujeres y las parejas reciben una atención holística y completa de acuerdo con sus deseos personales antes, durante y después del parto.

Tanto si desea dar a luz en el centro de maternidad, en casa o en la clínica, estamos a su lado.

Matronas y mujeres de otras profesiones trabajan aquí para reforzar la confianza de las mujeres en su capacidad para dar a luz de forma independiente y están dispuestas a apoyarlas con su experiencia profesional.

En casa

- También puedes dar a luz en casa.
- ⇒ Pregunte a su ginecólogo.

Certificado de nacimiento

¿Qué es el certificado de nacimiento?

El certificado de nacimiento es un **documento importante**.

Debes conservar el certificado de nacimiento.

El certificado de nacimiento dice:

- ¿Cómo se llama el niño?
- ¿Dónde nació?
- ¿Cuándo nació?
- ¿Quién es la madre?
- ¿Quién es el padre?

¿Cómo se obtiene el certificado de nacimiento?

Después del nacimiento hay que rellenar un formulario.

El formulario se llama: Anuncio de nacimiento.

El formulario de inscripción del nacimiento se rellena en el hospital o en el centro de natalidad.

El formulario de registro de nacimiento contiene

- Nombre del niño
- Apellidos del niño
- Mucha más información sobre el niño y los padres

Importante:

- **La madre y el padre** deben firmar la inscripción de nacimiento.
- El certificado de nacimiento cuesta 10 euros.

¿Qué documentos necesito llevar?

Pasaporte

- ☐ permiso de residencia
- ☐ certificado de ficción
- ☐ tolerancia

- Partida de nacimiento de la madre
 - Partida de nacimiento del padre
 - Traducción al alemán de la partida de nacimiento de la madre y del padre
- Si está casado/a
- Certificado de matrimonio
 - Traducción al alemán del certificado de matrimonio

No tengo certificado de matrimonio ni de nacimiento

- ¿No tiene todos los documentos?
- En el hospital **NO** le darán el certificado de nacimiento.
- Tiene que ir al Registro Civil.
- Llama y pide cita en el [registro](#) civil.

⇒ **Más información aquí.**

Asesoramiento

⇒ **En Ingolstadt encontrará servicios de asesoramiento sobre el embarazo [en](#) www.ingolstadt.de/Schwangerenberatung.**

Información general sobre el embarazo y el parto

Embarazo y parto

En Alemania, las mujeres embarazadas gozan de una protección especial.

Pueden solicitar asesoramiento. Serán atendidas por un médico.

Y el Estado te apoyará con nuevas compras para el niño.

Hágase una prueba de embarazo

Aquí puedes comprar un test de embarazo:

[Farmacias en Ingolstadt | aponet.de](#)

[Farmacias Ingolstadt \(Páginas amarillas\)](#)

Si está embarazada, primero debe acudir a un ginecólogo. Aquí puede buscar <https://arztsuche.116117.de/>.

Allí le harán las revisiones.

A continuación, recibirá un carné de maternidad. El [carné](#) de maternidad es un documento que contiene información importante sobre su embarazo. También contiene información sobre tu salud. Y la de tu hijo.

💡 Lleve siempre consigo la cartilla de maternidad en caso de urgencia.

Más enlaces sobre el tema de la salud infantil y juvenil en la [página web de la ciudad de IN](#).

Del embarazo a las primeras semanas con el bebé:

Aquí encontrarás información importante sobre el [embarazo y el parto](#).

Dónde puedes encontrar consejos y ayuda y lo que necesitas para el recién nacido:

Antes del parto

Asesoramiento sobre el embarazo

Nombramiento

Centro de matronas Ingolstadt

Centro de matronas Ingolstadt

Reconocimiento de la paternidad y custodia

Después del parto

Inscripción del nacimiento

Prestaciones familiares

Manutención de los hijos

Matrona

Las matronas ayudan a las mujeres y sus familias desde el principio del embarazo hasta el final de la lactancia. Las matronas ofrecen asesoramiento durante el embarazo. Pueden ayudar en el parto. Después del parto, introducen la lactancia materna. También se ocupan de la recuperación física y psicológica de la mujer. Toda mujer puede recurrir a la ayuda de una matrona. La mayoría de los servicios están cubiertos por el seguro médico.

 [Sitio web de la Asociación de Matronas](#)

 [Comunidad de matronas Ingolstadt](#)

Parto y posparto

Su ginecólogo le remitirá a una clínica de maternidad. Después del parto, pregunte allí por una matrona o enfermera obstétrica para los cuidados posteriores. En la clínica le darán un certificado de nacimiento.

En Ingolstadt, [el Centro Materno-Infantil](#) y el [Centro de Parto de Ingolstadt - Centro para el parto autodeterminado](#) son modernas instalaciones disponibles en el [hospital](#).

Notificación al Registro Civil

Los recién nacidos deben ser notificados a la [oficina](#) del [registro civil](#) de Ingolstadt y, en su caso, a la dirección del alojamiento. La clínica de maternidad inscribirá el nacimiento en el registro civil. Allí recibirá el certificado de nacimiento (provisional) de su hijo junto con su DNI, el certificado de nacimiento de la clínica y, si lo tiene, su certificado de matrimonio.

 Presente únicamente los documentos originales. Si sus documentos están en otro idioma, se requiere una traducción al alemán certificada oficialmente.

👤 Si vive en un piso compartido, entregue al responsable de su alojamiento una copia del certificado de nacimiento para poder inscribir a su hijo.

Pediatra

Hay diez exámenes de detección precoz (U1-U9 y J1). Esto significa que se examina regularmente al niño y se controla su desarrollo hasta los 6 años. Los exámenes U1 (examen después del nacimiento) y U2 suelen realizarse en la clínica. Para otros exámenes, debe concertar una cita con su pediatra.

Puede encontrar pediatras en Ingolstadt aquí: Introduzca "pediatra". 🌐
<https://arztsuche.116117.de>

El cuaderno de examen pediátrico "amarillo" - [preguntas prácticas](#).

Introduciendo la fecha de nacimiento, puede utilizar esta calculadora para determinar todas las fechas de examen de U1 a U9 y J1 de su hijo e imprimirlas como PDF:
<https://www.kindergesundheit-info.de>

💡 En el momento de la [inscripción en la guardería](#) se puede solicitar un justificante de los exámenes completos de detección precoz.

Contactos para el asesoramiento sobre el embarazo y el asesoramiento sobre el conflicto del embarazo

💡 Importante para usted: apoyo y asesoramiento durante el embarazo

Centro de asesoramiento durante el embarazo

Como futuros padres, pueden obtener respuestas y apoyo en nuestro centro de asesoramiento sobre el embarazo. El asesoramiento es gratuito y está ahí para ayudarle si tiene alguna duda o preocupación. Abarca muchos temas que pueden ser importantes para usted, como por ejemplo

- Deseo de tener un hijo: si desea tener un hijo o tiene preguntas sobre la preparación, estamos aquí para usted.
- Sentimientos y preocupaciones durante el embarazo: algunas futuras mamás tienen preocupaciones o se sienten inseguras. Incluso después del parto, a veces hay sentimientos estresantes. Le ayudamos a hablar de ellos.
- Duelo y pérdida: Por desgracia, a veces se producen acontecimientos tristes, como un aborto espontáneo o la pérdida de un hijo. Le acompañamos en estos momentos difíciles.
- Ayuda económica: Te indicamos dónde puedes obtener ayuda económica, especialmente de fundaciones y otras organizaciones.
- Preguntas sobre planificación familiar y anticoncepción: Si desea saber cómo planificar o prevenir un embarazo, estaremos encantados de asesorarle.
- Pareja y sexualidad: el embarazo y el parto pueden cambiar su pareja y su sexualidad. Si lo desea, podemos hablar con usted sobre estos temas.

Asesoramiento sobre conflictos en el embarazo

Si tiene un embarazo no planificado y no está segura de cómo decidir, podemos ayudarla con un asesoramiento sobre el conflicto del embarazo. El objetivo de este asesoramiento es ayudarte a tomar una decisión sin ejercer presión. Solo tú decides si continúas o no con el embarazo.

En Alemania, el aborto está permitido bajo determinadas condiciones. Si decide hacerlo y necesita un certificado de aborto no punible, lo recibirá después de la sesión de asesoramiento, tal como estipula el artículo 219 del Código Penal alemán.

Incluso si tu pareja no está segura o no sabe cómo afrontar la situación, puede acudir a la sesión de asesoramiento. También aclararemos dudas sobre los costes de un aborto y si están cubiertos por alguna organización.

Apoyo integral durante el embarazo

Estar embarazada significa vivir un momento especial. Muchas mujeres están alegres y esperanzadas, pero a veces también inseguras o ansiosas. En nuestro asesoramiento sobre el embarazo le ofrecemos

- Asesoramiento personal: todo el mundo tiene derecho a un asesoramiento personal y confidencial que aborde sus cuestiones específicas.
- Cuestiones jurídicas y económicas: le informamos sobre la protección de la maternidad, el permiso parental, la prestación parental y la prestación por hijos a cargo. También le ayudaremos si tiene que tratar con autoridades y oficinas.
- Ayuda económica: Si lo desea, podemos organizar ayudas para el equipamiento del bebé y otras cosas, por ejemplo a través de la "Landesstiftung Hilfe für Mutter und Kind".
- Apoyo durante los cambios y las crisis: El embarazo puede traer a veces incertidumbres o dificultades. Le ofrecemos asesoramiento si se encuentra en una crisis debido al embarazo o la paternidad.
- Seguimiento: Incluso después del parto, estamos a su lado hasta que el niño cumpla tres años si necesita apoyo.
- Diagnóstico y asesoramiento prenatal: Si tiene previsto someterse a exámenes prenatales, le asesoraremos sobre las cuestiones psicológicas y sociales que puedan surgir.
- Parto confidencial: si desea mantener su embarazo y parto en el anonimato, le ofrecemos la posibilidad de planificar un parto confidencial.

Todos los servicios de asesoramiento de un vistazo

Nuestras sesiones de asesoramiento son gratuitas y estrictamente confidenciales. Todas las personas, independientemente de su religión u origen, pueden beneficiarse de estos servicios. También ofrecemos asesoramiento anónimo previa solicitud.

 Centro de asesoramiento reconocido por el Estado para cuestiones relacionadas con el embarazo
en el departamento de salud pública



[Explanada 29](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 8413051452](tel:+4908413051452)

@s [chwange](mailto:chwange@ingolstadt.de) renberatung@ingolstadt.de

🌐w [www.ingo](http://www.ingo-istadt.de/Schwangerenberatung) Istadt.de/Schwangerenberatung

👥 Pro Familia Ingolstadt

Asesoramiento sobre sexualidad, embarazo o pareja

📍 [Holzmarkt 2](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 8413792890](tel:+4908413792890)

@i [ngolsta](mailto:ngolstadt@profamilia.de) dt@profamilia.de

🌐w [www.prof](http://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/bayern/ingolstadt) amilia.de/angebote-vor-ort/bayern/ingolstadt

👥 Centro católico de asesoramiento sobre el embarazo

SkF e.V. Ingolstadt

📍 [Schrannenstraße 1 a](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 8419375560](tel:+4908419375560)

@s [chwange](mailto:chwange@skf-ingolstadt.de) renberatung@skf-ingolstadt.de

🌐w [www.skf-](http://www.skf-ingolstadt.de/Schwangerschaftsberatung) ingolstadt.de/Schwangerschaftsberatung

👥 Asesoramiento para embarazadas reconocido por el Estado (SSB) de Diakonie Ingolstadt

-Asesoramiento para mujeres

📍 [Schulstraße 14](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 8413708303](tel:+4908413708303)

@i [nfo@fra](mailto:nfo@frauenberaten-in.de) uenberaten-in.de

🌐w [www.frau](http://www.frauenberaten-in.de) enberaten-in.de

Anticoncepción y planificación familiar

Planificación familiar/anticoncepción

Si usted

- no desea quedarse embarazada
- quieres protegerte de las enfermedades de transmisión sexual

debes utilizar un anticonceptivo durante las relaciones sexuales. Por ejemplo, preservativos.

Hay muchos anticonceptivos diferentes. Algunos cuestan más dinero que otros. Los anticonceptivos funcionan de forma diferente. Infórmate. Si no estás segura de cuál es el anticonceptivo más adecuado para ti, pregunta a un médico.

[Aquí](#) puedes encontrar información sobre anticoncepción en muchos idiomas

ATENCIÓN:

Sólo el preservativo puede protegerte del sida y otras enfermedades.

Ningún anticonceptivo es seguro al 100%.

Costes de la anticoncepción

En el caso de las mujeres menores de 23 años, su seguro de enfermedad pagará los anticonceptivos. Sólo tienes que pagar una pequeña cantidad tú misma.

Si tiene poco dinero, la ciudad de Ingolstadt puede cubrir los gastos de anticoncepción. Debe presentar una solicitud en la oficina de asistencia social.



Encontrará información aquí [Familienplanungsfond](#).

Salud infantil

Seguro de enfermedad para niños

El seguro de enfermedad para su hijo normalmente **no** cuesta dinero: "seguro familiar".

Su hijo recibirá una tarjeta del seguro.

Debe llevar la tarjeta al médico.

No tiene que pagar nada por su hijo en el médico.

Pediatra

Hay médicos especiales para niños: los pediatras.

Lo saben todo sobre la salud de los niños.

Elige un pediatra para tu hijo.

⇒ [Aquí](#) encontrará pediatras en Ingolstadt

Exámenes en U (= revisiones pediátricas)

Debe llevar a su hijo al médico con regularidad.

El examen en U es bueno para la salud de su hijo.

El seguro de enfermedad se hace cargo de los gastos.

Recibirá una cartilla (amarilla).

Lléveselo a las revisiones.

¿En qué consisten los exámenes U?

Debe concertar una cita con el médico para el examen U de su hijo.

El médico examinará

- Movilidad
- Destreza
- el habla y la comprensión
- comportamiento social

Aconseja sobre diversos temas:

- Vacunas
- Prevención de accidentes
- Salud dental
- nutrición
- otros problemas y preocupaciones que tenga sobre el desarrollo de su hijo

Importante: el examen debe realizarse en un momento determinado!

⇒ [Aquí](#) puede ver cuándo hay que examinar a su hijo.

Los exámenes de la U son exámenes de detección precoz.

Esto significa que si su hijo está enfermo, la enfermedad puede detectarse y tratarse a **tiempo**.

El médico comprueba si su hijo se desarrolla correctamente (por ejemplo, si habla bien).

Su hijo puede recibir apoyo y estímulo.

Vacunación

El pediatra puede vacunar a su hijo.

(Vacunación = protección contra una enfermedad).

Pregunte al pediatra.

La caja de enfermedad paga las vacunas de los niños.

⇒ [Vacunas recomendadas](#) para los niños

Mi hijo está traumatizado, ¿qué puedo hacer?

⇒ [Aquí encontrará información importante para los padres](#)  [Traumatismos y salud mental](#)

Traumatismos, crisis agudas y estrés psicológico

La huida y la migración se producen cuando las personas tienen que huir de la guerra y la violencia. Esto les coloca en situaciones muy difíciles. Muchos sufren las consecuencias el resto de su vida. Algunas sólo reciben ayuda en una fase tardía. El apoyo a las personas traumatizadas no es una terapia. Pero puede ayudar a las personas a vivir con las consecuencias del trauma.

Hay folletos diseñados para ayudar a la gente. Están dirigidos a personas que han vivido situaciones insoportables. Algunos son para personas que cuidan de niños o jóvenes afectados. Otros son para adultos afectados. Estos folletos están diseñados para ayudar a las personas a sobrellevar mejor la vida cotidiana después de tales acontecimientos. Proporcionan consejos prácticos sobre cómo afrontar mejor la nueva situación.

A continuación encontrará información útil y contactos para recibir ayuda en caso de trauma. Especialmente para refugiados y otras personas afectadas:

Si vives en un alojamiento de ANKER, ponte en contacto con los asesores de Malteser del alojamiento. Puedes concertar una consulta en línea (IPSO-Care).

Información general y ayuda

[Ayuda para refugiados traumatizados](#)

- Información en varios idiomas.
- Consejos de autoayuda.

[Psicoterapia en línea](#)

- El programa "Ilajnafsy" ofrece apoyo psicológico por Internet.
- Especialmente para personas del mundo árabe.
- Para personas que sufren depresión y traumas.
- Está disponible en inglés, alemán y árabe.

[Libro ilustrado sobre el trauma](#)

- Está disponible en varios idiomas.
- Ayuda a los niños a comprender sus experiencias.

[Ayuda para niños traumatizados](#)

- Consejos para padres sobre cómo ayudar a sus hijos.

 [Folletos](#) de Unfallkasse Berlin sobre el tema "Trauma: ¿qué hacer?", también disponibles en varios idiomas.

- Información para familiares y ayudantes de niños y jóvenes traumatizados: Describe el comportamiento de los niños y jóvenes traumatizados. Da consejos sobre cómo tratarlos.
- Información para adultos gravemente afectados y sus familiares: folleto sobre cómo afrontar la vida cotidiana tras un suceso traumático.

[Guía para padres de refugiados](#)

- ¿Cómo se comportan los niños traumatizados según su edad?
- ¿Y cómo pueden reaccionar correctamente los padres?

Aquí también encontrará contactos para asesoramiento telefónico y apoyo en situaciones de crisis.

Servicio de crisis psiquiátricas:

Asesoramiento telefónico y apoyo en situaciones de crisis

 [+49 \(0\) 8006553000](tel:+49(0)8006553000) gratuitos

Clínica Danuvius de Ingolstadt
Ambulatorio de traumatología



[Preysingstraße 3-5](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8419339800](tel:+49(0)8419339800)

Hospital de Ingolstadt

Ambulatorio de traumatología



[Krumenauerstr. 25](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8418800](tel:+49(0)8418800) / [+49 \(0\) 8418802205](tel:+49(0)8418802205)

Cuidados paliativos

[Aquí](#) encontrará un vídeo explicativo sobre los cuidados paliativos en Alemania. El vídeo está disponible en varios idiomas.

En esta [guía](#) encontrará información y un resumen de los servicios en muchos idiomas.

Ingolstadt ofrece diversos servicios para enfermos graves y moribundos. Para que pueda pasar sus últimos días lo mejor posible.

Clínicas

En los hospitales atendemos a enfermos terminales. De ello se encargan equipos especiales. En algunos casos, también hay pabellones especiales. Allí se alivian síntomas como el dolor.

Sala de cuidados paliativos del Hospital de Ingolstadt [Krumenauerstraße 25](#)

85049 Ingolstadt

 Contacto: [0841/880-0](tel:08418800)

 [0841/880-4860](tel:08418804860)



[0841/880-4869](tel:08418804869)

@p [alliativ](mailto:alliativ@klinikum-ingolstadt.de) v@klinikum-ingolstadt.de

Pacientes de urgencias:

Las 24 horas a través de nuestra clínica de urgencias - acceso por
[Levelingstraße 21](#)

Horas de consulta:

La unidad de cuidados paliativos está a su disposición las 24 horas del día

Hospicio

Un enfermo grave puede ser ingresado en un hospicio durante el último periodo de su vida. Si no necesitan ser hospitalizados, pero tampoco pueden quedarse en casa. En Ingolstadt se encuentra el hospicio Elisabeth.

Elisabeth Hospiz Ingolstadt gGmbH [Unterer Graben 26b](#)
85049 Ingolstadt

 [08 41/88 55 56 - 10](tel:084188555610)



[08 41\) 88 55 56 - 66](tel:084188555666)
@i nfo@hos piz-ingolstadt.de

Asociación de hospicios

Los cuidadores voluntarios de los hospicios pueden ayudar. Están especialmente formados y visitan a los enfermos a domicilio. La organización corre a cargo de la Asociación de Hospicios de Ingolstadt:

Hospizverein Ingolstadt e.V.
[Levelingstr. 102](#)
85049 Ingolstadt

 [0841/17111](tel:084117111)



[0841/17175](tel:084117175)
@i nfo@hos pizverein-in.de

Horario de oficina:
Lunes - Viernes: 09:00 a 12:00

Puede ponerse en contacto con nosotros por teléfono en cualquier momento en caso de urgencia.

Cuidados paliativos ambulatorios especializados (SAPV)

Si un moribundo tiene dolencias graves y complicadas, el equipo de SAPV puede apoyar al médico de cabecera. Un cuidador actúa como guía junto con los médicos del SAPV para atender a los pacientes en su domicilio. El equipo también incluye un consejero, un terapeuta respiratorio y un trabajador social. Las cajas de enfermedad pagan este servicio. El médico de familia establece el contacto.

SAPV Región 10 GmbH
Am Pulverl 7
85051 Ingolstadt

☎ [0841/8857680](tel:0841/8857680)

@ info@sapv-region10.de

🌐 www.sapv-region10.de

Guía familiar para personas con discapacidad

La guía de la familia

🌐 www.familienratgeber.de

Aktion Mensch publica una guía familiar. La guía familiar está dirigida a las personas con discapacidad. Y a sus familias. Proporciona información y direcciones. También hay una página web. En ella encontrará información importante sobre la vida con una discapacidad.

Esta información está disponible en alemán sencillo y fácil de entender:

- Embarazo y nacimiento,
- de la escuela
- sobre el trabajo
- tiempo libre,
- accesibilidad,
- derechos,
- vivienda,
- asesoramiento,
- seguro de enfermedad y asistencia y mucho más.

Enfermedades infecciosas Higiene Protección

Gérmenes e higiene: información importante

Hay gérmenes por todas partes, como bacterias, virus y hongos. Muchos de ellos viven dentro y sobre nuestro cuerpo. La mayoría son inofensivos. Algunos incluso favorecen nuestra salud. Sin embargo, otros gérmenes pueden causar enfermedades. Las personas pueden infectarse con gérmenes patógenos. Éstos pasan de una persona a otra a través de las manos, los objetos o por contacto directo. Unas sencillas medidas de higiene te protegen a ti y a los demás de las infecciones.

Lávese las manos con regularidad: ¡ayuda! Muchos patógenos se propagan al toser y estornudar. Los gérmenes también pueden transmitirse después de ir al baño. Unos sencillos pasos pueden mantener limpios los retretes. Los alimentos contaminados con gérmenes pueden causar enfermedades. Una buena higiene en casa puede reducir los gérmenes nocivos. Si tiene animales de compañía, ya sea en casa o en un zoo, siga las normas de higiene.

En estas páginas encontrará información actualizada en varios idiomas:

- [Consejos de higiene](#)
- [Información sobre enfermedades infecciosas](#)
- [Fichas sobre enfermedades importantes](#)

También hay mucha información sobre la pandemia de coronavirus:

- [Todo sobre el coronavirus \(SARS-CoV-2\)](#)
- [Evolución actual de la pandemia](#)

También puede encontrar información en la [página web](#) del Departamento de Salud de la ciudad de Ingolstadt.

Gesundheitsamt | Infektionsschutz

📍 [Esplanade 29, 85049 Ingolstadt](#)

@gesundheitsamt@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413051461](tel:+4908413051461)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Infektionsschutz>

Semanas bávaras de pruebas del VIH

Las semanas de la prueba del VIH en toda Baviera tendrán lugar del 2 al 30 de noviembre de 2024.

Las autoridades sanitarias, los centros de asesoramiento sobre el sida y las organizaciones de servicios contra el sida ofrecen semanas de pruebas del VIH bajo el lema "Hazte la prueba ahora".

💡 El asesoramiento es anónimo, confidencial y competente.

Fuera de la semana bávara de la prueba del VIH, también puede hacerse la prueba del VIH de forma gratuita y anónima en el departamento de salud pública durante las horas de apertura.

El horario de apertura del departamento de salud pública es

Lunes y martes: de 8.00 a 12.30 horas y de 13.30 a 16.00 horas

Miércoles: de 8.00 a 12.30 h.

Jueves: de 8.00 a 12.30 h. y de 13.30 a 17.30 h.

Viernes: de 8.00 a 12.30 h.

💡 También puede obtener más información sobre las pruebas del VIH gratuitas y anónimas en el sitio web del Departamento de Salud de Ingolstadt ([ingolstadt.de](https://www.ingolstadt.de)) y en el sitio www.testjetzt.de.

Atención: Garrapatas en Ingolstadt

Las picaduras de garrapata son cualquier cosa menos inofensivas. Las garrapatas pueden transmitir agentes patógenos. Están activas desde primavera hasta finales de otoño.

Las garrapatas pueden transmitir **la encefalitis** transmitida por garrapatas (ETG) y **la enfermedad de Lyme**.



Borreliosis de Lyme (enfermedad de Lyme)

La borreliosis es una infección bacteriana. No existe vacuna. La enfermedad es fácilmente tratable con antibióticos. La enfermedad de Lyme puede desarrollarse en toda Alemania tras la picadura de una garrapata.

En Baviera, la enfermedad de Lyme es una enfermedad de declaración obligatoria.

Encontrará más información en la [página web de la Oficina Estatal de Salud y Seguridad Alimentaria](#) de Baviera.



Zona de riesgo de EET Ingolstadt

Ingolstadt forma parte de una zona de riesgo de EET. Esto significa que aquí hay muchas garrapatas que pueden transmitir el virus de la TBE.

¿Qué es la TBE?

La EET es una enfermedad. El nombre largo es encefalitis transmitida por garrapatas. Es una inflamación del cerebro o los nervios. La enfermedad puede ser grave. Puede provocar fuertes dolores de cabeza, fiebre o incluso parálisis.

¿Cómo se contrae la encefalitis transmitida por garrapatas?

La TBE se contrae por la picadura de una garrapata. No todas las garrapatas tienen el virus, pero algunas sí. Si te pica una garrapata con el virus de la TBE, puedes enfermarte.

¿Cómo puedo protegerme?

Salir a la naturaleza es estupendo, pero hay que tener cuidado:

- Lleva ropa resistente: pantalones largos, calcetines y zapatos cerrados.
- Use repelente de garrapatas en la piel y la ropa.
- Revísese el cuerpo después del paseo, sobre todo los niños.
- Si tienes perro, revísalo también.
- Si encuentra una garrapata: Quítatela inmediatamente.

¿Hay vacuna?

Sí, existe una vacuna contra la EET. La vacuna proporciona una buena protección contra la enfermedad.

- La vacuna consiste en tres inyecciones.
- Dos inyecciones se administran con algunas semanas de intervalo.
- La tercera se administra al cabo de unos meses.
- Así estará protegido durante varios años.
- Puede vacunarse con su médico de cabecera.

- Por lo general, el seguro de enfermedad paga la vacuna, sobre todo en zonas de riesgo como Ingolstadt.

💡 [Más información en la página web del Instituto Robert Koch \(RKI\).](#)

💡 Encontrará más información en la [página](#) web [de la Oficina Estatal de Salud y Seguridad Alimentaria de Baviera.](#)

💡 [Puede encontrar este folleto en el sitio web del Instituto Federal de Salud Pública](#)

impfen-info.de
Wissen, was schützt.

FSME Risikogebiete
Lassen Sie sich rechtzeitig gegen FSME impfen

Was ist FSME?
Die „Frühsommer-Meningoenzephalitis“ (FSME) wird durch Viren verursacht, die vor allem durch Zeckenstiche übertragen werden. Bei schweren Verläufen (häufiger bei Erwachsenen) können sich Gehirn, Gehirnhaut und/oder Rückenmark entzünden.

FSME-Impfung: Für wen?
Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt den Impfschutz allen, die in FSME-Risikogebieten durch Aufenthalt im Freien mit Zecken in Kontakt kommen können.
Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über das Ansteckungsrisiko und die FSME-Impfung.

Schutz vor Zeckenstichen
Zecken können überall in Deutschland zudem die sogenannte Borreliose übertragen, gegen die es keine Impfung gibt. Daher ist es wichtig, sich bei Aufenthalt in der Natur zusätzlich vor Zecken zu schützen (z. B. geschlossenen Schuhe, lange Hose, zeckenabweisende Mittel). Im Anschluss sollten Körper und Kleidung sorgfältig abgesucht und Zecken schnell entfernt werden.

Weitere Informationen zur FSME finden Sie unter:
www.impfen-info.de

Herausgeber:
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 50819 Köln
Artikel-Nr.: K2000002 - Auflage: 9/15/24/24
Druck: Dieses Medium wurde klimaneutral gedruckt.
Kern Gedruckt, in der Kolling 130, 40480 Düsseldorf

BZgA
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Grupos de autoayuda en Ingolstadt

Grupos de autoayuda en Ingolstadt

En Ingolstadt hay muchos grupos de autoayuda. Allí se reúnen personas con problemas o enfermedades similares. Hablan de sus experiencias y se ayudan mutuamente.

¿Qué ventajas tiene un grupo de autoayuda?

- Conoces a gente que tiene preocupaciones similares.
- Recibes consejos de los afectados.
- No te sientes solo.
- Intercambias ideas con regularidad.
- Adquieres nuevas fuerzas para la vida cotidiana.

💡 Un grupo de autoayuda no sustituye a la terapia. Pero puede ayudarle a afrontar mejor la situación.

¿Dónde puedo encontrar un grupo de autoayuda?

- [KISS Ingolstadt](#): Esta organización ofrece información sobre grupos y le ayuda a crear uno.
- [Autoridad sanitaria de Ingolstadt](#): dispone de listas de grupos en la región.
- Médicos y hospitales: a menudo tienen información sobre grupos adecuados.

💡 Si busca ayuda, póngase [en contacto con ellos](#). Compartir experiencias con otras personas puede darte ánimos.

Particularidades en caso de accidente laboral

Notificación de accidentes de trabajo

Si un accidente de trabajo provoca la incapacidad laboral de una persona durante más de tres días, debe notificarse a la mutua de accidentes de trabajo o a la mutua de accidentes correspondiente. La empresa se encarga de la notificación. Muchas mutuas permiten notificar el accidente por internet. El médico redacta un informe y lo envía a la mutua de accidentes.

Tras un accidente de trabajo: ¡acuda a un médico de tránsito!

Los médicos del seguro de accidentes tratan las lesiones causadas por un accidente de trabajo. Debe consultar a un médico de cabecera si la lesión le incapacita para trabajar durante más tiempo que el día del accidente. Incluso si el tratamiento dura más de una semana o si hay que prescribir remedios, es necesaria una visita al médico de accidentes. Lo mismo ocurre si vuelve a enfermar debido a las consecuencias del accidente.

En caso de lesiones leves, el asesor del seguro de accidentes remite al paciente al médico de cabecera. El médico de tránsito supervisa el proceso de curación y puede fijar citas para exámenes de seguimiento.

En caso de lesiones en los ojos, la garganta, la nariz o los oídos, también puede consultar directamente a un especialista o ser remitido por el médico de tránsito.

Encontrar un médico de tránsito

Todos los trabajadores están asegurados contra los accidentes de trabajo. La cobertura del seguro se aplica también al trayecto de ida y vuelta al trabajo. Las enfermedades profesionales también están cubiertas por el seguro de responsabilidad civil de la empresa. Se hace cargo de los gastos de asistencia médica, tratamiento y rehabilitación. En caso de trabajo temporal, es responsable la Mutua Patronal de la empresa, que suele ser la Mutua Patronal Administrativa.

¿Qué hacer en caso de accidente de trabajo?

Si tiene alguna pregunta o en caso de accidente de trabajo, póngase en contacto con:

 [Comportamiento en caso de accidente laboral](#)

Asociación Regional del Sureste

 [Fockensteinststraße 1](#), 81539 Múnich

 [030 13001 5800](#)

 [v-suedo st@dguv.de](mailto:v-suedo_st@dguv.de)

 [Seguro Social Alemán de Accidentes](#)

Centros de asesoramiento sobre delegación de la asistencia sanitaria / directiva asistencial / asistencia jurídica

¿Necesita ayuda porque usted o sus familiares ya no pueden ocuparse de las cosas por sí mismos?

Puede deberse a una enfermedad o a una discapacidad. Entonces puede necesitar un cuidador legal. Un tribunal nombra a este cuidador. También puede ser un familiar.

También puede hacer sus propios planes.

Usted otorga un poder notarial a una persona de su elección. Este poder se aplica si usted ya no puede tomar decisiones por sí mismo.

Los centros de asistencia le ayudarán con estas cuestiones:

- ¿Cuándo necesita un cuidador?
- ¿Cómo hace bien su trabajo un cuidador?
- ¿Cómo se redacta un poder sanitario?
- ¿Qué debe incluirse en un testamento vital?

Los centros de asistencia también confirmarán su firma en sus poderes.

El personal acudirá a usted cuando concierte una cita. Se desplazarán a su domicilio, hospital o residencia.

Puede encontrar el centro de asistencia aquí:

Oficina de Asuntos Sociales - Centro de Asistencia

 [Auf der Schanz 39](#)

85049 Ingolstadt

Teléfono: [+49 \(0\) 84130550220](tel:+49(0)84130550220)

Correo electrónico: betreuungsstelle@ingolstadt.de

Internet: www.ingolstadt.de/Rechtliche-Betreuung

Las asociaciones de tutela ofrecen ayuda adicional

Las asociaciones de tutela ofrecen asesoramiento sobre poderes notariales, tutela y testamentos vitales. Ayudan a cuidadores, representantes autorizados y afectados. Ofrecen cursos para cuidadores nuevos y experimentados.

Aquí encontrará las asociaciones de cuidadores:

Asociación de asesoramiento de Cáritas

📍 [Jesuitenstraße 1](#)

85049 Ingolstadt

Teléfono: [+49 \(0\) 841309189](tel:+49(0)841309189), [+49 \(0\) 841309124](tel:+49(0)841309124)

Correo electrónico: vereinsbetreuung@caritas-ingolstadt.de

Internet: www.caritas-kreisstellen.de/ingolstadt

Organización de apoyo SKF - Servicio Social de Mujeres Católicas

📍 [Schrankenstraße 1a](#)

85049 Ingolstadt

Teléfono: [+49 \(0\) 841937550](tel:+49(0)841937550)

Correo electrónico: info@skf-ingolstadt.de

Internet: www.skf-ingolstadt.de

Apoderamiento sanitario o poder notarial / directriz de cuidados

Diferencia entre poder sanitario y tutela

- Un poder sanitario no necesita un tribunal. El representante autorizado actúa en nombre de la persona afectada si ésta ya no puede actuar por sí misma. Por regla general, el tribunal no examina la idoneidad o las decisiones del representante autorizado.
- No ocurre lo mismo con el poder de asistencia. El tribunal comprueba la idoneidad del cuidador. El cuidador necesita la aprobación del tribunal para tomar decisiones importantes. El tribunal también puede nombrar a otro cuidador si es necesario.

Ventajas e inconvenientes de la directiva de cuidados

Ventajas:

- Usted decide quién toma las decisiones por usted.
- Puede designar a varias personas.
- La directiva puede revocarse en cualquier momento.
- El tribunal puede designar a una persona de su elección.
- El control del tribunal limita los abusos.

Desventajas:

- Interviene el tribunal.
- El procedimiento tarda más en ser válido.
- Existe control por parte del tribunal.
- Control limitado sobre los propios bienes, especialmente en el caso de los cónyuges.

Puede encontrar más información y documentos [aquí](#).

Centro especializado en centros de asistencia y discapacidad - Desarrollo y supervisión de la calidad (FQA)

El Centro especializado en centros para la asistencia y la discapacidad - Desarrollo y supervisión de la calidad (FQA) de Baviera desempeña importantes tareas.

Estas tareas contribuyen a garantizar el buen funcionamiento de los centros de asistencia y de atención a las personas discapacitadas, así como la atención a las personas.

Realizar inspecciones:

La FQA visita periódicamente los centros de asistencia y para discapacitados. Durante estas visitas, comprueban si todo va bien. Por ejemplo, comprueban si los residentes están bien atendidos y si se cumplen las normas.

Ofrecer asesoramiento:

La FQA da consejos y asesoramiento a los centros. Esto ayuda a los centros a mejorar su trabajo. Por ejemplo, les explica cómo organizar mejor los cuidados o cómo formar bien al personal.

Garantizar la calidad:

La FQA vela por que la calidad de los centros siga siendo buena o mejore. Comprueba si los cuidadores están bien formados y si los centros cuentan con personal suficiente.

Tramitar las quejas:

Si los residentes o sus familias no están satisfechos, pueden presentar una queja a la FQA. La FQA investiga las quejas y ayuda a encontrar soluciones.

Proteger a los residentes:

La FQA vela por la seguridad de los residentes en los centros. Se asegura de que nadie sea maltratado y de que se respeten los derechos de los residentes.

Por tanto, la FQA trabaja para garantizar el bienestar de las personas que se encuentran en centros de asistencia y para discapacitados. Inspecciona, asesora, garantiza la calidad, tramita las quejas y protege a los residentes. La FQA hace todo esto en Baviera.

💡 [Aquí](#) encontrará más información sobre los centros asistenciales de Ingolstadt.

Fachstelle Pflege- und Behinderteneinrichtungen - Qualitätsentwicklung und Aufsicht (FQA) | Heimaufsicht

📍 [Esplanade 29, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @fga@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413052507](tel:+49(0)8413052507)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Rathaus/Verwaltung-Bete...>

💡 Sólo con cita previa.

Centro de asistencia Ingolstadt

El centro de asistencia de Ingolstadt es un lugar donde puede recibir asesoramiento gratuito. Nuestros asesores estarán encantados de ayudarle.

Nuestro trabajo está establecido en la [ley](#). Debemos guardar silencio si usted nos cuenta algo.

El centro de asistencia de Ingolstadt cuenta con el apoyo de diversas organizaciones:

- Las cajas del seguro de enfermedad y asistencia
- El distrito de Alta Baviera
- La ciudad de Ingolstadt

[Aquí](#) también puede descargar folletos. Están disponibles en 4 idiomas y en lenguaje sencillo.

Pflegestützpunkt Ingolstadt | Pflegeberatung

📍 [Fechtgassee 6, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @pflegestuuetzpunkt@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550040](tel:+49(0)84130550040)

🌐 <https://www.pflegestuuetzpunkt-ingolstadt.de/>

Horario de atención al público

Lunes y martes: de 09:00 a 12:00, de 14:00 a 16:00

Miércoles: cerrado

Jueves: de 09:00 a 12:00, de 14:00 a 18:00

Viernes: de 09:00 a 12:00

Asesoramiento adicional en el centro de apoyo asistencial:

Jornada de consulta sobre las prestaciones sociales del distrito de Alta Baviera:

- Cuándo: Todos los jueves de 10.00 a 12.00 horas

- Temas: Ayudas a la integración para personas con discapacidad y ayudas para personas necesitadas de cuidados
- Para concertar una cita: [089 219 821 057](tel:089219821057) o beratung-in@bezirk-oberbayern.de

Centro especializado para familiares cuidadores de la Alzheimer Gesellschaft Ingolstadt e.V.:

- Cuándo: Sólo con cita previa. Martes entre las 09:00 y las 12:00 horas
- Temas: Apoyo a familiares cuidadores y tratamiento de la demencia
- Para pedir cita: [0841-8817732](tel:08418817732) o info@alzheimer-ingolstadt.de

Asesoramiento complementario de participación independiente (EUTB):

- Cuándo: El último jueves de cada mes, de 14.00 a 17.00 horas.
- Dónde: En el centro de asistencia de Ingolstadt
- Para concertar una cita: [0841 994 764 51](tel:084199476451) o margit.retzer.eutb@ospe-ev.de

Asociación bávara de ciegos y deficientes visuales:

Cuándo: Sólo con cita previa. El último martes de cada mes, de 9.00 a 16.00 horas.
Dónde: En el centro de asistencia de Ingolstadt
Para concertar una cita: [089 559 881 16](tel:08955988116) o sabine.pia@bbsb.org

Alemán

Para encontrar trabajo en Alemania y, en general, desenvolverse bien, es necesario aprender alemán. Aquí encontrará oportunidades y puntos de contacto para cursos de idiomas adecuados. Hay varias formas de aprender alemán. Su estatus de residencia influye en la opción que puede elegir. Si aún no habla alemán lo suficientemente bien, necesitará ayuda. Aquí también encontrará personas de contacto para ello.

Nivel de idiomas y certificados

Puedes asistir a un curso de alemán. Hay seis niveles: A1, A2, B1, B2, C1 y C2. Empiezas con A1. En tu lengua materna tienes el C2. Los seis niveles significan en detalle

A1: Principiante

Puedes entender y utilizar palabras y frases sencillas.

Puedes presentarte a ti mismo y a los demás.

Puedes hacer preguntas sobre ti mismo.

Puede responder a preguntas.

Una persona habla despacio y con claridad. Puedes conversar con ellos.

A2: Conocimientos básicos

Comprende frases y palabras de uso frecuente.

Puede comunicarse en situaciones sencillas y cotidianas. Puede describir sus antecedentes, educación y entorno.

B1: Uso avanzado de la lengua

Puedes entender muchas cosas. Puedes decir algo sobre temas familiares e intereses personales. Puedes hablar de experiencias y acontecimientos, sueños, esperanzas y objetivos. Puedes dar breves razones o explicaciones de planes y opiniones.

B2: Uso independiente de la lengua

Puedes comprender el contenido más importante de textos complejos sobre temas concretos y abstractos. También puedes entender discusiones especializadas en tu campo de especialización.

Puedes comunicarte con fluidez y espontaneidad. Puedes justificar un punto de vista sobre un tema de actualidad con ventajas e inconvenientes.

C1: Conocimientos lingüísticos especializados

Puedes comprender textos largos y con cierto nivel de exigencia. También puedes captar significados implícitos.

Puede expresarse con claridad, de forma estructurada y detallada sobre temas complejos.

C2: Nivel (casi) nativo

Puedes entender prácticamente todo lo que lees o escuchas con facilidad.

Puede resumir información de diferentes fuentes escritas y orales. Puede dar razones y explicaciones en una presentación coherente. Puede expresarse espontáneamente, con gran fluidez, precisión y matices.

Fases del nivel lingüístico: ¿A1, A2, B1, B2, C1 o C2?

¿Busca un curso de idiomas? ¿Y se pregunta qué significa "A1", "A2", "B1", "B2", "C1" o "C2"? Entonces esta página le ayudará.

¿Qué significa "A1", "A2", "B1", "B2", "C1" o "C2"?

Los términos "A1", "A2", "B1", "B2", "C1" o "C2" son niveles de competencia lingüística. Esto significa que cada nivel dice algo sobre el nivel de sus conocimientos lingüísticos. Por tanto, los niveles dicen algo sobre sus conocimientos lingüísticos. Le indican Su nivel de alemán.

Los niveles lingüísticos se aplican en toda Europa. Los define el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER). Constituyen una base común para la enseñanza de idiomas en Europa.

💡 No importa qué nivel de lengua tengas: Es importante que practiques mucho. Cuanto más practiques, más rápido mejorarán tus conocimientos de alemán. Rodéese de la lengua alemana tanto como sea posible:

- Habla alemán con otras personas.
- Lee textos en alemán.
- Ve la televisión en alemán.
- Escucha la radio o podcasts en alemán.

¿Es importante conocer tu propio nivel de idioma?

Sí, sin duda. Te ayuda a mejorar tu alemán. El nivel de idioma te muestra Cuáles son tus puntos fuertes en alemán. Y cuáles son tus puntos débiles. Así puedes adaptar tus procesos de aprendizaje. Y mejorar su alemán más rápidamente.

Además, un determinado nivel de idioma es a menudo un requisito previo. Por ejemplo con:

- Administraciones públicas,
- trabajo,
- formación o estudios.

Por lo tanto, es importante conocer su propio nivel de idiomas.

💡 ¿Está solicitando un empleo, una plaza de aprendiz o unas prácticas? Entonces indique su nivel de idiomas en su solicitud. Es importante para la empresa. Mejor aún si puede adjuntar un certificado de idiomas.

Prueba del nivel de idiomas: certificados de idiomas

A menudo las autoridades exigen un certificado de nivel de idiomas. Esto significa que tiene que demostrar que tiene un determinado nivel de idiomas. Por ejemplo, habiendo asistido a un curso correspondiente. O mediante la obtención de un certificado de idiomas.

Para obtener un certificado de idiomas, tiene que hacer una prueba. Se le examinará de su nivel de alemán. Si supera la prueba, recibirá el certificado.

Hay varios certificados de idiomas (por ejemplo, el certificado de alemán del Goethe-Institut, el diploma de alemán o el TELC). Lo mejor es que se asesore en el Servicio de [Orientación para Refugiados e Integración](#).

Por cierto: también existen certificados de idiomas para otras lenguas (por ejemplo, inglés, francés o español).

¿Cómo se mide el nivel de idiomas?

El idioma incluye:

- La expresión oral cuando se participa en una conversación,
- Expresión oral cuando se habla solo de forma coherente,
- Comprensión al escuchar,
- comprensión al leer,
- escribir

Su nivel de lengua se mide en función de estas cinco destrezas.

💡 No es necesario que las cinco destrezas estén al mismo nivel. Por ejemplo, escribir puede ser A2 y leer B1. ¿Sus destrezas están en niveles diferentes? Entonces podrá ver exactamente en qué área puede mejorar.

Niveles lingüísticos A, B y C

El Marco Europeo de Referencia para las Lenguas distingue tres niveles. Sin embargo, cada nivel se divide en otros dos:

- Nivel básico (nivel lingüístico A): A1 y A2
- Nivel intermedio (nivel de lengua B): B1 y B2
- Nivel superior (nivel de lengua C): C1 y C2

Cuando empiezas a aprender un nuevo idioma, no estás automáticamente en el nivel A1. También se necesitan ciertas competencias básicas para el A1.

Nivel lingüístico A: Uso elemental de la lengua

El nivel básico A consiste en aprender las nociones básicas de un idioma. A medida que avances, serás capaz de comunicarte en situaciones cotidianas.

Nivel A1

Como principiante, se encuentra en el nivel A1.

Puede expresarse en la vida cotidiana con un lenguaje sencillo. Es posible el uso de un lenguaje sencillo y la comunicación.

Nivel A2

En este nivel ha aprendido las destrezas básicas más importantes.

- Puede participar en conversaciones sobre temas conocidos o en situaciones familiares (por ejemplo, cuando va de compras).
- El uso sencillo de la lengua es rutinario.

Nivel B: Uso autónomo de la lengua

En este nivel, los conocimientos lingüísticos generales ya son bastante buenos. Se ha alcanzado la capacidad de conversación. Esto significa que puede participar en conversaciones de forma independiente y sin mayores problemas lingüísticos.

Nivel de lengua B1

Este nivel se considera un uso avanzado de la lengua.

- Puede comunicarse bien sobre temas conocidos e intereses personales.
- Tus conocimientos lingüísticos se sitúan principalmente en un nivel más individual.

Nivel B2

En este nivel se ha alcanzado un uso independiente del idioma. Esto significa que

- Tiene un vocabulario amplio. Esto te permite comprender enunciados más complejos. Y puedes reproducirlos con tus propias palabras.
- Utilizas la lengua por iniciativa propia.

Nivel de lengua C

El nivel C es el nivel avanzado. Esto significa que tienes un dominio competente y seguro de la lengua. Tu vocabulario es muy amplio. Y que dominas el idioma.

Nivel C1

En el nivel C1, tiene conocimientos lingüísticos competentes. Esto significa que

- Comprendes los significados implícitos de textos y enunciados difíciles. "Implícito" significa que a veces la gente no dice las cosas. Hay mensajes subliminales, ocultos. También puedes entenderlos.

- Utilizas el lenguaje de forma espontánea. No tienes que preformular ni buscar palabras en tu cabeza.

Nivel lingüístico C2

C2 es el nivel más alto. Tus habilidades lingüísticas son casi las de un nativo.

- Entiendes todo sin esfuerzo.
- Habla espontáneamente, con precisión, fluidez y competencia.

Cursos de idiomas

Cualquiera puede aprender alemán. Aquí encontrarás varios cursos.

La mejor manera de aprender alemán es salir mucho de tu piso y hablar con alemanes.

Cursos de orientación inicial

Cursos de alemán para la orientación lingüística inicial

Estos cursos están dirigidos a principiantes. Aprenderá alemán básico y conocerá mejor la vida en Alemania. El curso le ayudará a orientarse en la vida cotidiana.

Un curso consta de 300 unidades de 45 minutos cada una. Los temas son variados:

- Salud y asistencia médica
- trabajo
- guardería y escuela
- vivir
- Orientación local, transporte y movilidad

Se hace hincapié en la comunicación oral. El objetivo es que pueda comunicarse rápidamente en la vida cotidiana.

¿Quién puede participar?

Estos cursos están dirigidos principalmente a solicitantes de asilo con perspectivas poco claras de quedarse. Si quedan plazas disponibles, también pueden participar solicitantes de asilo reconocidos con buenas perspectivas de permanencia.

- Los estudiantes no asisten a un curso de orientación inicial.
- Cualquiera que tenga una plaza en un curso de integración puede cambiarse a él.

Los participantes tienen distintos niveles educativos. Cualquiera puede participar en los cursos, independientemente de su formación académica.

💡 El curso es gratuito.

Para más información

En el curso se habla alemán, no hay intérpretes.

Póngase en contacto con un [centro de asesoramiento sobre migración](#). Le ayudarán a encontrar un curso adecuado.

Cursos profesionales de idiomas (DeuFöV)

En este curso mejorará sus conocimientos de alemán. Los cursos están diseñados para mejorar su vocabulario. Aprenderá palabras relacionadas con el trabajo. ¿Ya está trabajando? ¿Estás haciendo prácticas? ¿Quieres empezar a trabajar pronto? Entonces asiste a este curso. Lo ideal es que ya haya asistido a un curso de integración.

Al final del curso podrá hablar alemán en el nivel C1. Cada uno de estos cursos concluye con un examen certificado. Además de los cursos básicos, existen varios cursos especializados con diferentes enfoques.

Para participar en un curso de alemán relacionado con el trabajo, necesita una autorización u obligación. Puede obtenerla en la oficina de empleo o solicitándola a la Oficina Federal de Migración y Refugiados (BAMF).

💡 El requisito para participar es tener un nivel de idioma B1 como mínimo.

Cursos de idiomas y estudio en línea

Cursos de idiomas en línea

Puede aprender alemán en su smartphone u ordenador (también gratuitamente). Aproveche las magníficas ofertas para aprender alemán rápidamente y aproveche el tiempo de espera para un curso de idiomas. Estas ofertas también pueden ser útiles durante un curso de idiomas. 🔄 Encontrará más información sobre los niveles de idiomas (A1-C2) [aquí](#).



📱 [Lunes App](#): La aplicación te ayuda en la escuela. Y en la formación. Y en el trabajo. La aplicación tiene mucha información sobre palabras de diferentes profesiones. Hay una imagen para cada palabra. Así aprendes las palabras en alemán. Y hay una función de lectura en voz alta. Varios ejercicios hacen que el aprendizaje sea divertido. Puedes aprender y memorizar el vocabulario.



📱 [Serlo ABC](#): Una aplicación gratuita de alfabetización para el autoaprendizaje o como complemento de un curso de idiomas. La aplicación está homologada como libro de texto para cursos de integración.



🌐 [Mein Deutschbuch](#): Amplia gama de recursos para aprender alemán. El sitio web está dirigido a estudiantes y profesores, A1-B2.



🌐 [Deutsch-Uni Online \(DUO\)](#): Programas de aprendizaje de idiomas para A1 a C2.



🌐 [Curso básico de lengua de la Deutsche Welle](#): Este curso de lengua en línea contiene módulos sobre alfabetización y competencias lingüísticas relacionadas con el trabajo. También hay una prueba de nivel.



🌐 ["La ciudad de las palabras"](#): aplicación y página web para aprender vocabulario de forma lúdica y sin conocimientos previos en alemán, inglés, francés y otros idiomas.



🌐 [Portal de aprendizaje VHS](#): cursos gratuitos de alemán. También se puede aprender a leer, escribir y hacer cálculos matemáticos. También hay ayuda para preparar los exámenes de fin de estudios en alemán, matemáticas e inglés.



🌐 Prueba de [nivel](#) de idiomas: onSET-prueba de nivel de idiomas en línea para refugiados y para la categorización lingüística de trabajadores a tiempo completo y voluntarios.



🌐 [Almani Be Farsi](#) - Aprender alemán con vídeos para hablantes de farsi

Estudio en línea

Muchos refugiados y solicitantes de asilo quieren ir a la universidad. Pero les resulta difícil. Porque tienen que pagar mucho dinero para ir a la universidad. Y a menudo necesitan buenos certificados y papeles. Kiron Higher Education ofrece una buena solución: Las tasas de

matrícula no son importantes para los refugiados y los solicitantes de asilo. Y no necesitan buenos certificados y papeles. La universidad ofrece plazas para todos. Los 2 primeros años vas a la universidad en línea. Puedes ver los cursos en inglés. También puedes añadir subtítulos en cualquier idioma. En el tercer año vas a la universidad in situ. Puedes aprender alemán mientras estudias. También recibes otro tipo de ayuda y asesoramiento.



 [Sitio web Kiron](#)

Materiales de apoyo y aprendizaje (bibliotecas)

Bibliotecas

En las [bibliotecas](#) públicas encontrará muchos diccionarios y material didáctico para aprender alemán. Además, en ellas podrá estudiar tranquilamente y, por lo general, también utilizar la red WLAN. Puede buscar una biblioteca pública cercana en la [página web](#)  [de la Estadística Alemana de Bibliotecas](#). El uso es gratuito o muy barato.

 Instrucciones de búsqueda:

- Para buscar, haga clic en [buscador de bibliotecas](#),
- Haga clic en "Sucursales **1**" para ver todas las ubicaciones de las bibliotecas,
- A continuación, haga clic en "Mostrar lista de resultados **2**"

BibS - Die Suchmaschine für Bibliotheken

[zurück](#)

Die BibS bietet die Suche nach Bibliotheksadressen und eine Suche nach ähnlichen Bib

Bibliotheken

Ort: 85049

Bitte wählen Sie eines der folgenden Kriterien, um die gewünschten Bibliotheken für Ihre

Stichwort
Ort
Status (DBS)
Bibliothekstyp
Unterhaltsträger
Bestandsgrößenklasse
Bundesland
Regierungsbezirk
Kreis
Einwohnerzahl
Leitung
Fachstelle
Zweigstellen

Filter einstellen

Trefferliste anzeigen

- ¿Ha encontrado una biblioteca adecuada? Haga clic en la flecha **1** del extremo izquierdo para ver la dirección.
- En **2** encontrará el sitio web .
- En **3** encontrará el catálogo de medios .
- En **4** puede ver el mapa con la ubicación.
- **5** le muestra el nombre de la biblioteca.

[Suche verfeinern](#)

[Neue Suche](#)

Treffer: 12

				DBS-ID			Kurzname			Typ		DBS	Name
1	2	3	4										5
				AA472			Ingolstadt StB			ÖB		✓	Stadtbücherei
				AE209			Ingolstadt Bayerische ArmeeB			SpB		-	Bayerisches Arme

Agencias de traducción e intérpretes

Intérpretes

Algunas autoridades y organizaciones tienen sus propios intérpretes. Cuando concierte una cita, pregunte siempre si se le proporcionará un intérprete gratuitamente.

Los intérpretes voluntarios trabajan de forma confidencial.

Importante: los intérpretes no pueden asesorarle, sólo traducen.

💡 Documentos como certificados, actas matrimoniales o partidas de nacimiento deben ser traducidos por traductores jurados en Alemania. Sólo entonces una oficina o autoridad los aceptará.

Estas traducciones pueden ser caras. Lo mejor es que compruebe antes si realmente necesita una traducción jurada. Compare los precios.

Si está en la [oficina de empleo](#) o en la [oficina de empleo](#), pregunte si le van a pagar la traducción y qué tiene que hacer.

Puedes buscar intérpretes jurados en esta base de datos:

-  www.just-iz-dolmetscher.de
-  [Agencia de voluntarios Ingolstadt](#)

[Ayuda médica a los refugiados](#)

💡 Los médicos deben poder hablar con usted. Antes de recibir tratamiento médico, aclare si puede comunicarse con el médico. Si no es así, llévase a una persona de confianza para que le traduzca el tratamiento.

En casos excepcionales, puede solicitar que se cubran los gastos de un intérprete. Debe solicitarlo con antelación. En caso necesario, diríjase a la [Su camino hacia nosotros - Datos de contacto Oficina de Asuntos Sociales](#) con la debida antelación (antes de la cita).

Encontrará más información: [Ayuda médica para refugiados](#)

Encuentre un mediador lingüístico - conviértase usted mismo en mediador lingüístico

Encontrar un mediador lingüístico

Si habla poco alemán y va a una oficina, como la de inmigración, bienestar social o educación, necesitará un mediador lingüístico. Pero un mediador lingüístico también es útil para las visitas al médico, las reuniones de padres en la escuela o la guardería.

Algunas autoridades y organizaciones tienen sus propios intérpretes. Cuando concierte una cita, pregunte siempre si le proporcionarán un intérprete gratuitamente.

Si necesita un mediador lingüístico para las conversaciones en la escuela o en la guardería, póngase en contacto con las oficinas de colocación que se indican a continuación. Allí podrá encontrar un intérprete voluntario adecuado que le acompañará gratuitamente a su cita. Los intérpretes voluntarios trabajan de forma confidencial.

💡 **Importante:** los intérpretes no pueden asesorarle, sólo traducen.

💡 Documentos como certificados, actas matrimoniales o partidas de nacimiento deben ser traducidos por traductores jurados en Alemania. Sólo entonces una oficina o autoridad los aceptará. Estas traducciones pueden ser caras. Lo mejor es que compruebe antes si realmente necesita una traducción jurada. Compare los precios. Si está en la oficina de [empleo](#) o en la [oficina de empleo](#), pregunte si le van a pagar la traducción y qué tiene que hacer.

Puedes buscar intérpretes jurados en esta base de datos:

 www.just-iz-dolmetscher.de

Red para Asuntos Laborales y Sociales - NefAS e. V.

Permoserstr. 69

85057 Ingolstadt

 nfo@nefas-in.com

 www.nefas-in.com/sprachmittler

Ciudad de Ingolstadt

Piloto de integración

 ntegrationslotsin@ingolstadt.de

 [Piloto de integración / Red de asilo](#)

 [Agencia de voluntarios de Ingolstadt](#)

Conviértete en mediador lingüístico

¿Hablas muy bien inglés o alemán (B2)? Entonces puedes ayudar a otras personas con tu lengua materna. Acompáñales a oficinas públicas o a citas en colegios o guarderías. Ponte en contacto con las direcciones arriba indicadas.

Ofertas en línea del Goethe-Institut



[Ofertas del Goethe-Institut para practicar alemán](#)

PRACTICAR ALEMÁN

¿Quiere practicar alemán? Aquí encontrará películas y ejercicios, juegos y aplicaciones para practicar alemán.

 [PRACTICA ALEMÁN GRATIS](#)

Ofertas digitales para prepararse para Alemania

Aquí puedes practicar alemán gratis e informarte sobre la vida en Alemania.

VIVIR EN ALEMANIA

¿Vas a ir pronto a Alemania o ya estás allí? Aquí encontrará información sobre cómo vivir y trabajar en Alemania y respuestas a las preguntas más frecuentes.

 [Ofertas del Goethe-Institut sobre "Vivir en Alemania".](#)

VER Y OÍR ALEMANIA

¿Le gustaría conocer Alemania de diferentes maneras? Aquí puede ver vídeos y escuchar podcasts. Encontrará historias de personas que han venido a Alemania.

[VER Y ESCUCHAR ALEMANIA](#)

APRENDE ALEMÁN

Lern Deutsch - Die Stadt der Wörter es un juego en línea de nivel A1. El juego se puede jugar sin descargar en un ordenador de sobremesa o en una app en una tableta o smartphone, en modo individual o multijugador.

[APRENDE ALEMÁN](#)

ALEMÁN EN EL TRABAJO

Ejercicios en línea para la comunicación en el trabajo.

[ALEMÁN EN EL TRABAJO](#)

Aprenda alemán usted mismo sin necesidad de un curso

Aprender alemán sin cursos

Cafés de idiomas

También hay muchos voluntarios en los llamados cafés de idiomas (o Sprachtreffs) que pueden ayudarte a aprender alemán. En los cafés de idiomas puede encontrarse con otras personas y hablar alemán con ellas. Así podrá practicar su alemán y aprender nuevas palabras. E incluso hacer nuevos amigos. En los cafés de idiomas no importa si tienes conocimientos previos o no. Todo el mundo se sienta en pequeños grupos y se limita a hablar.

Café de idiomas para mujeres

¿Ya sabe algo de alemán y le gustaría hablarlo con otras mujeres? Entonces venga al café de idiomas. El curso está dirigido a mujeres que deseen mejorar sus conocimientos de alemán.

- Cuándo: Los lunes de 17:00 a 18:30
- Dónde: en el centro de barrio Augustinviertel
- Costes: La participación es gratuita

Es necesario inscribirse, ya que el número de participantes es limitado.
El curso no tiene lugar durante las vacaciones escolares.

 Inscripción e información en la

[Oficina de barrio Augustinviertel](#)

Desarrollo del barrio

[Calle Stollstraße 2](#)

85053 Ingolstadt

 [0841 305-45820](tel:084130545820)



[0841 305-45829](tel:084130545829)

@s [tadttei](mailto:tadttei@treff-augustinviertel@ingolstadt.de) ltreff-augustinviertel@ingolstadt.de

Tándem

También puedes buscar un compañero de tándem. Se trata de una persona que habla muy bien alemán y quiere aprender tu idioma. Quedáis el uno con el otro y os turnáis para aprender y hablar alemán y tu idioma. De este modo, tú aprendes alemán y la otra persona aprende tu idioma.

[Encontrar una pareja tándem en Ingolstadt](#)

 Pide ayuda en un [centro de asesoramiento para inmigrantes](#) o en el [Servicio de Migración Juvenil](#) para encontrar una pareja tándem.

Bibliotecas

En las [bibliotecas](#) públicas encontrará muchos diccionarios y material didáctico para aprender alemán. También puede estudiar allí tranquilamente y, por lo general, utilizar también la red WLAN. Puede buscar una biblioteca pública cercana en la [página web !\[\]\(6605b201d6f14d9b3bcb8ab5f274d107_img.jpg\) de la Estadística Alemana de Bibliotecas](#). El uso es gratuito o muy barato.

 Instrucciones de búsqueda:

- Para buscar, haga clic en [buscador de bibliotecas](#),
- Haga clic en "Sucursales **1**" para ver todas las ubicaciones de las bibliotecas,
- A continuación, haga clic en "Mostrar lista de resultados **2**"

BibS - Die Suchmaschine für Bibliotheken

[zurück](#)

Die BibS bietet die Suche nach Bibliotheksadressen und eine Suche nach ähnlichen Bib

Bibliotheken

Ort: 85049

Bitte wählen Sie eines der folgenden Kriterien, um die gewünschten Bibliotheken für Ihre



- ¿Ha encontrado una biblioteca adecuada? Haga clic en la flecha **1** del extremo izquierdo para ver la dirección.
- En **2** encontrará el sitio web.
- En **3** encontrará el catálogo de medios.
- En **4** puede ver el mapa con la ubicación.
- **5** le muestra el nombre de la biblioteca.

Suche verfeinern
Neue Suche

Treffer: 12

				DBS-ID		Kurzname		Typ	DBS	Name
1	2	3	4	AA472		Ingolstadt StB		ÖB	✓	5 Stadtbücherei
				AE209		Ingolstadt Bayerische ArmeeB		SpB	-	Bayerisches Arme

Centros de idiomas en Ingolstadt

Café Internacional

¿Cuándo?

Todos los lunes y miércoles

De 15:00 a 17:30

☐ No hay reuniones durante las vacaciones escolares

¿Dónde?

Vestíbulo de la Werkstattbühne, Schlosslände 1, 85049 Ingolstadt.

Durante las vacaciones de verano: en otras salas

¿Qué es esto?

Un lugar de encuentro para personas de todos los países

Todo el mundo es bienvenido

Oferta especial:

Todos los primeros miércoles de mes: "Café Internacional-Especial"

 Más información:

[Teatro de la ciudad de Ingolstadt - Encuentros](#)

 [Café Internacional](#)

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

 [@integrationslotsin@ingolstadt.de](mailto:integrationslotsin@ingolstadt.de)

 [+4984130550298](tel:+4984130550298)

 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

Grupo de debate internacional para mujeres

¿Cuándo?

Todos los lunes
De 14:00 a 16:00

¿Dónde?

Vronis Ratschhaus, Donaustraße 1, 85049 Ingolstadt

□ ¿Quién puede participar?

Mujeres con conocimientos de alemán a partir del nivel B1

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

@ integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+4984130550298](tel:+4984130550298)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

□ Grupo de debate internacional para hombres

□ ¿Cuándo?

Todos los sábados
De 15:00 a 17:00

¿Dónde?

Vronis Ratschhaus, Donaustraße 1, 85049 Ingolstadt

□ ¿Quién puede participar?

Hombres con conocimientos de alemán a partir del nivel B1

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

@ integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+4984130550298](tel:+4984130550298)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

□ Café Deutsch

□ ¿Cuándo?

Todos los martes
De 16:30 a 18:00

☐ ¿Dónde?

Café Deutsch | Deutsch üben

📍 [Oberer Grasweg 18, 85055 Ingolstadt](#)

☐☐☐ ¿En qué consiste?

- Practica alemán con voluntarios
- Habla y practica en un ambiente relajado

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

📍 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

@integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+4984130550298](tel:+4984130550298)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

Tutoría lingüística y grupos de práctica con voluntarios

Practicar alemán en Ingolstadt

Hay muchas posibilidades de practicar alemán en Ingolstadt. Además de los cursos oficiales de alemán, también se ofrecen grupos de práctica. Estos grupos están dirigidos por voluntarios. La mayoría de ellos son personas cuya lengua materna es el alemán. A veces también son antiguos profesores que ya no trabajan. Estos programas están dirigidos a cualquier persona que desee mejorar sus conocimientos de alemán. Cualquiera puede participar en estos grupos, independientemente de su estatus de residencia. Así que no importa si ya tiene permiso de residencia o no.

Tutorías lingüísticas

Los voluntarios practican con personas que están aprendiendo alemán. Los encuentros tienen lugar por acuerdo individual. Los encuentros son posibles una o dos veces por semana en el centro de barrio Augustinviertel. El alemán se habla y se practica conjuntamente.

El programa se dirige a todos los residentes de los **barrios Augustin y Monika**.

Stadtteiltreff im Augustinviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Augustin- und Monikaviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Stollstrasse 2, 85053 IngolstadtIngolstadt](#)

@stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de

[+49 \(0\) 84130545820](tel:+49(0)84130545820)

<https://www.ingolstadt.de/Leben/Soziales-Wohnen/S...>

Intercambios y redes

Ingolstadt ofrece muchas oportunidades para la creación de redes y el intercambio mutuo.

Centros de barrio en Ingolstadt

En Ingolstadt hay varios centros de barrio. Ofrecen diversos servicios, como asesoramiento, cursos y eventos. Los servicios suelen ser gratuitos o cuestan poco dinero a los vecinos del barrio.

¿Vive en el barrio de Piusviertel?

Stadtteiltreff Piusviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Piusviertel , Sie sind herzlich willkommen

[Pfitznerstr. 19a, 85057 Ingolstadt](#)

@stadtteiltreff-piusviertel@ingolstadt.de

[+49 \(0\) 84130545840](tel:+49(0)84130545840)

[https://www.ingolstadt.de/Stadtteiltreff Piusvier...](https://www.ingolstadt.de/Stadtteiltreff_Piusvier...)

En el punto de encuentro del barrio de Piusviertel hay diversas ofertas para el vecindario. Si tiene preguntas o simplemente quiere conocer a gente del barrio, aquí será bienvenido. Encontrará más información sobre las ofertas actuales y los horarios de apertura en la [página web](#).

¿Vive en el barrio de Augustinviertel? ¿O vive en el barrio de Monika?

Stadtteiltreff im Augustinviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Augustin- und Monikaviertel , Sie sind herzlich willkommen

[Stollstrasse 2, 85053 IngolstadtIngolstadt](#)

@stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de

[+49 \(0\) 84130545820](tel:+49(0)84130545820)

<https://www.ingolstadt.de/Leben/Soziales-Wohnen/S...>

También hay un punto de encuentro vecinal en el Augustinviertel. Aquí puede participar en

eventos. Puede obtener asesoramiento o simplemente encontrar un lugar donde socializar. Encontrará más información en la [página web](#) del centro de encuentro.

¿Vive en el Konradviertel?

Stadtteiltreff im Konradviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Konradviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Oberer Taubentalweg 65, 85055 Ingolstadt](#)

@ stadtteiltreff-konradviertel@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545830](tel:+49(0)84130545830)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Konradviertel>

En el Konradviertel también se celebran muchos actos y cursos. Ya sea joven o mayor, hay algo para todos los gustos. Encontrará las ofertas exactas y los horarios de apertura en la [página web](#) del centro de reunión del barrio.

Café Internacional

☕ ¿Qué es el Café Internacional?

☐☐☐☐ Café International es un lugar de encuentro abierto a todas las personas, independientemente de su país, idioma o religión.

☐ La gente lleva reuniéndose allí desde 2016 para pasar tiempo juntos.

☐ El café está organizado conjuntamente por:
el servicio de migración juvenil ☐☐,
la Oficina de Asuntos Sociales de la ciudad de Ingolstadt ☐,
la Cantina Internacional ☐,
y voluntarios ☐♂☐♀.

¿Cuándo y dónde?

Atención: los lugares cambian. Puede consultar los horarios en



[Café International](#).

☐ Lugar: Vestíbulo del taller en el Teatro Municipal de Ingolstadt ☐.
☐ Días: lunes y miércoles
☐ Hora: de 15:00 a 17:30

Stadttheater Ingolstadt | Café International

📍 [Schloßlande 1, 85049 Ingolstadt](#)

@ integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550298](tel:+49(0)84130550298)

🌐 <https://theater.ingolstadt.de/mitmachen-vermittlu...>

Centro comunitario - centro multigeneracional de la ciudad de Ingolstadt

Bürgerhaus Neuburger Kasten | Familienbildung

📍 [Fechtgassee 6, 85049 Ingolstadt](#)

@ buergerhaus@ingolstadt.de

☎ [+4984130550053](tel:+4984130550053)

🌐 <http://www.buergerhaus-ingolstadt.de/Organizer.as...>

Bürgerhaus "Alte Post" | Treffpunkt

📍 [Kreuzstraße 12, 85049 Ingolstadt](#)

@ buergerhaus@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550051](tel:+49(0)84130550051)

🌐 <http://www.buergerhaus-ingolstadt.de/Index.aspx?M...>

En el centro comunitario se reúnen personas de todas las edades y culturas. Es un lugar donde todo el mundo es bienvenido. Encontrará más información en la [página web](#)

IN VIA Bayern e.V. - Realidad de la vida en Baviera

Esta asociación apoya a niñas y mujeres mediante [programas y proyectos sociales](#). Los actos están dirigidos a mujeres y niños de todas las nacionalidades.

IN VIA Bayern e.V. | Veranstaltungen für Frauen und Kinder aller Nationalitäten

📍 [Maistraße 5, 80337 München](#)

@ info@invia-bayern.de

☎ [+49 \(0\) 89512661911](tel:+49(0)89512661911)

🌐 <https://www.invia-bayern.de/angebote/migration-in...>

Encontrará información [aquí](#).

Asociaciones y clubes culturales

En Ingolstadt hay muchas asociaciones que ofrecen proyectos culturales y sociales. El responsable de integración de la ciudad colabora estrechamente con el Consejo de Migración y otros organismos para coordinar estos programas.

Encontrará una lista de las organizaciones culturales de Ingolstadt en la [página web](#) de la ciudad.

Café Internacional

¿Qué es el Café International?

☐☐☐☐ Café International es un lugar de encuentro abierto a todas las personas, independientemente de su país, idioma o religión.

☐ La gente lleva reuniéndose allí desde 2016 para pasar tiempo juntos.

☐ El café está organizado conjuntamente por:

- el Teatro Municipal de Ingolstadt ☐,
- la Oficina de Asuntos Sociales de la Ciudad de Ingolstadt ☐,
- la Cantina Internacional ☐,
- y voluntarios ☐♂☐♀.

☐ ¿Cuándo y dónde?

☐ Lugar: [Vestíbulo del taller en el teatro de la ciudad de Ingolstadt](#) ☐

☐ Días: lunes y miércoles

☐ Hora: de 15:00 a 17:30

 Durante las vacaciones de verano, Café International tiene lugar en otros lugares y fechas.

Consulta la página web.

Stadttheater Ingolstadt | Café International

📍 [Schloßlände 1, 85049 Ingolstadt](#)

@integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550298](tel:+49(0)84130550298)

🌐 <https://theater.ingolstadt.de/mitmachen-vermittlu...>

☐ ¿Qué ocurre en el café?

En el café puedes:

- ☐ Disfrutar de café, té y pasteles
- ☐ Practicar el alemán hablado

- ☐ Ser creativo (pintura, manualidades, teatro).
- ☐ bailar o hacer música
- ☐ Reír, hablar, hacer amigos
- ☐ Experimentar el arte y la cultura

¿Quién está invitado?

Todo el mundo es bienvenido:

- ☐ ☐ Personas de origen inmigrante o refugiado.
- ☐ Residentes de Ingolstadt desde hace mucho tiempo
- ☐ Personas que buscan asesoramiento
- ☐ ☐ Personas que ayudan a aprender alemán
- ☐ ☐ ☐ Amigos y familiares

- ☐ Juntos creamos una comunidad abierta y colorida

☐ ¿Qué es el "Especial Café Internacional"?

Una vez al mes hay una oferta especial - igratis para todos los huéspedes!

Por ejemplo:

- ☐ Excursión al campo
- ☐ Visita guiada por la ciudad
- ☐ Visita a un museo
- ☐ Taller de teatro
- ☐ Fiesta de carnaval

- ☐ Importante:
- ☐ Todo es gratuito.
- ☐ Todo el mundo es bienvenido.

Integrationslotsin / Netzwerk Asyl | Unterstützung der Integration

 [Hohe-Schul-Straße 3, 85049 Ingolstadt](#)

 @integrationslotsin@ingolstadt.de

 [+4984130550298](tel:+4984130550298)

 <https://www.ingolstadt.de/Asylangelegenheiten/ind...>

Ofertas gratuitas en línea

Aprender alemán con programas digitales

En Internet y en las tiendas de aplicaciones hay muchos programas para aprender alemán. Muchos de ellos son gratuitos. He aquí algunos ejemplos:

Programas en línea:

- [Deutsche Welle](#) Aquí encontrarás material didáctico para principiantes y avanzados.
- [vhs Lernportal](#) Este portal es ideal para los principiantes.
- En el [Goethe-Institut](#) obtendrá ejercicios y cursos profesionales.



- [Lunes learning app](#) Aprende de forma fácil y divertida con esta app.
- [TandemPartners](#) Practica el idioma con personas que hablan alemán como lengua materna.
- [lernox](#) La plataforma ofrece ejercicios para todos los niveles de aprendizaje.
- [DuoLingo](#) Aprende con ejercicios cortos y diviértete al mismo tiempo.
- [Aprender alemán online](#) Este servicio hace que el aprendizaje sea flexible y fácil.
- [Alemán en el trabajo](#) Puedes practicar el idioma que necesitas para tu trabajo.

Aplicaciones para smartphones:

- [Serlo ABC](#) Esta aplicación te ayuda a aprender a leer y escribir.
- [Einstieg](#) Deutsch Ejercicios sencillos para principiantes.
- [Ankommen](#) Esta aplicación ayuda a los refugiados a aprender alemán.
- [FunEasyLearn](#) Juega a ampliar tu vocabulario.
- [50 Idiomas](#) Aprende alemán en pequeños pasos.
- [Navi-D](#) La aplicación te guía de forma segura por el proceso de aprendizaje.
- [Deutschtrainer A1](#) Aprende los conceptos básicos de la lengua alemana.

Programas para traducir textos:

- [deepl.com](#) Este programa traduce con precisión y de forma gratuita.
- [Google](#) Translator Recibe traducciones rápidas y multilingües.
- [Microsoft Translator](#) Traduce textos o lenguaje hablado.
- [babelfish.de](#) Traduce a muchos idiomas con esta herramienta.

Cuentos de hadas en lenguaje fácil

Hay muchos cuentos de hadas muy conocidos.

Un cuento de hadas es una historia muy antigua.

Érase una vez: los cuentos de hadas siempre empiezan así.

Por ejemplo:

- Hansel y Gretel.
- O Blancanieves.

Pero mucha gente no conoce estos cuentos de hadas.

Algunos de estos cuentos de hadas son difíciles.

Y por eso mucha gente no puede entender estos cuentos de hadas.

En esta página encontrarás cuentos de hadas en lenguaje sencillo.

Estos cuentos están escritos de forma sencilla.

Puedes leer los cuentos:

- Leerlos.
- Escucharlos.
- Y [verlos](#) en [lenguaje de signos](#).

 [Cuentos de hadas en lenguaje fácil](#)

Actos en los centros de barrio Augustinviertel y Monikaviertel

Eventos en el centro de barrio Augustinviertel

**Stadtteiltreff im Augustinviertel | Sozialer Treffpunkt für alle
Bewohner aus dem Augustin- und Monikaviertel , Sie sind herzlich
willkommen**

 [Stollstrasse 2, 85053 IngolstadtIngolstadt](#)

 [@stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de](mailto:stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de)

 [+49 \(0\) 84130545820](tel:+49(0)84130545820)

 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Soziales-Wohnen/S...>

**Café familiar del centro de apoyo a las familias en colaboración con el
centro de barrio Augustinviertel**

Cuándo: Todos los miércoles de 15.30 a 17.30 (no durante las vacaciones)

Dónde: Centro de barrio Augustinviertel, [Stollstraße 2](#)

Qué: Un lugar de encuentro para las familias. Los padres y sus hijos pueden reunirse aquí para charlar y pasar tiempo juntos. Hay juegos y oportunidades para conocerse.

Grupo de conversación de alemán para mujeres

Qué es: ¿Habla ya algo de alemán y le gustaría hablar con otras mujeres? Ven al grupo de conversación para mujeres.

Cuándo: los miércoles de 9.30 a 11.00, no hay reunión durante las vacaciones.

Dónde: en el centro de barrio Augustinviertel

Inscripción: Se ruega inscripción previa en la oficina del barrio, ya que el número de participantes es limitado.

Costes: la participación es gratuita

Desayuno intercultural de mujeres

Qué: Desayuno intercultural e intergeneracional de mujeres en el centro de reunión del barrio de Augustinviertel: las asistentes pueden conocerse, intercambiar ideas y disfrutar juntas de un desayuno con comida de distintos países en un ambiente acogedor. Se recogen ideas y temas y se invita a ponentes a los próximos desayunos para que informen sobre ellos.

Cuándo: Martes 29 de abril / 3 de junio / 1 de julio / 23 de septiembre / 28 de octubre / 25 de noviembre / 16 de diciembre

cada uno de 9.30 a 12.00 horas

Dónde: Centro de barrio Augustinviertel

💡 Pásese por aquí, será bienvenido.

💡 Estaremos encantados de recibir pequeños recuerdos culinarios para el desayuno.

Tutoría lingüística

Qué: Los voluntarios practican el alemán con personas que están aprendiéndolo.

Cuándo: Previo acuerdo individual, se celebran reuniones una o dos veces por semana en el centro de barrio Augustinviertel, donde se habla alemán y se practica conjuntamente.



El programa se dirige **exclusivamente** a los residentes de los **barrios Augustin y Monika**.

Café de idiomas para mujeres y familias, cursos de conversación gratuitos

Centro de barrio Augustinviertel

Café familiar en el centro de barrio Augustinviertel

El café familiar es un lugar de encuentro para padres e hijos. Aquí los padres pueden charlar, intercambiar consejos y hacer nuevos contactos. Hay un rincón de juegos y otro de ganeo para los niños. También hay actividades de manualidades y juegos para grandes y pequeños.

- **¿Cuándo?** Cada 14 días, los miércoles de 15:30 a 17:30 (excepto durante las vacaciones escolares)
- **¿Dónde?** Centro de barrio Augustinviertel, Stollstraße 2, 85053 Ingolstadt
- **¿Inscripción?** No es necesario, basta con presentarse
- **Nota:** Los padres son responsables de sus hijos.

Para más información:

Familienstützpunkt SÜD im Stadtteiltreff Augustinviertel | Anlaufstelle für die Bewohner des Ingolstädter Südens, die Fragen in Bezug auf Familie haben

📍 [Stollstrasse 2, 85053 IngolstadtIngolstadt](#)

@familienstuetzpunkt-sued@ingolstadt.de

+4984130545823

<https://www.familienbildung-ingolstadt.de/stuetzp...>

Desayuno intercultural de mujeres

Mujeres de diferentes culturas se reúnen para desayunar juntas en el centro de barrio Augustinviertel. En un ambiente acogedor, las mujeres intercambian ideas, se conocen y prueban platos de distintos países. Se recopilan temas y se invita a expertos a la próxima reunión.

- **¿Cuándo?** Los miércoles de 9.00 a 12.00 horas.
- **¿Dónde?** Lugar de encuentro del barrio Augustinviertel, Stollstraße 2, 85053 Ingolstadt
- **¿Cómo inscribirse?** No es necesario, basta con presentarse

Estaremos encantados de recibir recuerdos culinarios.

Grupo de conversación de alemán para mujeres

¿Ya sabe algo de alemán y le gustaría hablar con otras mujeres? Entonces venga al grupo de conversación para mujeres.

- **Cuándo:** los miércoles de 09:30 a 11:00, no hay reunión durante las vacaciones.
- **Dónde:** en el centro de barrio Augustinviertel
- **Inscripción:** Se ruega inscripción previa en la oficina del barrio, ya que el número de participantes es limitado.
- **Costes:** la participación es gratuita

Stadtteiltreff im Augustinviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Augustin- und Monikaviertel , Sie sind herzlich willkommen

[Stollstrasse 2, 85053 IngolstadtIngolstadt](#)

@stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de

+49 (0) 84130545820

<https://www.ingolstadt.de/Leben/Soziales-Wohnen/S...>

Centro de barrio Piusviertel

Café familiar en el centro de barrio Piusviertel

El café familiar es un lugar de encuentro para madres, padres, abuelos, familias monoparentales, vecinos y personas sin hijos. No importa la edad, la procedencia o la situación social: todos son bienvenidos.

- **¿Cuándo?** Martes y jueves de 09:30 a 11:30

- **¿Dónde?** Punto de encuentro del barrio Piusviertel, Pfitznerstraße 19a, 85057 Ingolstadt
- **¿Inscripción?** No es necesario. Sólo tiene que venir.

Stadtteiltreff Piusviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Piusviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Pfitznerstr. 19a, 85057 Ingolstadt](#)

@stadtteiltreff-piusviertel@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545840](tel:+49(0)84130545840)

🌐 https://www.ingolstadt.de/Stadtteiltreff_Piusvier...

Cursos de conversación en el centro de barrio Piusviertel

Se ofrecen cursos para mejorar los conocimientos de alemán existentes. Los cursos están dirigidos a estudiantes avanzados y ofrecen mucho espacio para la conversación.

- **¿Cuándo?** Jueves, de 09:00 a 10:30, viernes, de 10:00 a 11:30
- **¿Inscripción?** Sí, es necesario inscribirse.
- No hay cursos durante las vacaciones escolares.

Si está interesado, póngase en contacto con nosotros:

Stadtteiltreff Piusviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Piusviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Pfitznerstr. 19a, 85057 Ingolstadt](#)

@stadtteiltreff-piusviertel@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545840](tel:+49(0)84130545840)

🌐 https://www.ingolstadt.de/Stadtteiltreff_Piusvier...

Centro de barrio Konradviertel

Café familiar en el centro de barrio Konradviertel

El café familiar del centro de barrio Konradviertel invita a todas las familias a relajarse y divertirse. Los padres pueden charlar tomando café, té y pasteles. Hay contactos para todas las cuestiones relacionadas con la familia. También se organizan interesantes charlas y actividades creativas para niños y padres.

- **¿Cuándo?** Los lunes, quincenalmente de 15:00 a 17:00 (no durante las vacaciones)
- **¿Dónde?** Centro de tenis TSV Nord, Wirffelstraße 25, 85055 Ingolstadt
- **¿Inscripción?** Sin inscripción. (Las fechas exactas pueden solicitarse en el centro del barrio)
- En colaboración con [el centro de apoyo familiar "Bürgerhilfe Ingolstadt KiTa GmbH"](#).

Punto de encuentro abierto para familias - tiempo juntos

- **¿Cuándo?** El último lunes de cada mes, de 15.00 a 16.30 horas (no durante las vacaciones)
- **¿Dónde?** Centro de distrito Konradviertel, Oberer Taubentalweg 65, 85055 Ingolstadt
- **¿Cómo inscribirse?** Sin inscripción.
- En colaboración con [el centro de apoyo familiar "Bürgerhilfe Ingolstadt KiTa GmbH"](#).

Desayuno intercultural de mujeres en el centro de barrio Konradviertel

Este desayuno es para mujeres que vienen de otro país. Aquí pueden hacer nuevas amigas y practicar su alemán.

- **¿Cuándo?** El segundo y cuarto jueves de cada mes, de 9.00 a 11.00 (no durante las vacaciones).
- **¿Dónde?** Centro de distrito Konradviertel, Oberer Taubentalweg 65
- **¿Inscripción?** Sí, es necesario inscribirse.

Café artesanal intercultural en el centro de barrio Konradviertel

El café artesanal es un lugar de encuentro para mujeres a las que les gusta hacer manualidades juntas. Podrás charlar tomando un té o un café y conocer a gente nueva.

- **¿Cuándo?** Los martes de 11.00 a 12.30 (no durante las vacaciones).
- **¿Dónde?** Centro de distrito Konradviertel, Oberer Taubentalweg 65
- **¿Cómo inscribirse?** No es necesario, sólo hay que acudir.

Stadtteiltreff im Konradviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Konradviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Oberer Taubentalweg 65, 85055 Ingolstadt](#)

@stadtteiltreff-konradviertel@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545830](tel:+49(0)84130545830)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Konradviertel>

Educación Formación Estudio

Reconocimiento de títulos extranjeros

Los certificados y su importancia en Alemania

Los certificados son importantes en Alemania. Demuestran lo que una persona ha aprendido en la escuela, la universidad o el trabajo. Una referencia del empleador describe el rendimiento en el trabajo.

Un certificado demuestra los conocimientos y aptitudes de una persona. Esto ayuda a la hora de buscar trabajo. También se necesita un certificado para ser admitido en una escuela o universidad.

Si tiene certificados del extranjero, puede hacer que se los reconozcan. Una autoridad comprobará qué cualificaciones confirma el certificado. Así podrá clasificar correctamente sus logros.

Si le faltan certificados, hay alternativas. Puedes demostrar tu experiencia profesional y tus competencias mediante exámenes

Reconocimiento de títulos escolares extranjeros

Quien haya obtenido un título escolar fuera de Baviera debe dirigirse a la Oficina Estatal de Escuelas de Baviera. Este organismo comprueba si el título equivale a un bachillerato alemán. El examen es gratuito.

Bayerisches Landesamt für Schule | Bewertung von allgemeinbildenden Schulabschlüssen aus dem Ausland, Prüfung der Gleichwertigkeit von bestimmten ausländischen Berufsabschlüssen

📍 [Stuttgarter Str. 1, 91710 Gunzenhausen](#)

✉ @zast@las.bayern.de

☎ [+49 \(0\) 98315166444](tel:+49(0)98315166444)

🌐 <https://www.las.bayern.de/zeugnisanerkennung/zeug...>

Reconocimiento de títulos profesionales extranjeros

Quien haya obtenido un título profesional o académico en el extranjero puede obtener ayuda. El bfz (Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen Wirtschaft) ayuda en el reconocimiento.

El bfz ofrece

- Asesoramiento sobre el reconocimiento
- Ayuda con la solicitud
- Ayuda con los costes
- Asistencia en la evaluación de la decisión
- Información sobre formación continua

Berufliches Fortbildungszentrum der Bayerischen Wirtschaft (bfz) | Berufliche Aus- und Weiterbildungen, Unterstützung bei der Vermittlung in Job oder Ausbildung und bei der Integration ins Berufsleben

📍 [Viehmarktplatz 9, 85055 Ingolstadt](#)

✉ @info-in@bfz.de

+49 (0) 84198150

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

Cualificaciones profesionales: Información importante

La Oficina Estatal de Escuelas de Baviera también examina las cualificaciones profesionales del extranjero. Este examen cuesta dinero. No obstante, puede solicitar una subvención. Encontrarás más información aquí:

□ www.anerkennungszuschuss.de



Tres grandes sitios web ofrecen información sobre el reconocimiento de títulos extranjeros: "Anabin" evalúa certificados educativos del extranjero. Autoridades, empresarios y particulares utilizan estos datos.

"Reconocimiento en Alemania" ayuda a los trabajadores cualificados con cualificaciones profesionales extranjeras. Pueden averiguar si necesitan un reconocimiento oficial.

El "BQ-Portal" está dirigido a cámaras y empresas. Ayuda a evaluar correctamente las cualificaciones profesionales extranjeras.

Información sobre formación, trabajo y estudios

¿Quiere trabajar en Alemania? Entonces necesita saberlo: ¿Cómo puedo trabajar en Alemania? ¿Y dónde puedo obtener ayuda? Aquí encontrará todo lo que necesita saber sobre trabajo y empleo: [Acceso al mercado laboral](#)

¿Ha obtenido ya un título en el extranjero? ¿Por ejemplo, un título de bachillerato o una cualificación profesional? Entonces tiene que homologar su título en Alemania. Encontrará información sobre cómo hacerlo en la página: [Reconocimiento de títulos extranjeros](#).

En Alemania hay más de 400 profesiones diferentes. ¿Quiere aprender una profesión? Aquí encontrará información sobre la [formación](#). Por ejemplo: ¿Cómo puedo hacer un aprendizaje? ¿Qué profesiones hay?

Los niños y los jóvenes tienen que ir a la escuela. Para ello deben tener al menos 6 años. Los niños y jóvenes van a [la escuela general](#). Allí aprenden para su vida futura. Por ejemplo, para aprender una profesión. O para graduarse en la universidad.

¿Quieres estudiar? Aquí encontrarás información sobre los [estudios](#). Y puedes ver con qué personas puedes ponerte en contacto.

Formación profesional

Formación profesional en Alemania

Requisitos para la formación profesional en Alemania

Si no es ciudadano de la UE y desea realizar una formación profesional, necesitará un visado y un permiso de residencia.

¿Cómo se obtiene un visado para la formación profesional?

Necesita una plaza de formación

Debes firmar un contrato de formación con una escuela o empresa. Debes presentar este contrato de formación en la embajada alemana. Para hacer una formación profesional, necesitas tener muy buenos conocimientos de alemán. En la mayoría de los casos, necesitas conocimientos lingüísticos de nivel B1.

Debes tener asegurada tu subsistencia durante tu estancia.

Necesitas al menos 992 euros al mes (año 2024). Debes demostrar que dispones de esta cantidad de dinero o que vas a ganar esta cantidad durante tu formación.

Lo siguiente se aplica a la **formación escolar**: Ingresas el dinero necesario en una [cuenta bloqueada](#). Una cuenta bloqueada es una cuenta bancaria a la que sólo puedes acceder de forma limitada. Otra opción es una declaración de compromiso.

En el caso de la **formación profesional en una empresa**, recibirás un salario. Si el salario es suficiente para financiar tu vida, esto puede ser prueba suficiente. Si el salario no es suficiente, también puede crear una cuenta bloqueada o presentar una declaración de compromiso.

¿Cuánto tiempo puede permanecer en Alemania para realizar una formación profesional?

La formación profesional en Alemania tiene una duración mínima de dos años. Su estancia estará autorizada mientras dure su formación.

Puede trabajar hasta diez horas más a la semana. Esto es independiente de tu formación profesional.

💡 Nota para los refugiados sobre la regla 3+2:

La normativa 3+2 interesa a los solicitantes de asilo rechazados. Un refugiado que haya iniciado una formación en Alemania puede completarla. A continuación, se le permite seguir un empleo posterior de dos años. El requisito para ello es un contrato de formación. La regla 3+2 no es necesaria si la decisión de asilo es positiva.

¿Dónde se puede encontrar información sobre estos temas?

Encontrará información exacta sobre el visado y el proceso de entrada en alemán, inglés, francés y español [en](#) .

Encontrará información sobre la finalización de la formación profesional en Alemania en alemán, inglés, francés y español [en](#) .

¿Ha finalizado con éxito su formación profesional?

Una vez terminada la formación profesional, tienes doce meses para encontrar trabajo. El trabajo debe corresponderse con tu formación profesional. Para la búsqueda se necesita un "permiso de residencia para buscar trabajo conforme al art. 20 párr. 3 núm. 3 de la AufenthG". Puede solicitarlo en la [oficina de inmigración](#) que le corresponda.

Mientras busca empleo, puede trabajar en cualquier ocupación para asegurarse el sustento. En cuanto tenga un empleo para el que esté cualificado, solicite un "permiso de residencia por empleo cualificado (§ 18a AufenthG)". No tiene que salir de Alemania.

💡 **Nota para los refugiados sobre la regla 3+2:**

Si es refugiado y tiene un "Ausbildungsduldung", se le aplica la regla 3+2. Si ha completado con éxito su formación, tiene derecho a un permiso de residencia de 2 años. Durante este tiempo, debe trabajar en la profesión que ha aprendido.

¿Dónde puede encontrar información sobre estos temas?

Encontrará información sobre sus opciones tras finalizar la formación profesional en alemán, inglés, francés y español  [aquí](#).

La información sobre la regla 3+2 está disponible en alemán  [aquí](#) y en alemán, inglés y francés  [aquí](#).

Estos centros de asesoramiento le ayudarán si necesita más información:

 [Centros de asesoramiento general](#)

Escuela de formación profesional

¿Cuáles son los requisitos para asistir a la escuela de formación profesional?

¿Tienes más de 15 años? ¿Ya no estudias en un centro de enseñanza general? Entonces tienes muchas opciones en una escuela de formación profesional. Puedes prepararte para una carrera profesional. Puedes obtener un título de bachillerato general. En Alemania hay que ir a la escuela hasta los 18 años (escolarización obligatoria).

Existen los siguientes tipos de centros de formación profesional:

Berufseinstiegsjahr (BEJ) y Berufsvorbereitungsjahr (BVJ):

Las escuelas de formación profesional tienen programas para alumnos con o sin título de bachillerato. ¿Aún no has recibido un contrato de aprendizaje? ¿Aún no tienes una idea concreta de dónde quieres trabajar? Aquí puedes hacerte una idea de los distintos campos profesionales. Puedes ampliar tus estudios de bachillerato. O puedes obtener el título de bachillerato.

Escuela de formación profesional:

Aquí la formación es dual. Una parte de la formación se cursa en la escuela. La otra parte la aprendes en una empresa.

Escuela de formación profesional:

En las escuelas de formación profesional puedes prepararte para la profesión. Los cursos duran de 1 a 3 años. Recibes formación profesional básica. O preparación profesional. O incluso un título de formación profesional. ¿Ya tiene un título de bachillerato? Entonces puede obtener aquí su siguiente titulación. Las escuelas de formación profesional suelen dividirse en los siguientes campos profesionales:

- ámbito comercial
- economía doméstica, pedagogía social o sector asistencial
- ámbito industrial-técnico

Escuela técnica superior:

Puede continuar su formación profesional en una escuela técnica superior. Los cursos suelen durar de uno a dos años. ¿Ya tienes un título de formación profesional? ¿Ya has trabajado? Estos cursos amplían tus conocimientos. Están diseñados para profundizar en los contenidos que has aprendido. Después de los cursos, puede trabajar en mandos intermedios. O puedes trabajar por cuenta propia. Las escuelas especializadas también se dividen en las siguientes áreas temáticas:

- Tecnología
- economía
- Trabajo social
- Agricultura
- Diseño

Institutos de formación profesional:

Para acceder a la escuela profesional necesitas un nivel de estudios medio. Aquí puedes mejorar tu cualificación profesional. También puedes obtener el título de acceso a las universidades de ciencias aplicadas. De este modo puede acceder a la universidad. Hay escuelas de formación profesional en las siguientes áreas:

- Tecnología
- Comercio y administración
- Pedagogía social
- Sanidad y cuidados
- Economía doméstica

Bachillerato profesional

¿Has realizado ya un aprendizaje? ¿Tienes el título de bachillerato? Entonces puedes ir a la Berufsoberschule. La duración es de dos años. Esta escuela te prepara para obtener el título general de acceso a la enseñanza superior. Para ello, debes aprender una segunda lengua extranjera. Si no aprendes una lengua extranjera, obtendrás un título de acceso a la enseñanza superior específico. Esto significa que sólo puedes estudiar determinadas asignaturas. El bachillerato profesional está disponible en las siguientes especialidades:

- Escuela secundaria técnica
- Escuela secundaria de comercio
- Escuela secundaria de trabajo social

Bachillerato profesional:

¿Quieres estudiar en la universidad? Entonces necesitas el Abitur. Puedes recuperar el Abitur en un instituto de formación profesional. Para ello, necesitas un título intermedio en tu formación. Tus notas medias deben ser de 3,0 o más. A continuación, puedes asistir a un instituto de formación profesional durante tres años. Después de los tres años, completarás tu Abitur. También se divide en las especialidades correspondientes:

- Especialización técnica
- Especialización económica
- Especialización en ciencias sociales y sanitarias
- Especialización en ciencias agrarias
- Especialización biotecnológica
- Ciencias de la nutrición

Estudiar

Estudiar en Alemania

Estudiar en Alemania: Información para estudiantes extranjeros (no comunitarios) y refugiados

¿Qué universidades hay en Alemania?

En Alemania hay varias universidades. Se diferencian por su especialización:

- **Universidades:** Los científicos investigan aquí. Las universidades ofrecen muchas asignaturas, por ejemplo ciencias naturales, humanidades o tecnología.
- **Universidades de Ciencias Aplicadas:** Aquí se aprende sobre todo para el trabajo práctico. Las universidades de ciencias aplicadas son buenas si quiere trabajar en una profesión específica, por ejemplo, como ingeniero o trabajador social.
- **Universidades duales:** Aquí aprendes teoría y haces prácticas al mismo tiempo. Estudias y trabajas en una empresa.
- **Universidades de arte, cine y música:** Se trata de asignaturas artísticas como arte, teatro, danza, diseño, artes gráficas, música o medios de comunicación modernos.
- **Universidades a distancia:** Aquí se aprende en línea. Es una buena opción si quiere ser flexible.

¿Qué titulaciones existen?

- **En las universidades:** Medicina, Derecho, Informática
- **En universidades de ciencias aplicadas:** Ingeniería mecánica, administración de empresas, pedagogía social

- **En universidades duales:** por ejemplo, ingeniería eléctrica con formación en una empresa

¿Qué tipos de estudios y titulaciones existen?

- **Licenciatura:** La primera titulación en una universidad, dura de 6 a 8 semestres.
- **Máster:** programa de postgrado posterior a la licenciatura, de 2 a 4 semestres de duración.
- **Examen de Estado (Staatsexamen):** En asignaturas como medicina, derecho, farmacia o magisterio, hay un examen estatal.
- **Doctorado (Ph.D.):** Después del máster se puede hacer un doctorado y obtener el título de doctor. Esto suele ser necesario para una carrera académica en la universidad.

¿Dónde puedo encontrar la universidad adecuada?

- [Brújula universitaria](#)
- [Estudiar en Alemania](#)
- [Studis Online](#)
- [Agencia de Empleo - Estudiar](#)
- [BAMF - Estudiar en Alemania](#)
- www.hochschule-dual.de/

¿Quién puede estudiar?

Cualquier persona que cumpla las normas puede estudiar en Alemania. También pueden solicitarla los refugiados y los estudiantes extranjeros.

Información importante para personas de otros países

Si no procede de la UE, a menudo necesitará un visado o permiso de residencia. Esto depende de su país.

La universidad donde quiera estudiar le informará de las normas.

¿Qué necesito para estudiar?

Las normas varían según la carrera y la universidad. En la mayoría de los casos necesitarás

- **Un título de fin de estudios** reconocido en Alemania. El centro de enseñanza superior lo comprobará.
- **Buenos conocimientos de alemán (nivel C1).** Suele ser necesario el [TestDaF](#).
- **Homologación de los títulos.** Haga que [comprueben](#) sus cualificaciones. Esto suele costar dinero.

¿Qué documentos necesito?

- Certificados y traducciones

- Resultados de pruebas de idiomas
- Documentos de su país sobre sus estudios

Páginas web importantes para estudiantes

- [TestAS](#): Test de aptitud para estudios universitarios
- [TestDaF](#): Test de conocimientos de alemán
- [DAAD](#): Información y becas para estudiantes extranjeros
- [Anabin](#): Información sobre la homologación de títulos
- [Uni-Assist](#): Ayuda para solicitar plaza en una universidad

💡 Prevea tiempo suficiente A menudo se tarda mucho tiempo en comprobar todos los documentos.

Asesoramiento y ayuda

El Fondo de Garantía Educativa de la Universidad ayuda a los estudiantes extranjeros y refugiados. Responde a todas las preguntas sobre los estudios.

Dirección:

Olgastraße 62
70182 Stuttgart

 [Asesoramiento educativo GFH](#)

Costes y dinero



Debes ser capaz de mantenerte por ti mismo durante toda la estancia.

Necesitas al menos 992 euros al mes (año 2024). Debes demostrar que dispones de esta cantidad de dinero o que ganas esta cantidad durante tu formación.

Para estudiar se aplica lo siguiente: Ingresas el dinero necesario en una [cuenta bloqueada](#). Una cuenta bloqueada es una cuenta bancaria a la que sólo puedes acceder de forma limitada. Otra opción es una declaración de compromiso. La prueba de financiación es uno de los requisitos más importantes para obtener un visado de estudiante y un permiso de residencia para estudiar en Alemania.

Estudiar en universidades públicas suele ser barato o gratuito. Pero aun así hay que hacer un presupuesto:

- Las tasas de matrícula: Son diferentes en cada Estado federado. Las universidades privadas suelen ser más caras.
- Gastos de manutención: necesitará dinero para el alojamiento, la comida, los libros y el tiempo libre.
- Ayudas económicas: Existen becas y ayudas como la BAföG. Encontrará más información en www.bafög.de.

Cursos de idiomas para empezar

- [Agencia de colocación](#): Información sobre cursos de idiomas baratos
- [Oficina de empleo](#): Cubre los gastos de los cursos de idiomas (si cumples ciertos requisitos)
- Escuelas de idiomas: Muchos proveedores privados
- Universidades: A menudo, cursos de idiomas en universidades
- [Fondo de garantía universitaria](#): Ayuda financiera para cursos de idiomas

💡 Consejo para la vida cotidiana: Aproveche los cursos de idiomas para conocer gente y saber más sobre la vida en Alemania.

- Si se ha licenciado en una universidad alemana: puede solicitar un permiso de establecimiento tras sólo dos años de trabajo en Alemania([art. 18c párr. 1 S. 2 AufenthG](#)).

Para más información

 [Estudiar en Alemania](#)

 [DAAD - Estudiar en Alemania - Los primeros pasos](#)

 [Estudiar en Alemania - Testimonios de estudiantes internacionales en Alemania](#)

 [Navegador de visados](#)

 [Información de registro del DAAD para estudiantes internacionales en Alemania](#)

Más información:  [aquí](#).

Para más información puede dirigirse a estos centros de asesoramiento

 [Centros de Asesoramiento General](#)

Estudiar en una universidad

Información general

En Alemania hay muchas carreras diferentes. También hay distintos tipos de centros de enseñanza superior:

- Universidades (de orientación académica)
- Universidades de ciencias aplicadas (orientadas a la práctica)
- Universidades duales (muy orientadas a la práctica)
- Escuelas superiores de arte, cine y música (para asignaturas artísticas)

Hay universidades estatales y universidades privadas. La calidad de las universidades privadas no siempre es mejor. Sin embargo, hay que pagar tasas de matrícula elevadas.

Sitios web útiles:

 [Brújula universitaria](#) (todas las carreras y universidades de Alemania)

 [Estudiar en Alemania](#) (información para refugiados)

 [Agencia de Empleo](#) (orientación para estudios)

 [Servicio Alemán de Intercambio Académico](#) (DAAD - todas las carreras en Alemania)

Requisitos previos

¿Quiere estudiar en Alemania? Entonces necesita un título universitario de acceso. Puede ser un Abitur. También puede ser un título de acceso a las universidades de ciencias aplicadas.

¿Ha aprobado el Abitur en su país de origen? Es posible que te sirva para estudiar en Alemania. Puede hacer que se lo comprueben.

Encontrará más información en la página web [de la Anabin](#). Vaya al portal de información "Reconocimiento en Alemania". También puede ponerse en contacto con el [Servicio Alemán de Intercambio Académico DAAD](#).

Además, debes acreditar un buen dominio del alemán (nivel de idioma C1). Puede ser el examen de "alemán como lengua extranjera". O la prueba de alemán para el acceso a la universidad. O el telc Deutsch C1 Hochschule.

También existe la posibilidad de obtener financiación del Bildungsberatung Garantiefonds Hochschule.

Algunas universidades también ofrecen semestres preparatorios. Allí también aprenderás alemán.

 Infórmese en la universidad en la que desea estudiar. La mayoría de las universidades ofrecen servicios de asesoramiento. Hay plazos para solicitar plaza en un centro superior. Son los plazos de solicitud. Respete estos plazos. Las universidades no aceptan solicitudes fuera de plazo.

Sin título de acceso a la universidad

¿Puede estudiar en su país con el título de bachillerato? ¿Pero no en Alemania? En un colegio preuniversitario puede ponerse al día con su titulación de acceso a la universidad. Los colegios preuniversitarios están especialmente diseñados para solicitantes extranjeros. Le preparan para estudiar en Alemania.

Financiación y becas

Como estudiante en Alemania, puede recibir ayudas económicas. Esto es posible gracias a la Ley Federal de Ayuda a la Formación (BAföG). La BAföG es abonada mensualmente por las autoridades. En el mejor de los casos, recibirá dinero para toda la duración de sus estudios. El importe mensual de la BAföG puede oscilar entre 399 y 735 euros. Tiene que devolver la mitad del importe de la BAföG después de sus estudios. Las condiciones exactas de la BAföG cambian regularmente. Encontrará información detallada en el siguiente enlace:

 [Página web de la BAföG para refugiados e inmigrantes](#)

Como alternativa a la BAföG, puede solicitar una beca. Por regla general, no tienes que devolver la beca. Para obtener una beca es importante tener buenas notas. Los donantes de becas también valoran tu trabajo voluntario. Normalmente recibirás la misma cantidad de

dinero que la BAföG. Además, existe la llamada "ayuda para libros". Se trata de un pago mensual de hasta 300 euros.

Algunas organizaciones conceden becas. Las becas se conceden a personas con un gran potencial. Por eso, estas organizaciones se denominan Begabten-Förderungs-Werke. Los siguientes Begabten-Förderungs-Werke ofrecen, entre otros, programas específicos para refugiados. En sus sitios web encontrará información sobre cómo presentar una solicitud. También le indicarán lo que las organizaciones exigen de usted.

🌐 [Friedrich-Ebert-Stiftung \(FES\) - Becas para refugiados](#)

🌐 [Böckler-Aktion Bildung de la Fundación Hans Böckler](#)

🌐 [Konrad-Adenauer-Stiftung \(KAS\) - Becas para refugiados](#)

🌐 [Villigst - Nuestra beca para refugiados](#)

🌐 [Pan para el Mundo - Programa de becas para refugiados](#)

El Fondo de Garantía de la Fundación Otto Benecke es una excepción a esta regla. El programa está dirigido a jóvenes recién llegados. ¿Quieres obtener tu título de acceso a la enseñanza superior en Alemania? ¿Quieres estudiar en Alemania? ¿Quieres trabajar en el ámbito académico? Entonces puedes solicitar el programa de becas. También existe la Beca Alemania. Proporciona una ayuda económica de 300 euros al mes. Las Becas Alemania son concedidas por las respectivas universidades.

🌐 [Fondo de Garantía Universitaria de la Fundación Otto Benecke de Bonn](#)

🌐 [Beca Alemania: Conviértete en becario](#)

Aspectos básicos de la inmigración de mano de obra cualificada

En Alemania existe una ley. Su objetivo es facilitar la llegada a Alemania de trabajadores cualificados. Los trabajadores cualificados tienen una cualificación profesional o un título universitario. La ley se llama § 18a+b AufenthG. Permite a los trabajadores cualificados obtener un permiso de residencia en Alemania. Con este permiso de residencia, pueden trabajar en Alemania en cualquier ocupación cualificada.

💡 ¿Quiere obtener una [tarjeta azul de la UE](#)? Entonces su nueva profesión debe coincidir con su cualificación. Esto significa que sólo puede trabajar en una profesión que haya aprendido.

🌐 Encontrará más información en la página [Make it in Germany](#).

🌐 Aquí también puede hacer una [prueba rápida](#) de sus opciones.

Para los empresarios

Procedimiento acelerado para trabajadores cualificados:

Si alguien de otro país quiere trabajar en Alemania, como empresario necesita primero la autorización de esa persona. Esto se llama "autorización". Con esta autorización, puede iniciar un proceso más rápido ante la autoridad de extranjería. La Oficina de Extranjería es un organismo que se ocupa de las personas que llegan a Alemania procedentes de otros países.

Su empresa negociará un acuerdo con esta autoridad. Este acuerdo establece exactamente lo que usted, el nuevo trabajador y las autoridades pueden y deben hacer. También especifica cuánto tiempo puede llevar todo y quién hace qué y cuándo.

💡 Puede encontrar más información sobre el procedimiento y los costes [aquí](#).

La autoridad de extranjería asesora a los empresarios

Presta apoyo para que se reconozcan las cualificaciones extranjeras del trabajador cualificado. La Oficina de Extranjería obtiene la autorización de la Agencia Federal de Empleo. Comprueba los requisitos para la expedición del visado. Los centros de reconocimiento disponen de un plazo determinado antes de tomar una decisión. Lo mismo ocurre con la Agencia Federal de Empleo.

Autorización previa de la autoridad de inmigración

💡 ¿Se cumplen todos los **requisitos** ? Entonces la autoridad de extranjería emitirá la llamada autorización previa. El empresario puede enviarla al trabajador cualificado. A continuación, el trabajador cualificado concierta una cita con la misión diplomática en el extranjero. En esta cita se solicita el visado. En esta cita, el trabajador cualificado debe presentar el original de la autorización previa. El trabajador cualificado debe llevar también los demás documentos necesarios para la solicitud de visado.

¿Se ha presentado una solicitud de visado completa para el trabajador cualificado?

Entonces se tomará una decisión en el plazo de tres semanas.

💡 La **familia** del trabajador cualificado también puede ser tenida en cuenta. La solicitud debe presentarse al mismo tiempo. La familia debe cumplir los requisitos para la reagrupación familiar:

www.make-it-in-germany.com/de/visum-aufenthalt/fa...

Puede encontrar plantillas y muestras en

www.make-it-in-germany.com/de/unternehmen/unterst...

Aquí encontrará una explicación detallada del procedimiento

www.make-it-in-germany.com/de/unternehmen/einreis...

Amt für Ausländerwesen und Migration | Ausländische Mitbürger, Geflüchtete, Menschen mit Schutzstatus

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

☎ [+498413051529](tel:+498413051529)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Ausl%C3%A4ndische-Mitb%...>

Para profesionales

💡 **Definición de trabajador cualificado:**

¿Tiene un título universitario? ¿O ha cursado una formación profesional? ¿Su formación ha durado al menos dos años? ¿Le capacita para una profesión? Entonces es usted un trabajador cualificado. ¿Quiere ser reconocido oficialmente como trabajador cualificado? Entonces debe solicitarlo. Sus cualificaciones deben estar reconocidas por la autoridad competente en Alemania.

Búsqueda de empleo

Acceder al mercado laboral:

Entrar en el mercado laboral es más fácil: como trabajador cualificado, debe aportar tres cosas. Necesita un contrato de trabajo. Debe tener una oferta de trabajo concreta. Y necesita un título reconocido en Alemania. Ya no se comprueba si hay un alemán para el puesto. La Agencia Federal de Empleo seguirá comprobando las condiciones de trabajo.

Posibilidades de empleo:

Tiene una determinada cualificación. Esto significa que está cualificado para una profesión concreta. Está autorizado a trabajar en esa profesión. También puede trabajar en profesiones afines. Los trabajadores cualificados con una titulación universitaria también pueden realizar otros trabajos. Por ejemplo, los trabajadores cualificados pueden trabajar en una profesión que no requiera titulación.

Sin embargo, los trabajadores cualificados no pueden trabajar en empleos sencillos. Los trabajadores cualificados deben trabajar en una ocupación que requiera formación. Para obtener la tarjeta azul de la UE, necesita un empleo que corresponda a su cualificación.

Trabajadores cualificados con formación profesional

Los trabajadores cualificados con formación profesional pueden trabajar en cualquier profesión. Sólo necesitan estar cualificados mediante formación. Ya no tienen que trabajar sólo en profesiones en las que haya escasez de mano de obra.

Normas de entrada

Entrada con fines de búsqueda de empleo:

Los trabajadores cualificados con formación profesional pueden entrar en Alemania. Pueden entrar en el país para buscar trabajo aquí. Reciben un permiso de residencia de hasta seis meses. Sus cualificaciones deben estar reconocidas en Alemania. Debe poder mantenerse durante su estancia. Debe hablar alemán lo suficientemente bien como para poder trabajar en su profesión. Normalmente se exigen conocimientos de alemán de nivel B1 o superior. ¿Quieres probar primero un trabajo? Entonces puedes trabajar hasta 10 horas a la semana. Así sabrás si te gusta el trabajo. Tu empleador puede conocerle. Los trabajadores cualificados con una titulación académica reconocida también pueden hacer un trabajo de prueba.

Quédate para las medidas de cualificación:

En Alemania te darán más oportunidades para que puedas obtener cualificaciones. ¿Has intentado que te reconozcan tus cualificaciones? ¿Las autoridades han detectado problemas? ¿Sus cualificaciones no coinciden con las alemanas? Entonces necesita conocimientos

suficientes de alemán. Se trata de conocimientos de nivel A2. Entonces puedes solicitar un visado. Con este visado puedes venir a Alemania durante 18 meses. Durante ese tiempo puedes obtener cualificaciones. Las autoridades pueden prorrogar el visado una vez durante 6 meses. Después, puedes solicitar otro visado. Por ejemplo, para hacer prácticas. O para estudiar. O para un trabajo.

Permiso de establecimiento para trabajadores cualificados extranjeros:

Los trabajadores cualificados extranjeros pueden obtener un permiso de establecimiento en Alemania después de sólo cuatro años (antes eran cinco años).

Para formación y estudios

Requisitos para la formación profesional en Alemania

Si no es ciudadano de la UE y desea realizar una formación profesional, necesitará un visado y un permiso de residencia.

¿Cómo se obtiene un visado para la formación profesional?

Necesita una plaza de formación

Debes firmar un contrato de formación con una escuela o empresa. Debes presentar este contrato de formación en la embajada alemana. Para hacer una formación profesional, necesitas tener muy buenos conocimientos de alemán. En la mayoría de los casos, necesitas conocimientos lingüísticos de nivel B1.

Debes tener asegurada tu subsistencia durante tu estancia.

Necesitas al menos 992 euros al mes (año 2024). Debes demostrar que dispones de esta cantidad de dinero o que vas a ganar esta cantidad durante tu formación.

Lo siguiente se aplica a la **formación escolar**: Ingresas el dinero necesario en una [cuenta bloqueada](#). Una cuenta bloqueada es una cuenta bancaria a la que sólo puedes acceder de forma limitada. Otra opción es una declaración de compromiso.

En el caso de la **formación profesional en una empresa**, recibirás un salario. Si el salario es suficiente para financiar tu vida, esto puede ser prueba suficiente. Si el salario no es suficiente, también puede crear una cuenta bloqueada o presentar una declaración de compromiso.

¿Cuánto tiempo puede permanecer en Alemania para realizar una formación profesional?

La formación profesional en Alemania tiene una duración mínima de dos años. Su estancia estará autorizada mientras dure su formación.

Puede trabajar hasta diez horas más a la semana. Esto es independiente de tu formación profesional.

💡 **Nota para los refugiados sobre la regla 3+2:**

La normativa 3+2 interesa a los solicitantes de asilo rechazados. Un refugiado que haya iniciado una formación en Alemania puede completarla. A continuación, se le permite seguir un empleo posterior de dos años. El requisito para ello es un contrato de formación. La regla 3+2 no es necesaria si la decisión de asilo es positiva.

¿Dónde se puede encontrar información sobre estos temas?

Encontrará información exacta sobre el visado y el proceso de entrada en alemán, inglés, francés y español [en](#) .

Encontrará información sobre la finalización de la formación profesional en Alemania en alemán, inglés, francés y español [en](#) .

¿Ha finalizado con éxito su formación profesional?

Una vez terminada la formación profesional, tienes doce meses para encontrar trabajo. El trabajo debe corresponderse con tu formación profesional. Para la búsqueda se necesita un "permiso de residencia para buscar trabajo conforme al art. 20 párr. 3 núm. 3 de la AufenthG". Puede solicitarlo en la [oficina de inmigración](#) que le corresponda.

Mientras busca empleo, puede trabajar en cualquier ocupación para asegurarse el sustento. En cuanto tenga un empleo para el que esté cualificado, solicite un "permiso de residencia por empleo cualificado (§ 18a AufenthG)". No tiene que salir de Alemania.

💡 **Nota para los refugiados sobre la regla 3+2:**

Si es refugiado y tiene un "Ausbildungsduldung", se le aplica la regla 3+2. Si ha completado con éxito su formación, tiene derecho a un permiso de residencia de 2 años. Durante este tiempo, debe trabajar en la profesión que ha aprendido.

¿Dónde puede encontrar información sobre estos temas?

Encontrará información sobre sus opciones tras finalizar la formación profesional en alemán, inglés, francés y español  [aquí](#).

La información sobre la regla 3+2 está disponible en alemán  [aquí](#) y en alemán, inglés y francés  [aquí](#).

Estos centros de asesoramiento le ayudarán si necesita más información:

 [Centros de asesoramiento general](#)

Tarjeta azul UE Alemania

La Tarjeta Azul UE es un permiso de residencia para titulados universitarios.

Su objetivo es facilitar y promover la inmigración a Alemania de personas altamente cualificadas procedentes de países no pertenecientes a la UE.

También permite una inmigración simplificada a todos los demás países de la UE.

Necesita un visado para trabajar en Alemania:

- Este visado se solicita en la embajada o el consulado general de Alemania.
- Puede entrar en Alemania con este visado.

Puede solicitar una Tarjeta Azul UE en la Oficina de Extranjeros de Alemania.

Hay varios requisitos para obtener la Tarjeta Azul UE:

- Debe tener un título universitario completo.
- El título universitario debe estar reconocido en Alemania.
- Necesita un contrato de trabajo. O necesita una confirmación vinculante de empleo.
- Su salario bruto anual mínimo debe ser de **58.400** euros.
- Hay excepciones en los campos profesionales de matemáticas, informática, ciencias naturales, ingeniería y medicina humana.
- Estos deben tener un salario bruto anual mínimo de **45.552 euros**.
- Los límites salariales se ajustan anualmente.
- El empleo debe corresponder a la titulación universitaria.
- La Tarjeta Azul UE es un permiso de residencia temporal.
 - Se expide por un máximo de cuatro años.
 - Si la relación laboral dura menos de cuatro años, la Tarjeta Azul UE se expide por la duración del contrato de trabajo más tres meses.

💡 Se expide a partir de **2023**.

💡 **La tarjeta azul UE puede solicitarse en todos los Estados miembros de la UE, a excepción de Dinamarca e Irlanda. Hay ligeras diferencias en cuanto a los requisitos.**

Debe solicitar la tarjeta azul UE a la autoridad de inmigración.

💡 Encontrará más información en alemán sobre la solicitud de la tarjeta azul UE en Ingolstadt  [aquí](#).

💡 Encontrará más información en alemán e inglés sobre la tarjeta azul UE  [aquí](#) o  [aquí](#).

Trabajar en Ingolstadt

Hay muchas formas de encontrar trabajo. Puede encontrar muchos anuncios de empleo en los principales periódicos y en Internet.

Hoy en día, la búsqueda suele hacerse en internet. Existen plataformas locales, como la página web del importante periódico local  [DONAUKURIER](#), o proveedores locales como  [Ingolstadtjobs.de](#). También hay búsquedas en toda Alemania, como la [bolsa de trabajo](#)  [de la Agencia Federal de Empleo](#).

Iniciativa ucraniano-bávara - Encontrar trabajo

Desempleo

Se está en paro si no se gana lo suficiente para vivir. Como Alemania es un Estado del bienestar, ayuda a las personas que no pueden o sólo pueden mantenerse parcialmente.

Pero: en principio, todo el mundo debería ganarse la vida trabajando.

La Agencia Federal de Empleo decide si percibe el subsidio de desempleo.

Derecho al subsidio de desempleo I (**ALG I, SGBIII**) de la Agencia de Empleo

Percibirá el subsidio de desempleo I si pierde su puesto de trabajo sujeto a las cotizaciones de la seguridad social. Para ello, debe haber trabajado en Alemania durante al menos doce meses en los últimos treinta meses y estar sujeto a las cotizaciones de la seguridad social. Existen otras condiciones en determinadas circunstancias. La cuantía del subsidio de desempleo asciende, por regla general, al 60 % (67 % si tiene hijos) de sus ingresos netos medios de los últimos 12 meses.

Debe aprovechar todas las oportunidades para encontrar un empleo.

💡 Atención: Si es probable que pierda su empleo, debe inscribirse como demandante de empleo al menos 3 meses antes de que finalice su relación laboral. Si no se entera de su despido hasta más tarde, debe inscribirse como demandante de empleo a más tardar 3 días después. Esto es importante por si después tiene que solicitar el subsidio de desempleo. Si no ha encontrado un nuevo empleo, inscríbese como desempleado, a más tardar el primer día de desempleo.

🌐 Encontrará más información [aquí](#).

Derecho al subsidio de desempleo (antes denominado ALG II, SGBII, Hartz IV) de la oficina de empleo

Percibirá el subsidio de desempleo II si

- está desempleado durante un periodo prolongado
- no ha trabajado en Alemania durante 12 meses sujetos a cotización a la seguridad social
- gana muy poco en su trabajo y necesita una ayuda para cubrir sus gastos de manutención.

Percibirá

- una cuantía estándar
- gastos de vivienda y calefacción
- Gastos del seguro de enfermedad y de dependencia.

Póngase en contacto con la oficina de empleo.

Debe aprovechar todas las oportunidades para encontrar un empleo.

Atención: El subsidio ciudadano está subordinado a cualquier otra ayuda económica.

Encontrará más información aquí.

Preguntas sobre los ingresos de los ciudadanos - seguridad básica

Preguntas y respuestas sobre la ayuda a la renta básica

¿Quién puede solicitar la Renta Ciudadana?

Pueden solicitar la Renta Ciudadana todas las personas que carezcan de medios de subsistencia suficientes. No importa si se trata de un desempleado, un trabajador a jornada reducida o un trabajador autónomo. También tienen derecho los autónomos que sólo pueden trabajar de forma limitada debido a la pandemia.

Requisitos:

- Edad: de 15 a 65 años o hasta la edad normal de jubilación
- Residencia en Alemania
- Capacidad para trabajar: al menos tres horas de trabajo al día posibles en condiciones normales

¿Cuáles son las prestaciones?

La ayuda a la renta básica cubre los gastos de manutención personales. Las personas solteras perciben 449 euros. Los hijos perciben entre 285 y 376 euros, en función de su edad. La cuantía también depende de si en el hogar vive una pareja necesitada de asistencia. Se pueden cubrir los gastos de alquiler (alquiler neto, gastos accesorios, gastos de calefacción). Por regla general, la ayuda se concede durante al menos seis meses.

¿Cómo presentar la solicitud?

Los residentes en Ingolstadt pueden presentar una solicitud informal:

Jobcenter | Bürgergeld, Leistungen zu Bildung und Teilhabe

📍 [Adolf-Kolping-Str. 10, 85049 IngolstadtIngolstadt](#)

@jobcenter@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545112](tel:+49084130545112)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Arbeit-Jobcenter/...>

Encontrará los formularios y más información en la página web.

¿Hay que agotar primero el patrimonio?

Las personas que soliciten la ayuda a la renta básica entre el 1 de marzo de 2020 y el 31 de diciembre de 2022 no tienen que agotar su patrimonio en los seis primeros meses. Requisito: la persona no tiene bienes realizables importantes.

Se consideran bienes realizables

- Efectivo, ahorros, dinero a la vista, valores
- No se tiene derecho si el primer miembro de la comunidad de previsión posee más de 60.000 euros. Se aplica un límite de 30.000 euros a los demás miembros.
- Por lo general, los bienes residenciales en propiedad no se consideran activos importantes. Tampoco se tienen en cuenta los haberes de pensión.

¿Se tienen en cuenta los ingresos de la pareja?

Sí, si ambos viven en el mismo hogar. Entonces forman un [hogar común](#) y viven juntos.

¿Se tienen en cuenta los gastos de alquiler?

Se reembolsan el alquiler neto, los gastos accesorios y los gastos de calefacción. En los seis primeros meses, se cubren los gastos reales sin limitación si la solicitud se presentó entre el 1 de marzo de 2020 y el 31 de diciembre de 2022.

¿Existen prestaciones adicionales para los niños?

Sí, en función de su edad, el [requisito estándar](#) es de 285 a 376 euros. Las prestaciones por hijos cuentan como ingresos y se tienen en cuenta a la hora de calcular la ayuda básica a la renta.

¿Cuánto tarda la tramitación?

La duración depende de la rapidez con que se presenten todos los documentos. En cuanto se aprueba la solicitud, el pago se efectúa siempre un día natural antes del mes al que se tiene derecho. Ejemplo: la solicitud correspondiente al mes de mayo se abonará a finales de abril.

¿Qué prestaciones complementarias existen?

Las prestaciones sociales complementarias posibles son

- [subsidio familiar](#)
- [subsidio de vivienda](#)
- [complemento familiar](#)

Algunas de estas prestaciones no pueden percibirse al mismo tiempo que la ayuda básica a la renta.

Derecho de residencia

Ley de Residencia

La Ley de Residencia (AufenthG) regula las cuestiones relativas a las personas procedentes de países que no pertenecen a la Unión Europea (UE).

Por ejemplo

- entrada,
- residencia,
- trabajo remunerado.

Por tanto, sirve para controlar y limitar la afluencia de extranjeros a la República Federal de Alemania. Los ciudadanos de la UE pueden circular libremente por la UE, entrar en cualquier país de la UE y vivir en él.

También puede encontrar información aquí:

[Red de Información Asilo y Migración - Ley de Residencia](#)

[Ministerio Federal del Interior y para Asuntos de Interior - Entrada y residencia](#)

[Oficina Federal de Migración y Refugiados - Ley de Residencia](#)

Oficina de Extranjeros y Migración

Oficina de Inmigración y Migración

La Oficina de Inmigración y Emigración es responsable de las medidas relacionadas con la ley de residencia y pasaportes.

¿Qué se puede hacer?

- Conceder o prorrogar un permiso de residencia
- Permiso de trabajo
- Concesión o prórroga de un permiso de residencia o de estancia tolerada
- Anulación de las restricciones de residencia
- Medidas del curso de integración

[Aquí](#) encontrará toda la información importante.

¿Tiene alguna pregunta? Llámenos. Tenga en cuenta que llama mucha gente. Tenga paciencia si no puede ponerse en contacto con un miembro del personal inmediatamente. También puede escribirnos. Indique su nombre, fecha de nacimiento y su consulta. Tenga en cuenta que muchas personas nos escriben y pueden pasar varios días hasta que reciba una respuesta.

Amt für Ausländerwesen und Migration | Ausländische Mitbürger, Geflüchtete, Menschen mit Schutzstatus

 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

 [+49 \(0\) 8413051529](#)

 <https://www.ingolstadt.de/Ausl%C3%A4ndische-Mitb%...>

Información sobre permisos de residencia de la IHK

Necesita un permiso de residencia si quiere trabajar en Alemania. Hay permisos de residencia para profesiones académicas y no académicas. También le explicamos las normas especiales. Le mostraremos ejemplos de la vida cotidiana sobre el tema.

 [Cámara de Industria y Comercio de Múnich y Alta Baviera, Asegurar la mano de obra cualificada](#)

Encontrará nuestra página web aquí:  <https://www.ihk-muenchen.de/migration/>.

¿Necesita ayuda? También puede acudir a nosotros o llamarnos por teléfono. Nos encontrará aquí:

IHK de Múnich y Alta Baviera

Jefa del departamento de contratación de mano de obra cualificada, migración laboral, IHK Business Women

IHK Campus D,
 [Orleansstraße 10-12](#)
81669 Múnich

 [089/51161786](tel:08951161786)

@k [erschl@](mailto:erschl@muenchen.ihk.de) muenchen.ihk.de

Puede encontrar más información en

Facebook:  <https://www.facebook.com/ihk.muenchen.oberbayern>

Información de la Cámara de Industria y Comercio sobre inmigración y reconocimiento de cualificaciones profesionales extranjeras

Trabajar en Alemania: Información de la IHK Oberbayern

La IHK Oberbayern ayuda a las personas extranjeras que quieren trabajar o formarse en Alemania. También ofrece información sobre cómo se reconocen las cualificaciones profesionales extranjeras.

Temas importantes:

- Entrar en Alemania: ¿Quién puede venir como trabajador cualificado con formación profesional?
- Encontrar mano de obra cualificada: Consejos para empresas que buscan trabajadores cualificados en el extranjero.
- Procedimiento acelerado para trabajadores cualificados: ¿Cuánto tarda? ¿Cuánto cuesta? ¿Qué documentos se necesitan?
- Reconocimiento de cualificaciones: ¿Qué condiciones deben cumplirse?
- Procedimiento de reconocimiento: ¿Qué pasos hay que dar?
- Reconocimiento parcial o equivalencia: ¿qué significa?
- Adaptación de cualificaciones: ¿Cómo se pueden compensar los conocimientos que faltan?

 Si tiene alguna pregunta, puede ponerse en contacto directamente con la IHK Oberbayern.

IHK Campus | Mitarbeiter finden und binden

 [Orleansstraße 10-12, 81669 München](#)

@info@muenchen.ihk.de

 [+49 \(0\) 8951160](tel:+4908951160)

 <https://www.ihk-muenchen.de/de/service-beratung/f...>

IHK Campus | Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

📍 [Orleansstraße 10-12, 81669 München](#)

✉ [@berufsanerkennung@muenchen.ihk.de](mailto:berufsanerkennung@muenchen.ihk.de)

☎ [+49 \(0\) 8951160](tel:+49(0)8951160)

🌐 <https://www.ihk-muenchen.de/de/service-beratung/a...>

Bolsa de trabajo

Los empleados de la Agencia de Empleo (=Arbeits-Amt) y de la Oficina de Empleo le ayudarán:

- Está desempleado.
- Busca trabajo o formación.
- Busca trabajo o formación en la región de Ingolstadt.
- Desea obtener una cualificación profesional o una formación continua (= aprender más sobre una profesión).

Centro de empleo de la ciudad de Ingolstadt

¿Qué hace la oficina de empleo?

La oficina de empleo ayuda a las personas que buscan trabajo ofreciéndoles apoyo y asesoramiento financiero. Ofrece el llamado subsidio ciudadano y ayuda a encontrar un nuevo empleo.

¿Quién puede obtener ayuda?

- Las personas que tienen una decisión positiva del BAMF y un permiso de residencia.
- Ciudadanos de la UE acogidos a una normativa especial. Encontrará información [aquí](#).
- Las personas cuyos ingresos no son suficientes para cubrir sus gastos de subsistencia.

¿Quién no recibe ayuda?

- Las personas en procedimiento de asilo o con un permiso de estancia tolerada no reciben ninguna prestación. Deben ponerse en contacto con el servicio [de asesoramiento social](#) de su alojamiento.

¿Cómo puede obtener ayuda?

- Puede solicitar la ayuda ciudadana por teléfono, por escrito o en persona.
- La forma más sencilla es por internet en la [página web de la Oficina de Empleo de Ingolstadt](#).

Servicios de la Oficina de Empleo

- Búsqueda de empleo
- Ayuda con las solicitudes de empleo
- Asesoramiento sobre formación continua
- Información sobre el subsidio ciudadano

- Ayuda para la educación y la participación

¿Quién percibe las prestaciones de educación y participación?

Los niños y jóvenes menores de 25 años que

- perciben prestaciones conforme a SGB II, SGB XII o la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo,
- sus padres perciben un subsidio de vivienda o un complemento familiar.

Póngase en contacto con la Oficina de Empleo de Ingolstadt:

Dirección: Adolf-Kolping-Straße 10, 85049 Ingolstadt

☎ [084130545112](tel:084130545112)

@ [obcente](mailto:obcente@ingolstadt.de) r@ingolstadt.de

Arbeitsvermittlung: [084130545201](tel:084130545201)

Equipo del empleador: [084130545101](tel:084130545101)

Fax oficial: [0841305-45111](tel:0841305-45111)

Las citas [pueden concertarse en línea](#)

Horario de atención al público:

Lunes: 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Martes: 08:00 - 12:30

Miércoles: 08:00 - 12:30

Jueves: 08:00 - 12:30, 13:30 - 17:30

Viernes: 08:00 - 12:30

💡 Los empleados no transmiten ninguna información sobre los clientes.

💡 Se requiere un poder notarial si hay un voluntario acompañante.

Agencia de Empleo de Ingolstadt

La **Agencia Federal de Empleo** es una autoridad estatal. Se ocupa del mercado laboral alemán.

¿Qué hace la Agencia de Empleo?

- Asesoramiento profesional para jóvenes, estudiantes de primer año y titulados universitarios
- Colocación en puestos de aprendizaje y de trabajo
- Promoción de la formación profesional y la educación continua
- Servicios para promover la participación en la vida laboral
- Pago del subsidio de desempleo I (ALG I)
- Promoción de la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres

- Información sobre el mercado de trabajo y de formación y sobre los servicios y prestaciones de fomento del empleo
- Pago del subsidio familiar

□ **El servicio es gratuito.**

A qué agencia de empleo puedo dirigirme?

Agencia de colocación de Ingolstadt

Dirección:

Heydeckplatz 1, 85049 Ingolstadt

Sólo puede ponerse en contacto con la Agencia de Empleo con cita previa.

Reservas en línea: <https://web.arbeitsagentur.de/portal/terminverein...>

Durante este horario, el acceso sin cita previa sólo está previsto para casos urgentes o de emergencia:

De lunes a viernes: 08:00 - 12:00

Teléfono:

[+49 \(0\) 8004555500](tel:+4908004555500)

[+49 \(0\) 8419338555](tel:+4908419338555)

Página web:

[Agencia de Empleo de Ingolstadt](#)

Dirección postal:

Agencia de Empleo de Ingolstadt
85037 Ingolstadt

Accesibilidad

- Acceso sin barreras al edificio y a las salas
- Hay un aseo para discapacitados.

Información para extranjeros

Existen servicios especiales de asesoramiento.

[Información para extranjeros](#)

Subsidio de desempleo I (ALG I)

- La Agencia de Empleo abona el subsidio de desempleo I.
- El subsidio de desempleo I se abona a las personas que han perdido su empleo.
- Sin embargo, no todo el mundo percibe el ALG I.

- Esto se debe a que se trata de una prestación de seguro.
- Esto significa que sólo perciben prestaciones las personas
 - que hayan cotizado previamente al seguro durante al menos 12 meses.
 - Y esto debe ser dentro de los 30 meses anteriores al desempleo.

→ **Nota:** Quien se quede en paro y no haya cotizado al seguro de desempleo, o no lo haya hecho durante el tiempo suficiente, recibirá ayuda de la [oficina de empleo de Ingolstadt](#).

¿Cuándo puedo trabajar?

Ciudadanos de la UE, Noruega, Liechtenstein, Islandia y Suiza

Requisitos para ejercer una actividad remunerada en Alemania

Ciudadanos de la UE, Noruega, Liechtenstein, Islandia y Suiza

Si procede de un país de la Unión Europea (UE) o de Noruega, Liechtenstein, Islandia o Suiza, está autorizado a trabajar en Alemania. No necesita autorización para trabajar. Tiene libertad de circulación de trabajadores sin restricciones.

¿Quiénes son ciudadanos de la UE?

Son ciudadanos de la UE las personas que tienen la nacionalidad de uno de los 27 Estados miembros de la UE.

¿Quiénes son ciudadanos del EEE?

Son ciudadanos del EEE las personas que tienen la nacionalidad de un país del Espacio Económico Europeo (EEE). Estos países no son miembros de la UE.

¿Y Suiza?

Suiza no es miembro de la UE ni del EEE. Pero los suizos tienen casi los mismos derechos de libre circulación que los ciudadanos de la UE y el EEE. Esto se debe a un tratado especial entre la UE y Suiza.

¿Qué es el derecho de libre circulación?

El derecho de libre circulación en la UE significa que los ciudadanos de un país de la UE pueden circular libremente por los países de la UE. Como ciudadano de la UE, puede viajar, trabajar y vivir fácilmente dentro de la UE. Estos derechos son especialmente importantes en la UE y el EEE.

Requisitos para una estancia más larga

Hay una serie de condiciones que debe cumplir para poder permanecer más tiempo en Alemania. Sin embargo, estos requisitos son pocos.

Trabajar en Alemania

Como ciudadano de la UE o del EEE, puede realizar cualquier tipo de trabajo en Alemania.

Encontrará más información en  [aquí](#).

Información para refugiados: ¿Cuándo puedo trabajar?

 La autoridad de extranjería decide si está autorizado a trabajar. Por tanto, debe presentar una solicitud de permiso de trabajo a la autoridad de extranjería. Hay ciertas normas que debe respetar.

¿Qué se aplica a los solicitantes de asilo con prueba de llegada o permiso de residencia en AnkER?

- No se le permite trabajar durante 6 meses (prohibición de trabajar).
- Después de 6 meses, tiene derecho a un permiso de trabajo si cumple los siguientes criterios:
 - No procede de un país de origen seguro.
 - Su solicitud de asilo no ha sido rechazada por el BAMF por ser manifiestamente infundada.
- No se aplica el control de prioridad. La Agencia Federal de Empleo comprueba previamente las condiciones de trabajo.

 Qué son los [países de origen seguros](#)

 Por regla general, puede vivir en el centro de AnkER un máximo de 18 meses. Es posible una prórroga de hasta 24 meses. Las familias con niños pueden vivir en el centro AnkER un máximo de 6 meses.

¿Qué se aplica a los solicitantes de asilo con prueba de llegada o permiso de residencia fuera del centro AnkER?

- No se les permite trabajar durante 3 meses (prohibición de trabajar).
- Después de 3 meses, la autoridad de extranjería decidirá si puede obtener un permiso de trabajo.
 - Esto solo se aplica si no procedes de un país de origen seguro y has solicitado asilo después del 31 de agosto de 2015.
 - Para Georgia y la República de Moldavia, se aplica si has solicitado asilo después del 30 de agosto de 2023.
- Tienes derecho a un permiso de trabajo después de 6 meses si cumples los siguientes criterios
 - No procedes de países de origen seguros con solicitud de asilo posterior al 31/08/2015 (Georgia y República de Moldavia con solicitud de asilo posterior al 30/08/2023).
 - Tu solicitud de asilo no ha sido rechazada por el BAMF por ser manifiestamente infundada.
- No se aplica el control de prioridad. La Agencia Federal de Empleo comprueba previamente las condiciones de trabajo.

¿Qué se aplica a las personas toleradas en AnkER?

- Tras 6 meses de tolerancia, la autoridad de inmigración "debe" expedir el permiso de trabajo.
 - Esto solo se aplica si no procede de un país de origen seguro y ha solicitado asilo después del 31 de agosto de 2015.
 - Para Georgia y la República de Moldavia, se aplica si has solicitado asilo después del 30 de agosto de 2023
- Hay una excepción: en caso de medidas específicas para poner fin a la residencia, la autoridad de inmigración "podrá" expedir el permiso de trabajo.
- Las personas con estancia tolerada por identidad poco clara (§ 60b AufenthG) siempre tienen prohibido trabajar
- No se aplica el control de prioridad. La Agencia Federal de Empleo comprueba previamente las condiciones de trabajo.

¿Qué se aplica a los tolerados fuera de AnkER?

- No se le permite trabajar durante 3 meses (prohibición de trabajar).
- Después de 3 meses, la autoridad de extranjería "debe" expedir un permiso de trabajo.
 - Esto solo se aplica si no procedes de un país de origen seguro y has solicitado asilo después del 31 de agosto de 2015.
 - Se aplica a Georgia y la República de Moldavia si solicitaste asilo después del 30 de agosto de 2023.
- Hay una excepción: en caso de medidas específicas para poner fin a la residencia, la autoridad de inmigración "podrá" expedir el permiso de trabajo.
- Las personas con estancia tolerada por identidad poco clara (§ 60b AufenthG) siempre tienen prohibido trabajar.
- No se aplica el control de prioridad. La Agencia Federal de Empleo comprueba previamente las condiciones de trabajo.

¿Qué se aplica a los refugiados con permiso de residencia?

- Si tiene permiso de residencia, tiene pleno acceso al mercado laboral. Esto significa que no tiene ninguna restricción.

¿Tiene alguna pregunta?

En Ingolstadt hay centros de asesoramiento que pueden ayudarle.

 [Centro de Empleo de la ciudad de Ingolstadt](#)

 [Agencia de Empleo de Ingolstadt](#)

 [Oficina de Inmigración y Emigración de Ingolstadt](#)

Nacionales de terceros países - Trabajar en Alemania

Ciudadanos de terceros países

Independientemente del motivo de su estancia, necesita un visado para entrar en Alemania. Puede obtenerlo en la misión diplomática alemana en su país de origen. Puede solicitarlo en la embajada alemana o en el consulado alemán. Con el visado puede entrar en Alemania. Si se queda más allá de la fecha de caducidad del visado, necesitará un permiso de residencia. Debe solicitarlo a tiempo en la oficina de inmigración de su lugar de residencia. Lea más sobre este tema en los [requisitos de entrada](#).

Para residir permanentemente en Alemania necesita un permiso de residencia. El permiso de residencia establece qué acceso al mercado laboral es posible para usted.

Existen normas especiales para determinados grupos:

- [Trabajadores cualificados](#),
- [académicos](#),
- [titulares de la tarjeta azul de la UE](#),
- [investigadores](#),
- [autónomos](#),
- [solicitantes de empleo](#),
- trabajadores que llegan a Alemania en el marco de un [traslado interno](#).
- [Becarios y voluntariado](#)
- [Reagrupación familiar](#)

💡 Más información sobre el tema residencia y trabajo en la página web [de la BAMF](#). Aquí encontrará información en 6 idiomas.

Afluencia de trabajadores cualificados con formación profesional y personas con conocimientos profesionales prácticos

¿Qué es la Ley de Inmigración de Trabajadores Cualificados?

Los trabajadores cualificados pueden inmigrar a Alemania más fácilmente. Se trata de trabajadores cualificados con

- una formación profesional de al menos dos años o un título universitario.
- un título universitario.

La Ley de Inmigración de Trabajadores Cualificados establece las normas.

La ley está en vigor desde el 1 de marzo de 2020 y se modificará a partir de noviembre de 2023. Puede obtener más información [aquí](#).

Criterios para los trabajadores cualificados

¿Qué es un trabajador cualificado? Se tienen en cuenta tres criterios:

1) Cualificación

Es necesaria una cualificación profesional. Es la única manera de realizar un trabajo cualificado en Alemania. También hay muchas personas sin cualificación profesional reconocida en el extranjero. Deben obtener el reconocimiento de su cualificación

profesional en Alemania. Puede solicitar asesoramiento al respecto.

2) Experiencia

Las personas con experiencia profesional pueden venir a Alemania. Se trata de personas que

- hayan obtenido un título profesional reconocido en el extranjero y
- acrediten al menos 2 años de experiencia profesional.

A estas personas se les aplica un umbral salarial. Esto significa que hay una cuantía mínima. El salario debe ser superior al importe mínimo.

3) Potencial

Las personas sin una oferta de trabajo concreta también pueden trabajar en Alemania. Para ellas se ha introducido la tarjeta de oportunidades. Se basa en un sistema de puntos. Se tienen en cuenta estos criterios:

- Cualificaciones
- conocimientos de alemán e inglés
- experiencia laboral
- Pertinencia en Alemania
- Edad
- Potencial del cónyuge y de la pareja

Una innovación importante para los solicitantes de asilo

¿Es usted solicitante de asilo? ¿Y llegaste antes del 29 de marzo de 2023? Entonces puedes solicitar un permiso de residencia como trabajador cualificado. No tienes que salir del país para hacerlo. Y no tienes que pasar por un procedimiento de visado. Debes retirar tu solicitud de asilo.

Necesitará

- una cualificación reconocida correspondiente
- una oferta de empleo o una relación laboral existente

💡 Busque asesoramiento sobre esto primero. El servicio de [asesoramiento sobre refugiados e integración](#) puede ayudarle.

Línea directa de asesoramiento individual

¿Tiene muchas preguntas? Entonces la línea directa del Gobierno Federal puede ayudarle. Ofrece asesoramiento individual. Estudiarán detenidamente su situación personal. Puede recibir asesoramiento en alemán o en inglés.

Línea directa "Trabajar y vivir en Alemania"

☎ [+49 \(0\) 3018151111](tel:+4903018151111)

🌐 www.make-it-in-germany.com/de/service/kontakt/hotline

Para los empresarios

Procedimiento rápido para trabajadores cualificados: Los empresarios necesitan una autorización del trabajador cualificado. Esto le permite iniciar un procedimiento rápido de trabajador cualificado. Lo hace ante la autoridad de inmigración competente. La empresa celebra un acuerdo con la autoridad. Todas las partes implicadas acuerdan lo que el empresario, el trabajador cualificado y las autoridades pueden y deben hacer. El acuerdo indica los procedimientos, las partes implicadas y los plazos.

💡 Los **costes** ascienden a 411 euros y hay una tasa de visado de 75 euros. Hay que tener en cuenta los demás costes, como copias compulsadas y traducciones.

La autoridad de extranjería asesora a los empresarios. Presta apoyo para garantizar el reconocimiento de las cualificaciones extranjeras del trabajador cualificado. La autoridad de extranjería obtiene la autorización de la Agencia Federal de Empleo. Comprueba los requisitos para la expedición del visado. Los centros de reconocimiento disponen de un plazo determinado antes de tomar una decisión. También la Agencia Federal de Empleo.

💡 ¿Se cumplen todos los **requisitos**? Entonces la autoridad de extranjería emite la llamada autorización previa. El empresario puede enviarla al trabajador cualificado. A continuación, el trabajador cualificado concierta una cita con la misión diplomática en el extranjero. En esta cita se solicita el visado. En esta cita, el trabajador cualificado debe presentar el original de la autorización previa. El trabajador cualificado debe llevar también los demás documentos necesarios para la solicitud de visado.

¿Ha presentado el trabajador cualificado la **solicitud** de visado completa? Entonces se tomará una decisión en el plazo de tres semanas.

💡 También puede tenerse en cuenta a la familia del trabajador cualificado. La solicitud debe presentarse al mismo tiempo. La familia debe cumplir los requisitos para la reagrupación familiar.

Información sobre la [solicitud del procedimiento acelerado](#) para [trabajadores](#) cualificados y [aquí](#).

Para profesionales

💡 Definición de trabajador cualificado:

¿Tiene un título universitario? ¿O ha cursado una formación profesional? ¿Su formación ha durado al menos dos años? ¿Le capacita para una profesión? Entonces es usted un trabajador cualificado. ¿Quiere ser reconocido oficialmente como trabajador cualificado? Entonces debe solicitarlo. Sus cualificaciones deben estar reconocidas por la autoridad competente en Alemania.

Búsqueda de empleo

Acceder al mercado laboral:

Entrar en el mercado laboral es más fácil: como trabajador cualificado, debe aportar tres cosas. Necesita un contrato de trabajo. Debe tener una oferta de trabajo concreta. Y necesita un título reconocido en Alemania. Ya no se comprueba si hay un alemán para el puesto. La Agencia Federal de Empleo seguirá comprobando las condiciones de trabajo.

Posibilidades de empleo:

Tiene una determinada cualificación. Esto significa que está cualificado para una profesión concreta. Está autorizado a trabajar en esa profesión. También puede trabajar en profesiones afines. Los trabajadores cualificados con una titulación universitaria también pueden realizar otros trabajos. Por ejemplo, los trabajadores cualificados pueden trabajar en una profesión que no requiera titulación.

Sin embargo, los trabajadores cualificados no pueden trabajar en empleos sencillos. Los trabajadores cualificados deben trabajar en una ocupación que requiera formación. Para obtener la tarjeta azul de la UE, necesita un empleo que corresponda a su cualificación.

Trabajadores cualificados con formación profesional

Los trabajadores cualificados con formación profesional pueden trabajar en cualquier profesión. Sólo necesitan estar cualificados mediante formación. Ya no tienen que trabajar sólo en profesiones en las que haya escasez de mano de obra.

Normas de entrada

Entrada con fines de búsqueda de empleo:

Los trabajadores cualificados con formación profesional pueden entrar en Alemania. Pueden entrar en el país para buscar trabajo aquí. Reciben un permiso de residencia de hasta seis meses. Sus cualificaciones deben estar reconocidas en Alemania. Debe poder mantenerse durante su estancia. Debe hablar alemán lo suficientemente bien como para poder trabajar en su profesión. Normalmente se exigen conocimientos de alemán de nivel B1 o superior. ¿Quieres probar primero un trabajo? Entonces puedes trabajar hasta 10 horas a la semana. Así sabrás si te gusta el trabajo. Tu empleador puede conocerte. Los trabajadores cualificados con una titulación académica reconocida también pueden hacer un trabajo de prueba.

Quédate para las medidas de cualificación:

En Alemania te darán más oportunidades para que puedas obtener cualificaciones. ¿Has intentado que te reconozcan tus cualificaciones? ¿Las autoridades han detectado problemas? ¿Sus cualificaciones no coinciden con las alemanas? Entonces necesita conocimientos suficientes de alemán. Se trata de conocimientos de nivel A2. Entonces puedes solicitar un visado. Con este visado puedes venir a Alemania durante 18 meses. Durante ese tiempo puedes obtener cualificaciones. Las autoridades pueden prorrogar el visado una vez durante 6 meses. Después, puedes solicitar otro visado. Por ejemplo, para hacer prácticas. O para estudiar. O para un trabajo.

Permiso de establecimiento para trabajadores cualificados extranjeros:

Los trabajadores cualificados extranjeros pueden obtener un permiso de establecimiento en Alemania después de sólo cuatro años (antes eran cinco años).

Tarjeta azul UE Alemania

La Tarjeta Azul UE es un permiso de residencia para titulados universitarios.

Su objetivo es facilitar y promover la inmigración a Alemania de personas altamente cualificadas procedentes de países no pertenecientes a la UE.

También permite una inmigración simplificada a todos los demás países de la UE.

Necesita un visado para trabajar en Alemania:

- Este visado se solicita en la embajada o el consulado general de Alemania.
- Puede entrar en Alemania con este visado.

Puede solicitar una Tarjeta Azul UE en la Oficina de Extranjeros de Alemania.

Hay varios requisitos para obtener la Tarjeta Azul UE:

- Debe tener un título universitario completo.
- El título universitario debe estar reconocido en Alemania.
- Necesita un contrato de trabajo. O necesita una confirmación vinculante de empleo.
- Su salario bruto anual mínimo debe ser de **58.400** euros.
- Hay excepciones en los campos profesionales de matemáticas, informática, ciencias naturales, ingeniería y medicina humana.
- Estos deben tener un salario bruto anual mínimo de **45.552** euros.
- Los límites salariales se ajustan anualmente.
- El empleo debe corresponder a la titulación universitaria.
- La Tarjeta Azul UE es un permiso de residencia temporal.
 - Se expide por un máximo de cuatro años.
 - Si la relación laboral dura menos de cuatro años, la Tarjeta Azul UE se expide por la duración del contrato de trabajo más tres meses.

💡 Se expide a partir de **2023**.

💡 **La tarjeta azul UE puede solicitarse en todos los Estados miembros de la UE, a excepción de Dinamarca e Irlanda. Hay ligeras diferencias en cuanto a los requisitos.**

Debe solicitar la tarjeta azul UE a la autoridad de inmigración.

💡 Encontrará más información en alemán sobre la solicitud de la tarjeta azul UE en Ingolstadt  [aquí](#).

💡 Encontrará más información en alemán e inglés sobre la tarjeta azul UE  [aquí](#) o  [aquí](#).

Residencia permanente

¿Quiere quedarse en Alemania de forma permanente? Entonces necesita un permiso de residencia. Un permiso de residencia permanente le da casi los mismos derechos que a los

ciudadanos alemanes.

¿Qué títulos de residencia hay para la residencia permanente?

Hay dos títulos de residencia diferentes para la residencia permanente. Aquí le ofrecemos una visión general.

💡 Tenga en cuenta lo siguiente: Si vive fuera de Alemania durante más tiempo, los permisos de residencia dejan de ser válidos. La rapidez con la que finalizan varía en función del título de residencia.

1. Permiso de establecimiento según el artículo 9 de la Ley de Residencia

Con un permiso de establecimiento, puede vivir y trabajar en Alemania. Sin restricciones de tiempo ni de lugar.

Hay algunos requisitos, por ejemplo

- Lleva viviendo legalmente en Alemania **al menos 5 años**. Los periodos de estudio y formación cuentan la mitad.
- Tiene un **permiso de residencia válido** que no se haya expedido con fines temporales (estudios) o por razones humanitarias.
- Puedes mantenerte a **ti mismo**.
- Tiene un **piso**.
- Acreditar una **pensión suficiente**. Es necesario haber cotizado al menos 60 meses de forma obligatoria o voluntaria al seguro de pensiones obligatorio en Alemania.
- Habla **suficientemente bien alemán**.

Tiene **conocimientos básicos** del sistema jurídico y social y de las condiciones de vida en Alemania. Puede demostrarlo mediante

- La **participación** con éxito **en un curso de integración**
- **Certificados y pruebas de** haber realizado una formación en Alemania.
- **Otros certificados de idiomas**

A veces necesitará documentos adicionales, cuyo tipo puede variar. Infórmese en la [Oficina de Inmigración y Emigración](#). [Aquí](#) encontrará más información sobre los requisitos.

💡 El permiso de establecimiento sólo es válido para Alemania. No puede trasladarse a otros Estados Schengen. ¿Quiere emigrar a otro país de la UE? Entonces le conviene más la residencia permanente UE.

2. residencia permanente UE

La residencia permanente UE es un permiso de residencia ilimitado con casi los mismos derechos que un permiso de establecimiento. Le permite vivir y trabajar en Alemania. Sin restricciones de tiempo o lugar.

Una ventaja sobre el permiso de establecimiento es que puede vivir, trabajar o estudiar en otros países de la UE. Para ello no se necesita visado. Por eso la residencia permanente en la UE es muy popular.

💡 Nota: En algunos otros países se aplican normas especiales. Esto también se aplica a Irlanda y Dinamarca.

¿Quiere solicitar la residencia permanente en la UE? Entonces debe llevar más de cinco años en Alemania y su residencia debe ser legal. [Aquí](#) encontrará información sobre los requisitos. También puede encontrar más información [aquí](#).

💡 ¿Ha obtenido su permiso de residencia permanente en otro país de la UE? Entonces necesita un permiso de residencia en Alemania. Con él puede trabajar o residir permanentemente.

¿Qué permiso de residencia le conviene?

¿Quiere saber cuál es el permiso de residencia más adecuado para usted? Eso depende de sus circunstancias individuales. La Oficina de Inmigración e Integración le asesorará con mucho gusto.

Para futuros padres: ¿Tiene derecho de residencia permanente y vive en Alemania desde hace al menos ocho años? ¿Va a tener un hijo? Si su bebé nace en Alemania, recibirá [la nacionalidad alemana](#).

Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho laboral y social

Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho social y laboral

Ayuda importante para las personas con problemas en el trabajo o en la formación

¿Recibe un trato injusto en el trabajo o en su programa de formación? ¿Está mal pagado o tiene que trabajar demasiadas horas? ¿Sabe qué debería figurar en su contrato de trabajo? ¿O teme ser despedido? Entonces hay ayuda para usted. En Alemania hay dos centros de asesoramiento que pueden ayudarle: "Movilidad justa" e "Integración justa". Estos centros le apoyarán si recibe un trato injusto o si necesita ayuda para comprender y hacer valer sus derechos.

Nuestro asesoramiento es importante porque

- Sólo conoces tus derechos si estás bien informado.
- Sólo si conoce sus derechos podrá hacerlos valer.
- Nuestros asesores le explicarán qué puede hacer si surgen problemas.
- Recibirá ayuda si le tratan injustamente.

Temas de asesoramiento

- Contratos de trabajo y formación: Le asesoraremos sobre su contrato de trabajo o de formación. También podemos ayudarle si está haciendo prácticas y tiene dudas sobre su contrato de prácticas. Le explicamos qué debe figurar en un contrato, si es de duración determinada o indefinida, y qué significa esto.
- Miniempleos y trabajo temporal: si sólo trabajas unas horas o estás contratado como trabajador temporal, te explicamos tus derechos.

- Horas de trabajo y salario: le indicamos cuántas horas puede trabajar y a qué salario tiene derecho. También le indicaremos sus opciones si quiere seguir cobrando cuando esté enfermo.
- Despido y derechos por enfermedad: si teme perder su empleo o tiene dudas sobre el despido, estamos a su disposición.
- Vacaciones: le explicamos a cuántas vacaciones tiene derecho por ley y cuándo puede disfrutarlas.
- Seguros sociales y coberturas: le ayudamos a informarse sobre su seguro de enfermedad, su seguro de dependencia, su seguro de pensiones y su seguro de desempleo. Si está en paro, también le indicaremos qué prestaciones puede recibir de la oficina de empleo o de la agencia de colocación.
- Sindicatos y derechos como trabajador por cuenta ajena: le explicamos cómo puede ayudarle un sindicato y qué debe saber si trabaja por cuenta propia.
- El asesoramiento está dirigido especialmente a las personas de origen inmigrante que tienen problemas en su trabajo, formación o prácticas.
- El asesoramiento es gratuito y confidencial. No tiene por qué temer que alguien transmita sus preguntas.
- No es necesario estar afiliado a un sindicato.
- El asesoramiento es independiente de su situación de residencia.
- Las sesiones de asesoramiento tienen lugar en persona, por teléfono o por correo electrónico.

💡 Nuestros asesores le mostrarán las distintas opciones y le ayudarán a encontrar el camino a seguir. En última instancia, usted decide qué hacer.

💡 Sólo ofrecemos asesoramiento extrajudicial. Esto significa que no somos abogados. Si quiere acudir a los tribunales, le ayudaremos a encontrar un sindicato o un abogado especializado.

Asesoramiento para ciudadanos de la UE

Si procede de un país de la UE, especialmente de Europa Central u Oriental, puede obtener asesoramiento de "Movilidad Justa". El objetivo de "Movilidad Justa" es garantizar condiciones de trabajo y salarios justos a las personas de otros países de la UE. El proyecto cuenta con el apoyo de la Confederación Alemana de Sindicatos (DGB).

Centro de Asesoramiento sobre Movilidad Justa

📍 [Ludwigstraße 46](#), 90402 Núremberg

✉ [uernberg@faire-mobilitaet.de](mailto:nuernberg@faire-mobilitaet.de)

🌐 www.faire-mobilitaet.de y 🌐 www.fair-arbeiten.eu

📞 Horario de consulta telefónica:

Lunes y martes de 09:00 a 12:00, jueves de 14:00 a 17:00

Asesoramiento para refugiados y personas procedentes de países no pertenecientes a la UE

Los centros de asesoramiento de Integración Justa están dirigidos a refugiados y personas de países no pertenecientes a la UE. Aquí puede recibir asesoramiento gratuito y anónimo en varios idiomas. Los temas de asesoramiento son los mismos: puede informarse sobre

Derecho laboral y Derecho social.

Los centros de asesoramiento ofrecen asesoramiento gratuito y anónimo en varios idiomas sobre todas las cuestiones de Derecho laboral y social. Todos los centros de asesoramiento ofrecen asesoramiento sobre los mismos temas. Dependiendo del asesor, la única diferencia son los idiomas en los que se puede ofrecer el asesoramiento.

Centro de asesoramiento sobre integración justa

💡 Puede encontrar un centro de asesoramiento aquí:

🌐 www.faire-integration.de

@f fi@iq-c-consult.de

Nuestros centros de asesoramiento están siempre a su disposición. Le ayudamos a conocer sus derechos y a saber a qué tiene derecho. Así podrás protegerte y obtener el apoyo que necesitas para tu trabajo y tu futuro.

¿Cómo puedo buscar trabajo?

La mejor manera de buscar trabajo es en Internet. No importa dónde te encuentres. La plataforma de bolsa de trabajo de la Agencia Federal de Empleo tiene ofertas en toda Alemania. Necesitas una conexión a internet para buscar: 🌐 www.arbeitsagentur.de/jobsuche/

Allí encontrarás una máscara de búsqueda directa:

Busca tú:

- Puedes elegir qué tipo de empleo buscas. Para un puesto de especialista o directivo necesitas un título. Sin embargo, también es posible tener una formación completa y mucha experiencia profesional. A menudo es necesario dominar muy bien la lengua alemana.
- También puedes encontrar trabajo como ayudante con buenos conocimientos de alemán y sin titulación.
- También puedes buscar aquí unas prácticas o un aprendizaje.

Término(s) de búsqueda:

- Introduzca la profesión en la que le gustaría trabajar. Si se introducen las tres primeras letras, el sitio web también sugerirá profesiones.
- **Lugar de trabajo:** Introduzca el lugar donde le gustaría trabajar.
- Por último, haz clic en "Buscar".

Existen muchas otras plataformas de empleo en [Internet](#) 🌐.

La aplicación

Si has encontrado un trabajo interesante, tienes que redactar una solicitud.

Una solicitud consta de tres partes:

- **Carta de presentación:** En la carta de presentación personal, preséntese brevemente y describa por qué es adecuado para el puesto vacante. Por ejemplo, describe la experiencia que ya has adquirido en tu país de origen. Infórmese sobre la empresa y describa por qué le gustaría trabajar en ella. La carta de presentación debe caber en una página. Firma la carta

de presentación.

- **Curriculum vitae:** El CV enumera toda tu experiencia y se estructura como una gran tabla. Escribe de cuándo a cuándo has trabajado en qué empresa, dónde has completado tu formación o tus estudios. Escribe dónde estudiaste y qué título obtuviste. No tienes por qué incluir una foto en tu CV, pero a muchas empresas les gusta que lo hagas. Puedes crear tu CV en línea en  [europass.eu](https://europa.eu/europass/).
- **Certificados:** Es muy importante que incluyas copias de tus certificados. Se trata de certificados de fin de estudios, títulos universitarios o referencias laborales del pasado. También debería incluir un certificado de un curso de alemán.

El anuncio de empleo suele indicar cómo debes presentar la solicitud.

- **Por escrito:** compra una bonita carpeta de solicitud y pon en ella la carta de presentación, el CV y los certificados. A continuación, envíe la solicitud a la dirección indicada en el anuncio de empleo. También puedes entregar la carpeta en persona.
- **Por correo electrónico:** Muchas candidaturas se envían ahora por correo electrónico. Combine la carta de presentación, el CV y los certificados en un archivo PDF y envíelo adjunto al correo electrónico. En el correo electrónico, escriba un breve mensaje a la persona que recibirá la solicitud.
- **Por Internet:** Las grandes empresas tienen su propio sitio web donde presentar la solicitud. Puede conectarse con su propia dirección de correo electrónico y enviar la solicitud.

Contrato laboral

Trabajar en Alemania

Toda persona que empieza a trabajar recibe un contrato de trabajo. En él se regulan las condiciones más importantes de su trabajo.

Establece cuándo se trabaja. Cuántas vacaciones tiene. Cuánto dinero cobrará.

Es importante:

Ambas partes -empleado y empresario- deben respetar estos acuerdos.

El contrato se convierte en jurídicamente vinculante cuando lo firmas.



Fírmalo sólo cuando hayas entendido bien su contenido.

Hay tres tipos de contrato:

Contrato de trabajo indefinido

Suele haber un periodo de prueba de tres o seis meses. Durante este periodo, la relación laboral puede rescindirse en un plazo de dos semanas. El trabajador y el empresario pueden rescindir el contrato.

Al finalizar el periodo de prueba, comienza una relación laboral indefinida. Ésta tiene una protección más prolongada contra el despido. La jornada laboral suele ser de un máximo de 40 horas semanales.

Contrato de trabajo de duración determinada

La relación laboral finaliza en el momento acordado sin necesidad de preaviso.

Minitrabajo

Los ingresos máximos mensuales ascienden a 556 EUR (2025) y están exentos de impuestos. Esta cantidad está sujeta a cambios; puede encontrar los últimos detalles e información en el sitio web del Centro Minijob:

<https://www.minijob-zentrale.de>

Tus derechos en el trabajo

En Alemania hay muchas leyes que regulan y garantizan los derechos de los trabajadores. Entre ellas figuran, por ejemplo

- regulación de la jornada laboral
- salario mínimo
- derecho a vacaciones
- protección contra el despido
- representación de los intereses de la empresa (comité de empresa)
- Regulación del trabajo de los sindicatos
- y algunas más

Impuestos y cotizaciones a la Seguridad Social

Cada trabajador en Alemania paga una parte de su salario en concepto de impuestos y cotizaciones a la seguridad social.

Las administraciones federal, estatales y locales utilizan los impuestos para financiar sus gastos.

Los empresarios, a su vez, están obligados a pagar las cotizaciones a la seguridad social de sus empleados.

Estas cotizaciones a la seguridad social financian el sistema social en Alemania.

Son, por ejemplo

- seguro de enfermedad
- seguro de dependencia
- Seguro de desempleo: el sistema garantiza que recibirá dinero si se queda sin trabajo.

Número de identificación fiscal:

El número de identificación fiscal es un número de 11 cifras y se utiliza a efectos del impuesto sobre la renta. El número es válido para toda la vida. Las autoridades siempre pueden identificarle con este número.

Su lugar de trabajo requiere este número. ¿No tiene este número en sus documentos? Puede obtenerlo personalmente en la oficina de empadronamiento. O rellenando un formulario en la [Oficina Central Federal de Impuestos](#).

Número de la seguridad social:

Para trabajar necesita un número de la seguridad social. Puede obtenerlo en su seguro de enfermedad (por ejemplo, AOK, DAK). O en

Aquí tiene los lugares habituales donde puede encontrar su número de la seguridad social:

- Tarjeta de la Seguridad Social:
Normalmente se la envían después de su primer empleo sujeto a cotización a la Seguridad Social.
- Talón de la nómina:
El número figura en cada nómina que recibe de su empresa, a menudo bajo la abreviatura "número SV".
- Notificación del seguro de pensiones:
El número también figura en las notificaciones del Seguro de Pensiones alemán.

Trabajo ilegal:

Tiene un trabajo remunerado. Pero este trabajo no está registrado en la Agencia Tributaria ni en la Caja del Seguro de Enfermedad.

Por tanto, no paga impuestos ni cotizaciones a la seguridad social. Esto es **ilegal**.



Puedes enfrentarte a multas y penas de cárcel.

¿Recibe prestaciones sociales o subsidio de desempleo? ¿Sigues trabajando?

¿No se lo has comunicado a la oficina de asistencia social, a la agencia de colocación o a la oficina de empleo?

Eso también es **ilegal**. Estás percibiendo indebidamente prestaciones del Estado aunque tengas un trabajo remunerado.

Reconocimiento de títulos extranjeros

Información sobre el reconocimiento profesional

¿Desea ejercer su profesión en Alemania?

Obtenga el reconocimiento de su profesión.  [Aquí](#) encontrará información sobre cómo y dónde puede obtener el reconocimiento de su titulación.

Reconocimiento de títulos extranjeros

Los certificados y su importancia en Alemania

Los certificados son importantes en Alemania. Demuestran lo que una persona ha aprendido en la escuela, la universidad o el trabajo. Una referencia del empleador describe el rendimiento en el trabajo.

Un certificado demuestra los conocimientos y aptitudes de una persona. Esto ayuda a la hora de buscar trabajo. También se necesita un certificado para ser admitido en una escuela o universidad.

Si tiene certificados del extranjero, puede hacer que se los reconozcan. Una autoridad comprobará qué cualificaciones confirma el certificado. Así podrá clasificar correctamente sus logros.

Si le faltan certificados, hay alternativas. Puedes demostrar tu experiencia profesional y tus competencias mediante exámenes

Reconocimiento de títulos escolares extranjeros

Quien haya obtenido un título escolar fuera de Baviera debe dirigirse a la Oficina Estatal de Escuelas de Baviera. Este organismo comprueba si el título equivale a un bachillerato alemán. El examen es gratuito.

Bayerisches Landesamt für Schule | Bewertung von allgemeinbildenden Schulabschlüssen aus dem Ausland, Prüfung der Gleichwertigkeit von bestimmten ausländischen Berufsabschlüssen

📍 [Stuttgarter Str. 1, 91710 Gunzenhausen](#)

✉ @zast@las.bayern.de

☎ [+49 \(0\) 98315166444](tel:+49(0)98315166444)

🌐 <https://www.las.bayern.de/zeugnisanerkennung/zeug...>

Reconocimiento de títulos profesionales extranjeros

Quien haya obtenido un título profesional o académico en el extranjero puede obtener ayuda. El bfz (Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen Wirtschaft) ayuda en el reconocimiento.

El bfz ofrece

- Asesoramiento sobre el reconocimiento
- Ayuda con la solicitud
- Ayuda con los costes
- Asistencia en la evaluación de la decisión
- Información sobre formación continua

Berufliches Fortbildungszentrum der Bayerischen Wirtschaft (bfz) | Berufliche Aus- und Weiterbildungen, Unterstützung bei der Vermittlung in Job oder Ausbildung und bei der Integration ins

Berufsleben

 [Viehmarktplatz 9, 85055 Ingolstadt](#)

 [@info-in@bfz.de](mailto:info-in@bfz.de)

 [+49 \(0\) 84198150](tel:+49(0)84198150)

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

Cualificaciones profesionales: Información importante

La Oficina Estatal de Escuelas de Baviera también examina las cualificaciones profesionales del extranjero. Este examen cuesta dinero. No obstante, puede solicitar una subvención. Encontrarás más información aquí:

 www.anerkennungszuschuss.de



Tres grandes sitios web ofrecen información sobre el reconocimiento de títulos extranjeros:

"[Anabin](#)" evalúa certificados educativos del extranjero. Autoridades, empresarios y particulares utilizan estos datos.

"[Reconocimiento en Alemania](#)" ayuda a los trabajadores cualificados con cualificaciones profesionales extranjeras. Pueden averiguar si necesitan un reconocimiento oficial.

El "[BQ-Portal](#)" está dirigido a cámaras y empresas. Ayuda a evaluar correctamente las cualificaciones profesionales extranjeras.

Reconocimiento de las profesiones de enfermería en Baviera

¿Tiene una cualificación profesional como cuidador extranjero y quiere trabajar en Baviera? Entonces tenemos que comprobar su cualificación. El procedimiento sigue una estructura determinada.

Hay dos posibilidades:

- O bien se le reconoce la equivalencia de su titulación
- Tiene que completar una medida de equiparación.

El procedimiento conlleva costes. Respondemos a sus preguntas en nuestras FAQ. Los documentos para la solicitud y otros enlaces sobre el procedimiento y los servicios de asesoramiento, así como la base jurídica, los encontrará [aquí](#). Si tiene más preguntas, póngase en contacto con nosotros.

Oficina Estatal de Asistencia de Baviera (LfP)

Mildred-Scheel-Str. 4

92224 Amberg

 [+49 \(0\) 962196690](tel:+49(0)962196690)

 oststel@lfp.bayern.de

 Horario de atención telefónica:

Lunes-viernes, 08:00-12:00

Lunes y jueves, 13:00-16:00

Reconocimiento de las profesiones sanitarias en Baviera

Reconocimiento de las profesiones sanitarias en Baviera

En Baviera hay muchas personas que trabajan en profesiones sanitarias. Se trata de profesiones como enfermero, fisioterapeuta o paramédico. Estas personas ayudan a otras a mantenerse sanas o a recuperar la salud. Su trabajo es muy importante.

A veces, las personas han aprendido su profesión en el extranjero. Por ejemplo, un médico o enfermero de otro país puede venir a Baviera y querer trabajar aquí. Para poder hacerlo, su profesión debe estar reconocida.

¿Qué significa "reconocer"?

Significa que se comprueba si la formación que una persona ha recibido en el extranjero es tan buena como la de Baviera. En caso afirmativo, la persona recibe una autorización para ejercer su profesión en Baviera. Esta licencia también se denomina "permiso para utilizar el título profesional".

¿Quién ayuda con esto?

En Baviera, la Oficina Estatal de Enfermería de Baviera (LfP) se encarga de estos trámites en las profesiones sanitarias. Comprueba si a alguien se le concede una licencia. Para ello existe un departamento especial, la Oficina de Licencias de Profesiones Sanitarias.

Si tiene alguna pregunta o desea solicitar una licencia, puede ponerse en contacto con ellos:

Bayerisches Landesamt für Pflege (LfP) | Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

 [Mildred-Scheel-Str. 4, 92224 Amberg](#)

 [@poststelle@lfp.bayern.de](mailto:poststelle@lfp.bayern.de)

 [+49 \(0\) 962196690](tel:+49(0)962196690)

 <https://www.lfp.bayern.de/anerkennung/>

¿Por qué es importante?

Es importante que todos los profesionales sanitarios estén bien formados. Sólo así podrán tratar bien y con seguridad a las personas. El reconocimiento también garantiza que todo el mundo reciba un trato justo, independientemente del país del que proceda.

¿Cómo funciona el reconocimiento?

Para ejercer una profesión sanitaria en Alemania hay que solicitar una licencia. En el proceso se comprueban los documentos. A veces también hay que hacer cursos adicionales o aprobar un examen. Si todo está en orden, se obtiene la licencia.

Esto significa que personas de todo el mundo pueden trabajar en Baviera y ayudarnos a todos a mantenernos sanos.

Obtener una licencia para utilizar el título profesional en una profesión sanitaria

Bayerisches Landesamt für Pflege (LfP) | Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

 [Mildred-Scheel-Str. 4, 92224 Amberg](#)

 [@poststelle@lfp.bayern.de](mailto:poststelle@lfp.bayern.de)

 [+49 \(0\) 962196690](tel:+49(0)962196690)

 <https://www.lfp.bayern.de/anerkennung/>

Solicitar una licencia para utilizar un título profesional en una profesión sanitaria

Necesita una licencia si desea trabajar con uno de los [títulos profesionales](#) protegidos enumerados por orden alfabético en la República Federal de Alemania.

Reconocimiento de las profesiones autorizadas

Trabajar en la profesión sanitaria en Alemania

Si quieres trabajar en una profesión sanitaria académica en Alemania, necesitas una licencia oficial. Hay dos opciones:

1. licencia para ejercer

- La licencia para ejercer es un permiso ilimitado.
- Le autoriza a trabajar de forma permanente e independiente en su profesión.
- Para ello necesitas una solicitud.

2. permiso profesional (temporal)

- Este permiso solo es válido durante un periodo de tiempo limitado.
- Te permite trabajar temporalmente en tu profesión - bajo ciertas condiciones.
- No es suficiente para la formación especializada.

Validez del permiso profesional:

Profesión Validez máxima
Médico, dentista, farmacéutico 2 años
Psicoterapeuta (adultos, niños, adolescentes) 3 años
Veterinario 4 años

En general, no es posible prorrogarlo. Si se le caduca la licencia profesional, necesitará una licencia de ejercicio para poder seguir trabajando.

□ Origen de la formación: ¿Qué se aplica a quién?

Si tu formación procede de un país de la UE o del Espacio Económico Europeo:

- Debes solicitar una licencia para ejercer.
- En este caso no es necesario el carné profesional.

□ ¿Quién puede ayudarte con tus dudas?

Bayerisches Landesamt für Pflege (LfP) | Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

📍 [Mildred-Scheel-Str. 4, 92224 Amberg](#)

✉ @poststelle@lfp.bayern.de

☎ [+49 \(0\) 962196690](tel:+49(0)962196690)

🌐 <https://www.lfp.bayern.de/anerkennung/>

Certificación oficial de certificados

¿Qué es una certificación oficial?

A veces es necesario demostrar que un documento es auténtico, es decir, que no ha sido falsificado ni alterado. Para eso está la legalización oficial. Significa que una autoridad o un notario comprueban su documento y confirman: "Sí, es auténtico".

¿Cuándo se necesita?

La legalización notarial suele ser necesaria, por ejemplo:

- Cuando se matricula en una escuela o universidad.
- Si tiene que presentar documentos para un trabajo en otro país.
- Las personas o instituciones que ven sus documentos quieren estar seguras de que son correctos.

¿Qué necesita para ello?

Para que su documento sea legalizado ante notario, tiene que llevar lo siguiente:

- El documento original (por ejemplo, un certificado).
- Una copia del documento.
- Un documento de identidad válido.

💡 En algunos casos hay que pagar tasas. La autoridad se lo comunicará.

¿Cómo funciona?

La autoridad examina detenidamente el original y la copia. Si todo está en orden, le estamparán un sello o una firma en la copia. Esto confirma: "Este documento es tan auténtico como el original".

¿Por qué es importante?

La certificación notarial genera confianza. Todo el mundo sabe que sus documentos son auténticos y no hay dudas.

Compruebe de antemano si realmente necesita una traducción jurada. Aquí encontrará una [base de datos oficial de intérpretes y traductores](#).

Bürgeramt | amtliche Beglaubigung, Wahlen, Einbürgerung, Meldeamt, Führungszeugnis, Ausweis, Reisepass,

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

@ buergeramt@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413051500](tel:+4908413051500)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/buergeramt>

Derecho laboral

Información general sobre Derecho laboral

¿Tiene problemas en el trabajo o preguntas sobre su situación laboral actual?

¿Tiene preguntas sobre su contrato de trabajo? ¿No está seguro de que todo vaya bien en el trabajo? ¿Le gustaría cambiar de trabajo y no sabe a qué atenerse? ¿No está seguro de acudir a los tribunales de trabajo?

Entonces le invitamos a que se ponga en contacto con los [centros](#) regionales [de asesoramiento](#) 🌐 con estas preguntas.

¿No le han pagado el salario? ¿Le han despedido y no está de acuerdo? ¿Desea emprender acciones legales contra su empresario?

Entonces diríjase directamente a la oficina de demandas judiciales del [tribunal laboral](#) 🌐 [de Ingolstadt](#).

💡 El Juzgado de lo Social no dispone de intérpretes. Las reclamaciones y solicitudes pueden hacerse constar en el centro de aplicación jurídica y en las reuniones oficiales. Se puede facilitar información sobre el contenido de las leyes y los convenios colectivos en relación con la preparación de las demandas.

No se puede prestar asesoramiento jurídico, facilitar información jurídica general ni aclarar cuestiones jurídicas y de negociación colectiva.

Centro de Asesoramiento para una Integración Equitativa

Integración justa: asesoramiento sobre cuestiones de Derecho laboral y social

El centro de asesoramiento Integración justa ayuda a las personas que han llegado a Alemania como refugiados o procedentes de otros países. Les explican cuáles son las normas para trabajar en Alemania y qué derechos tienen como trabajadores. Su objetivo es garantizar que todo el mundo reciba un trato justo y disfrute de buenas condiciones laborales. Si conoces tus derechos, puedes asegurarte mejor de que se respetan y protegerte contra la explotación.

Grupo destinatario:

Asesoramos a refugiados y nacionales de terceros países que están trabajando (a tiempo completo, parcial, minijob, trabajo temporal, etc.), están realizando un aprendizaje o unas prácticas, o están a punto de empezar la vida laboral y desean obtener más información.

Principios del asesoramiento:

El servicio de asesoramiento es gratuito y confidencial.

Puntos centrales del asesoramiento:

- Derechos en la relación laboral, de formación o de prácticas
- Normas del mercado laboral alemán
- Cuestiones sobre la remuneración, por ejemplo, si no se ha pagado o se ha pagado demasiado poco
- Salario mínimo
- Horario laboral
- Vacaciones
- Seguro de enfermedad
- Incapacidad laboral y accidentes de trabajo
- Despido

El asesoramiento es gratuito y confidencial.

🌐 Puede encontrar **centros de asesoramiento** en [Centro de asesoramiento Feria Integración Baviera](#)

💡🌐 Encontrará información en www.faire-integration.de

Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho laboral y social

Asesoramiento sobre cuestiones de Derecho social y laboral

Ayuda importante para las personas con problemas en el trabajo o en la formación

¿Recibe un trato injusto en el trabajo o en su programa de formación? ¿Está mal pagado o tiene que trabajar demasiadas horas? ¿Sabe qué debería figurar en su contrato de trabajo? ¿O teme ser despedido? Entonces hay ayuda para usted. En Alemania hay dos centros de asesoramiento que pueden ayudarle: "Movilidad justa" e "Integración justa". Estos centros le apoyarán si recibe un trato injusto o si necesita ayuda para comprender y hacer valer sus derechos.

Nuestro asesoramiento es importante porque

- Sólo conoces tus derechos si estás bien informado.
- Sólo si conoce sus derechos podrá hacerlos valer.
- Nuestros asesores le explicarán qué puede hacer si surgen problemas.
- Recibirá ayuda si le tratan injustamente.

Temas de asesoramiento

- Contratos de trabajo y formación: Le asesoraremos sobre su contrato de trabajo o de formación. También podemos ayudarle si está haciendo prácticas y tiene dudas sobre su contrato de prácticas. Le explicamos qué debe figurar en un contrato, si es de duración determinada o indefinida, y qué significa esto.
- Miniempleos y trabajo temporal: si sólo trabajas unas horas o estás contratado como trabajador temporal, te explicamos tus derechos.
- Horas de trabajo y salario: le indicamos cuántas horas puede trabajar y a qué salario tiene derecho. También le indicaremos sus opciones si quiere seguir cobrando cuando esté enfermo.
- Despido y derechos por enfermedad: si teme perder su empleo o tiene dudas sobre el despido, estamos a su disposición.
- Vacaciones: le explicamos a cuántas vacaciones tiene derecho por ley y cuándo puede disfrutarlas.
- Seguros sociales y coberturas: le ayudamos a informarse sobre su seguro de enfermedad, su seguro de dependencia, su seguro de pensiones y su seguro de desempleo. Si está en paro, también le indicaremos qué prestaciones puede recibir de la oficina de empleo o de la agencia de colocación.
- Sindicatos y derechos como trabajador por cuenta ajena: le explicamos cómo puede ayudarle un sindicato y qué debe saber si trabaja por cuenta propia.
- El asesoramiento está dirigido especialmente a las personas de origen inmigrante que tienen problemas en su trabajo, formación o prácticas.
- El asesoramiento es gratuito y confidencial. No tiene por qué temer que alguien transmita sus preguntas.
- No es necesario estar afiliado a un sindicato.

- El asesoramiento es independiente de su situación de residencia.
- Las sesiones de asesoramiento tienen lugar en persona, por teléfono o por correo electrónico.

💡 Nuestros asesores le mostrarán las distintas opciones y le ayudarán a encontrar el camino a seguir. En última instancia, usted decide qué hacer.

💡 Sólo ofrecemos asesoramiento extrajudicial. Esto significa que no somos abogados. Si quiere acudir a los tribunales, le ayudaremos a encontrar un sindicato o un abogado especializado.

Asesoramiento para ciudadanos de la UE

Si procede de un país de la UE, especialmente de Europa Central u Oriental, puede obtener asesoramiento de "Movilidad Justa". El objetivo de "Movilidad Justa" es garantizar condiciones de trabajo y salarios justos a las personas de otros países de la UE. El proyecto cuenta con el apoyo de la Confederación Alemana de Sindicatos (DGB).

Centro de Asesoramiento sobre Movilidad Justa

📍 [Ludwigstraße 46](#), 90402 Núremberg

@ [n uernber g@faire-mobilitaet.de](mailto:nuernberg@faire-mobilitaet.de)

🌐 www.faire-mobilitaet.de y 🌐 www.fair-arbeiten.eu

📞 Horario de consulta telefónica:

Lunes y martes de 09:00 a 12:00, jueves de 14:00 a 17:00

Asesoramiento para refugiados y personas procedentes de países no pertenecientes a la UE

Los centros de asesoramiento de Integración Justa están dirigidos a refugiados y personas de países no pertenecientes a la UE. Aquí puede recibir asesoramiento gratuito y anónimo en varios idiomas. Los temas de asesoramiento son los mismos: puede informarse sobre Derecho laboral y Derecho social.

Los centros de asesoramiento ofrecen asesoramiento gratuito y anónimo en varios idiomas sobre todas las cuestiones de Derecho laboral y social. Todos los centros de asesoramiento ofrecen asesoramiento sobre los mismos temas. Dependiendo del asesor, la única diferencia son los idiomas en los que se puede ofrecer el asesoramiento.

Centro de asesoramiento sobre integración justa

💡 Puede encontrar un centro de asesoramiento aquí:

🌐 www.faire-integration.de

@ fi@iq-c-consult.de

Nuestros centros de asesoramiento están siempre a su disposición. Le ayudamos a conocer sus derechos y a saber a qué tiene derecho. Así podrás protegerte y obtener el apoyo que necesitas para tu trabajo y tu futuro.

Creación de empresas y autoempleo

¿Quién puede crear una empresa en Alemania?

¿Ha solicitado asilo y sigue esperando una decisión? ¿Le han denegado la solicitud? ¿Tiene un permiso de estancia tolerada? Entonces no puede crear su propia empresa. Esta norma se aplica a todos los que pertenecen a este grupo. ¿No se aplica a usted? Entonces puede crear su propia empresa en Alemania.

¿Dónde puedo encontrar información sobre cómo crear una empresa?

Aquí encontrará páginas web importantes con muchas explicaciones:

- Guía en línea "[GründerZeiten](#)" - Aquí encontrará textos en alemán y árabe.
- [Portal para fundadores](#) - Este sitio web contiene información en cinco idiomas: Alemán, francés, italiano, ruso y turco.
- [Página de la IQ-Fachstelle](#) - Este sitio ofrece material en 14 idiomas. Entre ellas, alemán, inglés, francés, polaco, español, pastún, bosnio, ruso, chino, ucraniano, turco, tigrina, vietnamita y árabe.

Trabajar por cuenta propia: ¿qué debo saber?

Tener tu propio negocio implica mucha responsabilidad. Si abres una cafetería, regentas una tienda o diriges un taller, por ejemplo, hay muchas cosas que tener en cuenta. Hay leyes, reglamentos y cuestiones financieras. Para que estés bien preparado, dispones de asesoramiento.

En Ingolstadt, la organización de desarrollo empresarial de la ciudad puede ayudarle. Aquí puede obtener asesoramiento personalizado sobre la creación de una empresa. Encontrará más información en la página web

 www.ingo-lstadt-ifg.de

Existenzgründerzentrum Ingolstadt GmbH apoya a las empresas de nueva creación con asesoramiento e información.

Ayuda de la Cámara de Industria y Comercio

La [Cámara de Industria y Comercio de Múnich y Alta Baviera](#) ayuda a las personas que quieren crear una empresa. Allí encontrará asesoramiento e información.

Dirección:

Max-Joseph-Straße 2, 80333 Múnich

Tel: [+49 \(0\) 8951160](tel:+4908951160)

Fax: [+49 \(0\) 8951161306](tel:+4908951161306)

Correo electrónico: info@muenchen.ihk.de

Asesoramiento para oficios cualificados

Quien desee crear una empresa en el sector de la artesanía puede dirigirse a la [Cámara de Artesanía de Múnich y Alta Baviera](#). Ofrecen asesoramiento específico para el artesanado.

Dirección:

Max-Joseph-Straße 4, 80333 Múnich

Teléfono: [+49 \(0\) 8951190](tel:+4908951190)

Fax: [+49 \(0\) 895119295](tel:+490895119295)

Correo electrónico: info@hwk-muenchen.de

Derechos e impuestos

Impuestos para los trabajadores por cuenta ajena

Cuando uno empieza a trabajar y cobra por ello, tiene que pagar impuestos.

El impuesto sobre el trabajo se llama **impuesto sobre la renta**.

El impuesto sobre la renta se paga a la Agencia Tributaria.

Salario bruto

Puede que trabaje para una empresa. El empresario es tu **empleador**.

El dinero por tu trabajo se llama **salario bruto**.

El empresario paga el impuesto sobre la renta por el salario bruto.

El empresario paga aún más por usted a partir del salario bruto.

Por ejemplo:

- Seguro de enfermedad
- seguro de pensiones
- seguro de desempleo
- seguro de dependencia
- Si es miembro de una iglesia cristiana, su empresario también pagará el impuesto eclesiástico por usted.

Salario neto

El dinero restante por su trabajo se denomina **salario neto**.

El empresario transfiere el salario neto a su cuenta corriente.

Pagar los impuestos usted mismo

Usted mismo paga los impuestos a la Agencia Tributaria.

Si

- tiene su propia empresa.
- es autónomo.
- cobra una pensión.
- tiene una casa y cobra un alquiler por ella

Declaración de la renta

En la declaración de la renta declara a la Agencia Tributaria cuántos ingresos ha obtenido este año y cuántos impuestos ha pagado.

A veces ha pagado demasiados impuestos en un año, en cuyo caso le devuelven dinero.

A veces ha pagado muy pocos impuestos en un año, en cuyo caso tiene que devolver dinero.

Esto suele ocurrir con los autónomos.

Si tiene un miniempleo y no gana más de 538 euros (a partir de 2024) al mes, no tiene que presentar declaración de la renta.

Si no está seguro de si tiene que presentar una declaración de la renta, pregunte en su delegación de Hacienda.

Servicezentrum | Finanzamt Ingolstadt

📍 [Esplanade 38, 85049 Ingolstadt](#)

☎ [+49 \(0\) 8413110](tel:+4908413110)

🌐 <https://www.finanzamt-ingolstadt.de/home>

Ayuda para preparar la declaración de la renta

Puede obtener ayuda para preparar la declaración de la renta en los siguientes organismos de asistencia fiscal:

[Lohnsteuerhilfverein Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.](#)

[Lohnsteuerhilfe Bayern e. V.](#)

Pensiones y jubilación

¿Quiénes son los pensionistas?

Las personas que ya no tienen que trabajar debido a su avanzada edad se denominan "pensionistas".

¿Cómo funciona la pensión legal?

Si trabaja en Alemania y gana más de 538 euros (a partir de 2024) al mes, una parte de su salario bruto se abona automáticamente al seguro de pensiones.

Su empresa también abona su propia cotización al seguro de pensiones.

Y el Estado añade subvenciones fiscales.

Este dinero se abona a todas las personas que ya son pensionistas.

De este modo, cuando usted se convierta en pensionista, su pensión será pagada por las personas que trabajen en ese momento.

Es el sistema de reparto.

¿Quién cotiza al régimen obligatorio del seguro de pensiones?

Todas las personas que trabajan en una empresa y ganan más de 520 euros al mes cotizan automáticamente una parte de sus ingresos al seguro de pensiones. Estas personas están obligatoriamente aseguradas en el régimen del seguro de pensiones.

Los funcionarios y los trabajadores autónomos no están asegurados obligatoriamente. Sin embargo, pueden cotizar voluntariamente al régimen legal del seguro de pensiones hasta su jubilación. Esto puede ser útil en caso de interrupciones breves o si aún no ha alcanzado el número mínimo de años de seguro.

¿Cuándo percibiré una pensión en Alemania?

Percibirá una pensión en Alemania si

- ha alcanzado la edad mínima para percibir una pensión, que depende del año en que haya nacido.
- ha alcanzado el periodo mínimo de seguro, es decir, debe haber cotizado al seguro de pensiones durante al menos cinco años.

¿Qué ocurre si no percibo una pensión o si mi pensión no es suficiente para vivir?

Si no percibe una pensión o su pensión no es suficiente para vivir, puede solicitar la "seguridad básica".

Recibirá una "ayuda básica a la renta" de la oficina de [asistencia](#) social.

La oficina de asistencia social le paga dinero para que pueda pagar su alquiler, sus gastos accesorios, su seguro de enfermedad y asistencia, así como alimentos y ropa.

Debe renovar su solicitud de ayuda asistencial básica una vez al año.

💡 Sólo percibirá la ayuda asistencial básica a partir del mes en que presente la solicitud.

Tiene derecho a la ayuda asistencial básica si

- Ha cumplido la edad mínima para percibir la pensión.
- No tiene bienes (bienes son, por ejemplo, una vivienda propia o un coche caro).
- Sus ingresos mensuales son inferiores a 838 euros.
- Vive en Alemania.
- Tiene permiso de residencia o nacionalidad alemana.

¿Qué otras opciones de pensión existen?

Además de la pensión legal, existe la pensión de empresa y la pensión Riester o Rürup. También es posible hacer una previsión privada.

La mejor opción de pensión para usted depende de

- su edad
- de la cuantía de sus ingresos,
- de sus recursos económicos
- y de si tiene familia.

El plan de pensiones de empresa ("pensión de empresa")

es un tipo adicional de régimen de pensiones para los trabajadores por cuenta ajena. Con una pensión de empresa, usted ahorra una cantidad de sus ingresos en una cuenta especial. Su empresa también aporta una cantidad. Pregunte a su empresario si existe esta posibilidad en su empresa.

Las pensiones Riester y Rürup

son opciones de ahorro subvencionadas por el Estado.

En el caso de la pensión Riester, el Estado abona cada mes una cantidad fija en su cuenta de pensiones. Al mismo tiempo, usted también debe ingresar una cantidad fija cada mes.

Puede beneficiarse de la pensión Riester cualquier persona que esté asegurada.

La pensión Riester es especialmente interesante para las personas con bajos ingresos y muchos hijos.

Encontrará más información sobre la pensión Riester [aquí](#).

La pensión Rürup está destinada a los trabajadores autónomos.

La pensión Rürup tiene la ventaja de que las cotizaciones pueden deducirse de los impuestos.

Pregunte a su asesor fiscal si la pensión Rürup tiene sentido para usted.

Previsión privada

Con la previsión privada, usted mismo invierte su dinero de la forma más rentable posible, por ejemplo, en fondos de renta variable o en inmuebles. Cuando se jubile, vivirá de este dinero o de estas ganancias.

Centros de asesoramiento

El tipo de previsión para la jubilación que más le conviene depende de su edad, sus ingresos, sus medios económicos, su situación familiar y, por supuesto, su disposición a asumir riesgos. Para la mayoría de las personas, lo mejor es una combinación de distintas opciones. Puede obtener asesoramiento sobre este tema [aquí](#):

VerbraucherService Bayern im KDFB e.V | Verbraucherberatung

 [Kupferstraße 24, 85049 Ingolstadt](#)

 @ingolstadt@verbraucherservice-bayern.de

 [+49 \(0\) 84195159990](tel:+49(0)84195159990)

 <https://www.verbraucherservice-bayern.de/beratung...>

Verbraucherberatung Bayern | Beratung von Verbrauchern

 [Mozartstraße 9, 80336 München](#)

@info@verbraucherzentrale.bayern

+49 (0) 895527940

<https://www.verbraucherzentrale.bayern/>

Acceso al mercado laboral

Normativa sobre el acceso al mercado laboral

Ciudadanos de la UE y personas con permiso de residencia

💡 ¿Procede de la UE? ¿Vive ahora en Alemania? ¿Y le gustaría trabajar? Entonces puede hacerlo sin problemas. Como ciudadano de la UE, cualquiera puede trabajar en Alemania. Sin restricciones.

💡 Si la **BAMF** le ha **reconocido** el derecho de asilo, el estatuto de refugiado o la protección subsidiaria, la autoridad de extranjería le expedirá un permiso de residencia. Esto le da derecho a ejercer cualquier actividad remunerada y, por tanto, le garantiza pleno acceso al mercado laboral.

Solicitantes de asilo o personas toleradas

💡 ¿Ha huido a Alemania? Entonces su [estatuto de](#) residencia es importante. Determina si está autorizado a trabajar. A continuación le explicamos lo que se aplica en su caso. También encontrará más abajo los centros de asesoramiento correspondientes.

💡 **Solicitantes de asilo con prueba de llegada o autorización de estancia:**

¿Vives en un centro de acogida inicial (EAE)? ¿O en un centro ANKER? Entonces no puedes trabajar durante 9 meses. Normalmente se te permite trabajar después de 9 meses. Sin embargo, esto lo decide siempre la autoridad de extranjería. Por tanto, debes presentar una solicitud a la autoridad de extranjería. Hay ciertas normas que debe cumplir.

Debe cumplir los siguientes requisitos para que la autoridad pueda tomar una decisión:

👤 Solicitantes de asilo con prueba de llegada o permiso de residencia en ANKER o EAE:

- 9 meses de prohibición de trabajar
- 6 meses si tienes hijos menores de edad
- Después de 9 meses tienes derecho a trabajar. Sin embargo, no debes proceder de un país de origen seguro. O tu solicitud de asilo debe haber sido rechazada por la Oficina Federal de Migración y Refugiados (BAMF) por ser manifiestamente infundada.
- No se aplica el control de prioridad. No obstante, la Agencia Federal de Empleo comprobará sus condiciones de trabajo.

👤 Solicitantes de asilo con prueba de llegada o permiso de estancia fuera de ANKER o EAE:

- 3 meses de prohibición de trabajar
- ¿No procede de un país de origen seguro? Has solicitado asilo después del 31 de agosto de 2015? Entonces decidirá la autoridad de inmigración.

- ¿No procede de un país de origen seguro? Solicitaste asilo después del 31 de agosto de 2015? O tu solicitud de asilo fue rechazada sin motivos? Entonces tienes derecho a trabajar después de 9 meses.
- No se aplica el control de prioridad. No obstante, la Agencia Federal de Empleo comprobará tus condiciones de trabajo.

Solicitantes de asilo de países de origen seguros

¿Procede de un país de origen seguro? Se trata de Albania, Bosnia y Herzegovina, Ghana, Kosovo, Macedonia del Norte, Montenegro, Senegal y Serbia. ¿Has solicitado asilo después del 31 de agosto de 2015? Entonces no se te permite trabajar.

Personas toleradas:

La [autoridad de extranjería](#) decide siempre si se te permite trabajar. Por tanto, debes presentar una solicitud a la autoridad de extranjería. La autoridad de extranjería puede imponerte una prohibición general de trabajar. Hay ciertas normas que debes respetar.

Personas toleradas en ANKER:

- ¿No procedes de un país de origen seguro? Has solicitado asilo después del 31 de agosto de 2015? Tu estancia tolerada ya ha durado 6 meses? Entonces la autoridad de extranjería decidirá si se te permite trabajar.
- Las personas con estancia tolerada por identidad poco clara (§ 60b AufenthG) siempre tienen prohibido trabajar.
- No se aplica el control de prioridad. No obstante, la Agencia Federal de Empleo comprobará las condiciones de trabajo.

Personas con estancia tolerada fuera de ANKER

- 3 meses de prohibición de trabajar
- ¿No procede de un país de origen seguro? Has solicitado asilo después del 31 de agosto de 2015? Tu estancia tolerada ya ha durado 3 meses? Entonces la autoridad de extranjería decidirá si se te permite trabajar.
- Las personas con estancia tolerada por identidad confusa (§ 60b AufenthG) siempre tienen prohibido trabajar
- No se aplica el control de prioridad. No obstante, la Agencia Federal de Empleo comprobará las condiciones de trabajo.

Refugiados con permiso de residencia

Si la BAMF le ha reconocido el derecho de asilo, el estatuto de refugiado o la protección subsidiaria, la [autoridad de inmigración](#) le expedirá un permiso de residencia. Esto le da derecho a ejercer cualquier actividad remunerada y, por tanto, le garantiza pleno acceso al mercado laboral.

 Para [trabajar por cuenta propia](#) se aplican normas diferentes. El requisito previo para las solicitudes mencionadas es SIEMPRE una oferta de trabajo concreta.

Centros de asesoramiento

Para el asesoramiento y la colocación en el mercado laboral, existen los siguientes puntos de contacto específicos para refugiados - también aquí hay diferencias en función de si su procedimiento de asilo sigue su curso o de si está reconocido o tolerado.

Contrato laboral

Trabajar en Alemania

Toda persona que empieza a trabajar recibe un contrato de trabajo. En él se regulan las condiciones más importantes de su trabajo.

Establece cuándo se trabaja. Cuántas vacaciones tiene. Cuánto dinero cobrará.

Es importante:

Ambas partes -empleado y empresario- deben respetar estos acuerdos.

El contrato se convierte en jurídicamente vinculante cuando lo firmas.



Fírmalo sólo cuando hayas entendido bien su contenido.

Hay tres tipos de contrato:

Contrato de trabajo indefinido

Suele haber un periodo de prueba de tres o seis meses. Durante este periodo, la relación laboral puede rescindirse en un plazo de dos semanas. El trabajador y el empresario pueden rescindir el contrato.

Al finalizar el periodo de prueba, comienza una relación laboral indefinida. Ésta tiene una protección más prolongada contra el despido. La jornada laboral suele ser de un máximo de 40 horas semanales.

Contrato de trabajo de duración determinada

La relación laboral finaliza en el momento acordado sin necesidad de preaviso.

Minitrabajo

Los ingresos máximos mensuales ascienden a 556 EUR (2025) y están exentos de impuestos. Esta cantidad está sujeta a cambios; puede encontrar los últimos detalles e información en el sitio web del Centro Minijob:

<https://www.minijob-zentrale.de>

Tus derechos en el trabajo

En Alemania hay muchas leyes que regulan y garantizan los derechos de los trabajadores. Entre ellas figuran, por ejemplo

- regulación de la jornada laboral
- salario mínimo
- derecho a vacaciones

- protección contra el despido
- representación de los intereses de la empresa (comité de empresa)
- Regulación del trabajo de los sindicatos
- y algunas más

Impuestos y cotizaciones a la Seguridad Social

Cada trabajador en Alemania paga una parte de su salario en concepto de impuestos y cotizaciones a la seguridad social.

Las administraciones federal, estatales y locales utilizan los impuestos para financiar sus gastos.

Los empresarios, a su vez, están obligados a pagar las cotizaciones a la seguridad social de sus empleados.

Estas cotizaciones a la seguridad social financian el sistema social en Alemania.

Son, por ejemplo

- seguro de enfermedad
- seguro de dependencia
- Seguro de desempleo: el sistema garantiza que recibirá dinero si se queda sin trabajo.

Número de identificación fiscal:

El número de identificación fiscal es un número de 11 cifras y se utiliza a efectos del impuesto sobre la renta. El número es válido para toda la vida. Las autoridades siempre pueden identificarle con este número.

Su lugar de trabajo requiere este número. ¿No tiene este número en sus documentos? Puede obtenerlo personalmente en la oficina de empadronamiento. O rellenando un formulario en la [Oficina Central Federal de Impuestos](#).

Número de la seguridad social:

Para trabajar necesita un número de la seguridad social. Puede obtenerlo en su seguro de enfermedad (por ejemplo, AOK, DAK). O en

Aquí tiene los lugares habituales donde puede encontrar su número de la seguridad social:

- Tarjeta de la Seguridad Social:
Normalmente se la envían después de su primer empleo sujeto a cotización a la Seguridad Social.
- Talón de la nómina:
El número figura en cada nómina que recibe de su empresa, a menudo bajo la abreviatura "número SV".

- Notificación del seguro de pensiones:
El número también figura en las notificaciones del Seguro de Pensiones alemán.

Trabajo ilegal:

Tiene un trabajo remunerado. Pero este trabajo no está registrado en la Agencia Tributaria ni en la Caja del Seguro de Enfermedad.

Por tanto, no paga impuestos ni cotizaciones a la seguridad social. Esto es **ilegal**.



Puedes enfrentarte a multas y penas de cárcel.

¿Recibes prestaciones sociales o subsidio de desempleo? ¿Sigues trabajando?

¿No se lo has comunicado a la oficina de asistencia social, a la agencia de colocación o a la oficina de empleo?

Eso también es **ilegal**. Estás percibiendo indebidamente prestaciones del Estado aunque tengas un trabajo remunerado.

Solicitudes y entrevistas de trabajo

¿Quieres trabajar o hacer prácticas en Alemania?

Entonces necesitas una solicitud por escrito.

Muchas empresas buscan nuevos empleados. Ponen un anuncio, a menudo en el periódico o en Internet.

En el anuncio se indica:

- Qué trabajo o formación se ofrece
- De qué tareas se trata
- Qué cualificaciones espera la empresa
- Cómo y dónde debe presentar su candidatura

¿Le han invitado a una entrevista?

Es una buena señal. La empresa está interesada en usted.
Ahora puedes presentarte en persona.

Importante: prevea tiempo suficiente para el viaje.
Llega puntual a la entrevista.

Esto te ayudará a prepararte bien:

- Busca información sobre la empresa
- Visita la página web
- Lee lo que fabrica u ofrece la empresa

- Memoriza los puntos importantes

💡 Consejo:

Haz tus propias preguntas durante la entrevista.

Por ejemplo

- ¿Qué hago exactamente en este trabajo?
- ¿Cómo es una jornada laboral normal?
- ¿Cuántos compañeros trabajan allí?

Esto le demostrará:

- He investigado.
- Estoy interesado y motivado.

Una solicitud suele constar de tres partes:

Carta de presentación: En la carta de presentación personal se presenta brevemente. Explica por qué eres adecuado para la vacante. Por ejemplo, describe la experiencia que ya has adquirido en tu país de origen. Infórmese sobre la empresa y describa por qué le gustaría trabajar en ella. Tu carta de presentación debe caber en una página. Firma la carta de presentación. Hay muchas plantillas y ayudas en Internet. Es importante que no te limites a copiar y pegar. Tu carta de presentación debe adaptarse a ti y al puesto.

Curriculum vitae: El CV enumera toda tu experiencia. Se estructura como una gran tabla. Escribe de cuándo a cuándo has trabajado en qué empresa. Escribe dónde realizaste tu formación o estudios. Escribe dónde fuiste a la escuela y qué título obtuviste. No tienes por qué incluir una foto en tu CV, pero a muchas empresas les gusta que lo hagas. Puedes crear tu CV en el [sitio web de Europass](#). Está disponible en varios idiomas. Introduce tus datos. Escribe tu experiencia. Al final recibirás un CV. Los CV son diferentes en cada país. Es importante que utilices el formato que se utiliza en Alemania. Puede seleccionarlo en Europass.

Certificados y justificantes: Es importante que envíe copias de sus certificados (no originales). Los certificados son el certificado de fin de estudios, el título y las referencias laborales del pasado. Los certificados deben estar en alemán o inglés, de lo contrario deben traducirse. También debes enviar pruebas de prácticas, formación complementaria relacionada con el puesto o certificados de tu curso de alemán.

El anuncio de empleo le indicará cómo presentar su candidatura.

💡 Léalo atentamente.

Por escrito: compre una bonita carpeta de solicitud y ponga en ella la carta de presentación, el CV y los certificados. A continuación, envíe la solicitud a la dirección indicada en el anuncio de empleo.

Por correo electrónico: Muchas candidaturas se envían ahora por correo electrónico. Combine su carta de presentación, CV y referencias en un archivo PDF y envíelo como archivo adjunto al correo electrónico. En el correo electrónico, escriba un breve texto dirigido a la

persona que recibirá su solicitud.

Por Internet: Las grandes empresas tienen su propio sitio web donde presentar la solicitud. Tienes que registrarte allí con tu dirección de correo electrónico y podrás enviar allí tu solicitud.

🌐 En [Planet Beruf](#) encontrará consejos útiles para su solicitud.

🌐 [Europass](#) es un portal multilingüe en línea (más de 20 idiomas) que ayuda a los inmigrantes a visualizar sus capacidades y conocimientos. Ofrece una herramienta en línea gratuita para crear un pasaporte lingüístico o un CV (véase más arriba). En Europass también encontrará consejos importantes para una buena solicitud de empleo.

🌐 En [Bewerbung.net](#), [StepStone](#) y [Lebenslauf2go](#) puedes encargar la creación gratuita de un CV y una carta de presentación. En algunos casos, también puede importar sus datos de Xing o LinkedIn. También es posible escribir textos propios en la plantilla o importar archivos.

🌐 Encontrará información y plantillas de cartas de presentación en [Bewerbung2go](#), [BewerbungsWissen](#), [Karrierebibel](#)

Ejercicios de idiomas

🌐 En el [portal de aprendizaje de la Universidad Popular "Quiero aprender alemán"](#) y en la página web [del Goethe-Institut "Deutsch für dich"](#) encontrará ejercicios sobre el tema de las solicitudes de empleo y el mundo laboral en general. Esto le ayudará a conocer el mundo laboral y a mejorar sus conocimientos de alemán.

Encontrar trabajo: asesoramiento y ayuda

Hay muchas formas de encontrar trabajo

Hay muchos anuncios en los periódicos locales o en internet. También hay plataformas donde encontrar un trabajo adecuado, como las páginas web de los principales periódicos locales.

Búsqueda de empleo en Internet

Por ejemplo, puede buscar en bolsas de trabajo en línea según los siguientes criterios

- Tipo de empleo (jornada completa, media jornada, minijob, etc.)
- Profesión/actividad (introduzca la profesión o el sector en el que le gustaría trabajar. Si se introducen las tres primeras letras, el sitio web sugerirá ocupaciones)
- Ubicación (introduzca la ubicación deseada)
- Cercanía (introduzca la distancia máxima desde su lugar de residencia)

Por último, haga clic en el botón "Buscar". Ahora aparecerán los resultados filtrados.

- [Bolsa de empleo](#)
- [Kimeta.de](#)
- [Meinestadt.de](#)

- [Stepstone.de](https://www.stepstone.de)
- [Indeed.com](https://www.indeed.com)

más posibilidades de encontrar trabajo:

- Sitio web de la empresa
- Ferias de empleo
- redes sociales
- Preguntar a amigos y conocidos
- Preguntar o llamar a las empresas en persona
- Diaconía
- Cáritas

Asesoramiento y apoyo

Además de la [Agencia de Empleo](#) y la [Oficina de Empleo de Ingolstadt](#), los [centros de asesoramiento](#) o los [voluntarios](#) de su zona también pueden ayudarle en su búsqueda de empleo o formación y en su solicitud.

Infancia, juventud y familia

Información básica sobre infancia, juventud y familia

Los niños, los jóvenes y las familias están bajo protección especial en Alemania. Esta protección comienza durante el embarazo y dura hasta que el niño cumple 18 años (de edad). En Alemania, por ejemplo, está prohibido pegar a los niños. La crianza de los niños en Alemania no debe implicar el uso de la violencia. Todos los niños deben ir a la escuela. También hay autoridades que velan por que un niño no sea perjudicado por su entorno (incluida la familia).

La familia también está protegida legalmente en Alemania. No importa si la familia está formada por una madre, un padre y sus hijos, o si hay dos madres o dos padres, o si los hijos son adoptados. Los padres solteros con sus hijos también son una familia.

Guardería

¿Qué es una guardería?

Guardería infantil

"Kita" significa guardería. Incluye guarderías, jardines de infancia y centros de atención extraescolar. Las guarderías son lugares de comunidad. Su hijo puede aprender y descubrir cosas nuevas en una guardería. Se relaciona con otros niños y hace amigos. Asistir a una guardería también es una buena preparación para la escuela.

Guardería

La guardería es una instalación especialmente diseñada para niños de 0 a 3 años. Ofrece apoyo orientado a los niños en pequeños grupos a cargo de cuidadores expertos.

Jardín de infancia

La guardería es una instalación para niños de 3 años hasta que empiezan la escuela. En la guardería, los niños pueden jugar con otros niños. Pueden pintar, hacer manualidades y aprender. En el último año de guardería, los niños también reciben clases regulares de preescolar para prepararlos para empezar la escuela.

Atención extraescolar

También se ofrece atención extraescolar a los escolares de 6 a 12 años. La [atención extra escolar](#) incluye la atención a la hora del almuerzo en las escuelas primarias, la escuela de jornada completa vinculada y la escuela de jornada completa abierta. Aquí se ayuda a los niños a hacer los deberes. Tampoco se descuidan las actividades de ocio. En casi todas las escuelas primarias de Ingolstadt se organizan grupos de atención infantil a mediodía, en función de la demanda.

Otras posibilidades de asistencia y cuidado de los niños

También hay otros tipos de instalaciones en las que su hijo puede ser cuidado y apoyado.

Por ejemplo, guarderías escolares, centros preescolares o centros de día de educación especial.

Encontrará información sobre las instalaciones y la inscripción en nuestra [página web](#).

Póngase en contacto con la

Oficina de Atención a la Infancia y Educación

 [Ludwigstr. 24](#)
85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 84130545601](tel:+49(0)84130545601)

@k inderbe@ingolstadt.de

 www.ingo-lingolstadt.de/Kinderbetreuung

Lunes 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Martes 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Miércoles cerrado, sólo con cita previa

Jueves 08:00 - 12:30, 13:30 - 17:30

Viernes 08:00 - 12:30

¿Cómo funciona una guardería?

1. familiarización

Después de encontrar una plaza en una guardería, tu hijo se "instalará" allí. Esto se hace de la siguiente manera: mamá o papá van a la guardería con el niño durante un tiempo. Juntos conocerán a los profesores, las habitaciones, los otros niños y la rutina diaria. Esto permite al niño acostumbrarse al nuevo lugar. El proceso de familiarización puede durar dos semanas o más. El procedimiento exacto se discutirá previamente con el director de la guardería.

2. reuniones con los padres

Cuando deje o recoja a su hijo, puede hablar con el personal y contarle lo que es importante para usted o cómo le va a su hijo. Por regla general, hay dos reuniones de padres y profesores por año de guardería. Durante estas reuniones, te enterarás de lo que tu hijo ha aprendido en la guardería, en qué es especialmente bueno y en qué áreas necesita desarrollarse. A estas reuniones también puede acudir un auxiliar de conversación para asegurarse de que todo el mundo se lleva bien. Como padre, también puede solicitar una reunión si algo le preocupa o si desea compartir algo importante sobre su hijo.

3. reuniones de padres

Es bueno aprovechar estas reuniones. No sólo aprenderás algo sobre la guardería, sino que también conocerás a otros padres. El personal de la guardería le informará de las fechas de las reuniones de padres.

4 El día a día en la guardería

Cada guardería tiene una rutina diaria específica. Suele ser más o menos así:

- Los padres llevan a los niños a la guardería a una hora determinada de la mañana. Cada guardería tiene unos horarios de entrada y salida que hay que respetar.
- Si su hijo está enfermo o no puede venir, ¡avísenos con tiempo!

Los niños tienen las siguientes opciones durante la mañana:

- Los niños pueden desayunar en la guardería. O bien la guardería prepara el desayuno o los niños traen algo de casa.
- Durante el "tiempo de juego libre", los niños tienen la oportunidad de jugar con otros niños, hacer manualidades o moverse.
- En el "círculo de la mañana o de los niños", todos los niños se reúnen para hablar de distintos temas, cantar canciones o aprender nuevos juegos.
- También hay programas y proyectos específicos: Los niños pueden hacer manualidades, practicar deportes, escuchar cuentos, aprender los números o recibir apoyo específico.
- La mayoría de los días, los niños pueden salir al jardín y experimentar la naturaleza.
- A la hora del almuerzo hay una comida comunitaria. Los niños reciben bebidas en la guardería y, a menudo, también se les ofrece fruta por la tarde.
- Dependiendo de la edad de los niños, después duermen la siesta o juegan tranquilamente. Después, toca volver a jugar.
- Por último, usted recoge a su hijo a la hora acordada.

¿Cómo encuentro plaza para mi hijo en una guardería?

Inscripción en una guardería (Kita)

Si su hijo va a ser cuidado en una guardería, primero debe inscribirlo allí. Puede inscribirse en una guardería a través del portal "[Kita-Finder Ingolstadt](#)". En el Kita-Finder encontrará una lista completa de todas las guarderías de Ingolstadt.

Póngase en contacto con nosotros

Coordinación del lugar de la guardería

📍 [Harderstr. 17](#), 2ª planta
85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 84130545603](tel:+49(0)84130545603), [+49 \(0\) 84130545608](tel:+49(0)84130545608)

@k ita-pla tzkoordination@ingolstadt.de

Solicitar una licencia de guardería para niños

¿Quieres trabajar de cuidador de niños?

Si quieres cuidar niños, necesitas un curso. El curso le ayudará a comprender el trabajo de cuidador de niños. Aprenderá todo lo que necesita saber sobre el cuidado de niños. También necesitarás un permiso. Este permiso se llama [licencia de cuidado de niños](#). Sin ella, no está autorizado a cuidar niños.

💡 [Aquí](#) encontrará toda la información sobre cómo solicitar una licencia de guardería.

Ayuda económica: pago de las tasas y contribución de los padres

Pago de tasas y contribución de los padres

Es posible que la ciudad de Ingolstadt abone las tasas de la guardería.

Para ello, deberá presentar una [solicitud](#).

Encontrará información al respecto aquí: [¿Dónde puedo solicitar el pago de las tasas?](#)

Póngase en contacto con la

Oficina de Transferencia de Tasas de Guardería y Educación

📍 [Harderstr. 17](#), 3ª planta
85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 84130545637](tel:+49(0)84130545637)

@k ita-geb uehren@ingolstadt.de

Escuela para niños de 6 a 18 años

La asistencia a la escuela es obligatoria en Alemania. La duración de la escolarización obligatoria es de doce años. Los niños deben asistir a la escuela a tiempo completo durante nueve años. Después, también pueden asistir a la escuela a tiempo parcial durante tres años. ¿Le gustaría a su hijo asistir a la escuela a tiempo completo durante todo el tiempo? Entonces puede hacerlo durante 12 años.

💡 ¿Su hijo no sigue ninguna [formación profesional](#) después de 9 años? ¿Y no está escolarizado en otro centro? En ese caso, su hijo debe asistir a una escuela a tiempo completo durante un año más. La escolarización obligatoria termina a los 18 años. Salvo que exista un contrato de formación.

Su hijo debe ir a la escuela con regularidad. Es responsabilidad suya asegurarse de ello. La escolarización en las escuelas públicas y municipales es gratuita.

En Alemania hay diferentes tipos de escuelas. A qué escuela va su hijo depende, entre otras cosas, de su edad, pero también de su rendimiento escolar.

💡 Los padres suelen recibir información escrita de la escuela que sus hijos llevan a casa. Es importante que lea esta información.

Encontrará más información en:

🌐 [Escuela y administración escolar](#)

Asesoramiento a padres, familias, niños y jóvenes

Ayuda para familias monoparentales en Ingolstadt

NINA - Red para familias monoparentales

NINA quiere mejorar la situación de las madres y padres solteros y de sus hijos en Ingolstadt. La oficina está en [Rathausplatz 4](#). Puede llamar al número [+49 \(0\) 8413051166](#) o enviar un correo electrónico a gleichstellungsstelle@ingolstadt.de.

Asesoramiento para familias monoparentales

Cáritas en Ingolstadt ayuda a madres y padres solteros. La oficina está en [Jesuitenstraße 1](#). Puede llamar a los números [+49 \(0\) 841309133](#) y [+49 \(0\) 841309137](#) o enviar un correo electrónico a kreisstelle@caritas-ingolstadt.de.

Ayuda con problemas escolares

Hay psicólogos escolares y profesores orientadores que pueden ayudarte con los problemas escolares. Son amables y te ayudarán gratuitamente. Puedes llamarles al número [+49 \(0\) 84130542650](#) o enviar un correo electrónico a beraterzentrum@ingolstadt.de.

Oficina de Bienestar Juvenil

La Youth Welfare Office ayuda a niños y jóvenes. Pueden asesorarle sobre problemas en casa o en la escuela. La oficina está en [Adolf-Kolping-Straße 10](#). Puedes llamar al número [+49 \(0\) 84130545717](#) o enviar un correo electrónico a sozialdienste@ingolstadt.de.

Trabajo social con jóvenes en las escuelas

En las escuelas hay asistentes sociales que ayudan a los alumnos y a los padres. La oficina está en [la Adolf-Kolping-Straße 10](#). Puede llamar al número [+49 \(0\) 84130545403](#) o enviar un correo electrónico a jugendhilfeplanung@ingolstadt.de.

Asesoramiento para futuros padres y familias con niños pequeños

El Centro de Coordinación de Ayuda Temprana ayuda a los futuros padres y a las familias con bebés y niños pequeños. La oficina se encuentra en [Adolf-Kolping-Straße 10](#). Puede llamar al número [+49 \(0\) 84130545815](#) o enviar un correo electrónico a koki@ingolstadt.de.

Agencia de Empleo Juvenil

La Agencia de Empleo Juvenil ayuda a los jóvenes de entre 15 y 25 años a encontrar trabajo o un puesto de aprendizaje. La oficina está en [Heydeckplatz 1](#). Puedes llamar al número [+49 \(0\) 84130545230](#) o enviar un correo electrónico a jubag@ingolstadt.de.

Portal de la familia

El portal de la familia ofrece mucha información para las familias. Puede llamar al número [+49 \(0\) 84130545810](#) o enviar un correo electrónico a familienbeauftragte@ingolstadt.de.

Asesoramiento para familias y parejas

El centro de asesoramiento ayuda a familias y parejas con problemas. La oficina se encuentra en [la calle Kanalstraße 16-18](#). Puede llamar al número [+49 \(0\) 84193151811](#) o enviar un correo electrónico a efl.ingolstadt@bistum-eichstaett.de.

Asesoramiento para la inclusión

El servicio de asesoramiento para la inclusión ayuda a los alumnos con necesidades especiales. Puede llamar al número [+49 \(0\) 8413052708](#) o enviar un correo electrónico a inklusionsberatung@ingolstadt.de.

Número contra el duelo

Si tienes problemas y quieres hablar con alguien, puedes llamar al "Nummer gegen Kummer". Los niños y jóvenes pueden llamar [al 116111](#). Los padres pueden llamar al número [+49 \(0\) 8001110550](#) para llamar.

Asesoramiento educativo

El servicio de asesoramiento educativo ayuda a niños, jóvenes y padres con problemas. La oficina se encuentra en [Gabelsbergerstraße 46](#). Puede llamar al número [+49 \(0\) 8419935440](#) o enviar un correo electrónico a erziehungsberatung@caritas-ingolstadt.de.

Asesoramiento familiar

El servicio de asesoramiento familiar ayuda a padres, niños, jóvenes y personas solas. La oficina está en [Schrannenstraße 1 a](#). Puede llamar al número [+49 \(0\) 841937550](#) o enviar un correo electrónico a info@skf-ingolstadt.de.

Centros de apoyo familiar

Los centros de apoyo familiar son puntos de contacto para las familias. Ofrecen ayuda y asesoramiento:

- **familienSchwinge:** [Gerhart-Hauptmann-Straße 1 c](#), Tel: [+49 \(0\) 84114900794](#) , correo electrónico: familienschwinge@buergerhilfe-ingolstadt.de
- **ELISA:** [Stinnesstraße 6](#), tel: [+49 \(0\) 84193896550](#) , e-mail: familienstuetzpunkt@elisa-familiennachsorge.de
- **Süd im Stadtteiltreff Augustinviertel:** [Stollstraße 2](#), Tel: [+49 \(0\) 84130545823](#) , e-mail: familienstuetzpunkt-sued@ingolstadt.de
- **Am Haslangpark:** [Johann-Michael-Sailer-Straße 7](#), Tel: [+49 \(0\) 17630366742](#) , e-mail: buero@familienstuetzpunkt.in
- **vida familiar:** [Frueaufstraße 5](#) (1er piso), Teléfono: [+49 \(0\) 8419815414](#) , e-mail: fsp-in@die-gfi.de
- **familienBlüte:** [Kreuzäckerstraße 8](#), Tel: [+49 \(0\) 84114900794](#) , e-mail: familienbluete@buergerhilfe-ingolstadt.de

Prestaciones familiares

Encontrará una lista de todas las prestaciones familiares en Ingolstadt [en](#) .

Los gastos de manutención de los hijos, las guarderías y muchos servicios para niños cuestan dinero. Para las familias con poco dinero existen diversas ayudas económicas previa solicitud:

Subsidio de maternidad

El subsidio de maternidad asegura los ingresos de la futura madre durante 6 semanas antes y 8 semanas después del parto. Debe solicitarlo a su respectiva [Caja del Seguro de Enfermedad](#) .

Subsidio parental / Subsidio parental plus

Algunos padres trabajan menos tras el nacimiento de su hijo. Algunos ya no quieren trabajar tanto. Otros ya no pueden trabajar tanto. En ese caso, pueden percibir una ayuda del Estado. Los padres que viven separados también pueden solicitar el subsidio parental. El subsidio parental Plus ayuda a las familias que dividen el cuidado de los hijos entre los miembros de la pareja. Puede solicitar el subsidio parental si tiene un permiso de establecimiento o residencia en Alemania. [Aquí](#) encontrará información más detallada en alemán, inglés, turco y ruso.

Centro Familiar y Social de Baviera, región de Alta Baviera

[Bayerstraße 32](#), 80335 Múnich

 [0931 32090929](tel:0931 32090929)



[089 18966-1499](tel:089189661499)



www.zbfs.bayern.de



Formulario de contacto:  www.zbfs.bayern.de/kontakt



Horario de apertura

Lunes y jueves de 08:00 a 12:00 y de 13:00 a 15:00

Martes, miércoles y viernes de 08:00 a 12:00



[Reserva de citas en línea](#)

Subsidio familiar / complemento de subsidio familiar

Las familias reciben un subsidio familiar para el cuidado básico de sus hijos. El derecho al subsidio familiar dura hasta los 25 años. El complemento del subsidio familiar ayuda a las familias con bajos ingresos. El complemento del subsidio familiar es una prestación adicional al subsidio familiar.

Todos los progenitores con permiso de establecimiento o residencia en Alemania tienen derecho al subsidio familiar. Debe solicitar usted mismo el subsidio familiar en  [Bundesagentur für Arbeit - Familienkasse](#). [Aquí](#) encontrará información más detallada en alemán, inglés, turco y ruso.

Oficina de Prestaciones Familiares Baviera Sur

Dirección



[Heydeckplatz 1](#), 85049 Ingolstadt

Datos de contacto

@F amilien.kasse-Bayern-Sued@arbeitsagentur.de

 [0800 4 5555-30](tel:08004555530) (preguntas sobre el subsidio familiar por hijos y el suplemento por hijos)*.

 [0800 4 5555-33](tel:08004555533) (fechas de pago)*.

*Esta llamada es gratuita para usted.



Horario de atención al público

Lunes: 08:00 - 12:00

Martes: 08:00 - 12:00

Miércoles: 08:00 - 12:00

Jue: 08:00 - 12:00

Vie: 08:00 - 12:00

Ayuda familiar

Las prestaciones familiares están destinadas a todas las familias, independientemente de sus ingresos o empleo. En Baviera, los padres también pueden percibir las prestaciones familiares si su hijo asiste a una guardería. Encontrará más información aquí.

Centro Familiar y Social de Baviera, región de Alta Baviera

[Bayerstraße 32](#), 80335 Múnich

 [0931 32090929](tel:0931 32090929)



[089 18966-1499](tel:089 18966-1499)



www.zbfs.bayern.de



Formulario de contacto:  www.zbfs.bayern.de/kontakt



Horario de apertura

Lunes y jueves de 08:00 a 12:00 y de 13:00 a 15:00

Martes, miércoles y viernes de 08:00 a 12:00



[Reserva de citas en línea](#)

Anticipo de pensión alimenticia

El anticipo de pensión alimenticia se concede a los hijos que viven con un progenitor soltero y no reciben pensión alimenticia o no la reciben con regularidad.

Encontrará información más detallada en  [aquí](#).

Subsidio familiar y subsidio familiar complementario

El subsidio familiar en Alemania es dinero del Estado y forma parte del sistema de compensación de prestaciones familiares. La [Oficina de Prestaciones Familiares de la Agencia Federal de Empleo](#) le ayuda con el subsidio familiar, el suplemento familiar y otras ayudas económicas.

Puede percibir el suplemento familiar si sus ingresos son suficientes para cubrir sus propios gastos de manutención, pero no suficientes o apenas suficientes para cubrir todas las necesidades de su familia.

En 2025, el subsidio familiar ascenderá a 255 euros al mes por cada hijo. A partir del 1 de enero de 2025, el suplemento por hijo ascenderá a 297 euros al mes por cada hijo. Sin embargo, depende de la situación de su familia. Esto incluye el complemento inmediato de 25 euros al mes por hijo.

Puede solicitar el complemento familiar y el subsidio familiar directamente [por internet](#).

Puede solicitar el subsidio familiar si...

- su hijo es menor de 18 años (en determinadas condiciones, también puede solicitar y percibir el subsidio familiar por hijos mayores de edad),

- cuida regularmente de su hijo y éste vive en su hogar (esto también se aplica a hijastros, nietos o hijos acogidos) y
- su lugar de residencia está en Alemania, otro país de la UE, Noruega, Liechtenstein, Islandia o Suiza. Encontrará más información en la página [Subsidio familiar para personas que viven o proceden del extranjero](#).

El pago del subsidio familiar no depende de sus ingresos.

Puede percibir el subsidio familiar si...

- Su hijo vive en su hogar, tiene menos de 25 años y no está casado ni es pareja civil registrada,
- percibe un subsidio familiar (o una prestación asimilada) por su hijo,
- los ingresos brutos de su familia son de al menos 900 euros (parejas) o 600 euros (familias monoparentales),
- dispondría de dinero suficiente para mantener a su familia si, además de sus ingresos, percibiera un suplemento por hijo y, en su caso, una prestación de vivienda.

Consejo Si quiere saber rápidamente si puede percibir el complemento familiar: Simplemente introduzca sus datos personales en la [herramienta de vídeo interactiva "KiZ-Lotse"](#) y averigüe a qué tiene derecho.

Fondo de planificación familiar

Fondo de planificación familiar

Todo el mundo tiene derecho a la planificación familiar, independientemente del dinero que tenga. La ciudad de Ingolstadt ofrece un fondo de planificación familiar. Mujeres y hombres pueden utilizar este fondo para obtener anticonceptivos gratuitos.

¿Quién puede utilizar el servicio?

El servicio está disponible para

- Personas que tengan su residencia principal en Ingolstadt y tengan al menos 22 años.
- Las personas que tengan un [IngolstadtPass](#) o reciban una ayuda estatal.

Ayudas estatales

Estos son algunos ejemplos de ayudas estatales:

- Ayuda para gastos de manutención: ayuda conforme al capítulo tercero del SGB XII.
- Ayuda básica a la renta en la vejez y en caso de disminución de la capacidad de ganancia: prestaciones conforme al capítulo cuarto del SGB XII.
- Subsidio ciudadano: Prestaciones en curso para garantizar la subsistencia de conformidad con el SGB II.
- Prestaciones para los solicitantes de asilo: Prestaciones con arreglo a la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo (AsylbLG).

- Subsidio de vivienda: Ayudas con arreglo a la Ley de Prestaciones de Vivienda (WoGG).
- Prestación por hijo a cargo: Prestaciones con arreglo al artículo 6a de la Ley Federal de Prestaciones por Hijo a Cargo (BKGG).
- Ayuda para guarderías: Prestaciones conforme al artículo 90, apartados 3 y 4, del SGB VIII.
- BAföG: Ayuda a los estudiantes.
- Subsidio de formación profesional: Ayuda para aprendices.
- Prestaciones para aprendices: Ayuda conforme al artículo 27 del SGB II.
- Año de voluntariado social o ecológico: Ayuda a las personas que realizan un año de voluntariado.
- Servicio Voluntario Federal: Ayuda para las personas que realizan este servicio.
- Los hijos solteros menores de 25 años que convivan con una persona con derecho a prestaciones del SGB II y que no tengan derecho a prestaciones del SGB II por subsidio familiar también pueden hacer uso de la prestación.

Solicitud y más información

Haga clic aquí para obtener más información.

 [Caja de planificación familiar \(ingolstadt.de\)](https://www.ingolstadt.de/Caja-de-planificacion-familiar)

Actividades de ocio para niños y jóvenes

Ingolstadt ofrece muchas actividades de ocio gratuitas para los jóvenes. He aquí un resumen de las distintas ofertas en los distritos de la ciudad:

Centros juveniles

[Centro juvenil de la ciudad](#)

- Centro deportivo juvenil Halle Neun
- Centro cultural juvenil Fronte 79
- Centro juvenil AuT53 - para los distritos Augustinviertel y Monikaviertel
- Centro juvenil Underground - en el distrito Konrad
- Centro juvenil Paradise 55 - en el Nordostviertel

[Centros de distrito](#) y sus programas

Stadtteiltreff im Augustinviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Augustin- und Monikaviertel , Sie sind herzlich willkommen

 [Stollstrasse 2, 85053 IngolstadtIngolstadt](#)

 [@stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de](mailto:stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de)

 [+49 \(0\) 84130545820](tel:+49084130545820)

 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Soziales-Wohnen/S...>

Stadtteiltreff im Konradviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Konradviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Oberer Taubentalweg 65, 85055 Ingolstadt](#)

✉ [@stadtteiltreff-konradviertel@ingolstadt.de](mailto:stadtteiltreff-konradviertel@ingolstadt.de)

☎ [+49 \(0\) 84130545830](tel:+49084130545830)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Konradviertel>

- * **Taller educativo:** Ayuda con los deberes para niños - es necesario inscribirse.
- * **Club infantil:** Todos los viernes de 15:30 a 17:00 - no es necesario inscribirse.
- * **Grupo de juego para padres e hijos:** los martes y viernes de 9.00 a 10.30 horas, previa inscripción.
- * **Programa de vacaciones:** Durante las vacaciones de Semana Santa, Pentecostés y verano - inscripción obligatoria.

Stadtteiltreff Piusviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Piusviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Pfitznerstr. 19a, 85057 Ingolstadt](#)

✉ [@stadtteiltreff-piusviertel@ingolstadt.de](mailto:stadtteiltreff-piusviertel@ingolstadt.de)

☎ [+49 \(0\) 84130545840](tel:+49084130545840)

🌐 https://www.ingolstadt.de/Stadtteiltreff_Piusvier...

- * **Taller educativo:** Lunes y miércoles de 14:00 a 16:00.
- * **Club infantil:** todos los viernes de 15.00 a 17.00.
- * **Club de lectura:** todos los miércoles de 13:30 a 15:00.
- * **Creative Kids and Family:** sábados de 10:00 a 12:00.
- * **EIKi - Fit for Kindergarten:** De lunes a miércoles de 09:00 a 11:00.
- * **Hip-hop para niños:** Todos los viernes de 17:00 a 19:00.
- * **Hip-hop para adolescentes:** Martes y miércoles de 17:00 a 19:00.
- * **Danza creativa infantil:** Todos los martes de 15:00 a 17:00.

Otras actividades de ocio

- * Fábrica de libros y bibliobús: organizado por Diakonie Ingolstadt.
- * Centros de apoyo familiar: lugares de encuentro para las familias con servicios de asesoramiento.
- * Centros de juego y ejercicio: parques de ejercicio, parques infantiles, parques de patinaje o campos de fútbol.
- * Instalaciones deportivas: pistas de atletismo, voleibol de playa, sala de escalada o campo de disc golf.
- * Natación: en [piscinas](#) o [lagos de baño](#).
- * Patinaje sobre hielo y hockey sobre hielo: en [estadios de hielo](#).
- * [Parque natural: disfrute de la naturaleza](#)

- * GKO Pico Cello y educación en museos
- * Teatro joven, VHS joven y biblioteca infantil y juvenil
- * Portal infantil Kidnetting - ofertas en línea para niños

Información adicional

- [Ofertas del Servicio Social de Mujeres Católicas: Asesoramiento y programas de ocio.](#)
- [Bürgerhilfe Ingolstadt: Lugares de encuentro familiar.](#)
- [Ofertas de la Diakonie Ingolstadt](#)
- [Ofertas de los centros de apoyo familiar](#)

Eventos especiales

- * Piustreff - para jóvenes en Furtwängler Straße
- * Kolumbus Kindertreff - en la escuela primaria Christoph-Kolumbus

Más información sobre las ofertas de la ciudad de Ingolstadt para el [ocio](#) y para [niños / jóvenes](#).

Lugares de encuentro para familias

IngolstadtPass

Qué ventajas me ofrece el IngolstadtPass?

El IngolstadtPass está disponible desde finales de 2019 para que todos los ciudadanos puedan aprovechar las ofertas de la ciudad.

Si muestras el IngolstadtPass, pagarás menos por la entrada a diversas actividades de ocio.

🌐 La [oferta](#) es cada vez mayor. ¿Tiene alguna duda? Entonces el personal de la Oficina de Empleo, la Oficina de Asuntos Sociales, la Oficina de Vivienda o la Oficina de Atención a la Infancia y Educación pueden ayudarle.

¿Quién puede recibir el IngolstadtPass?

Si vive en Ingolstadt y recibe una de estas prestaciones, puede solicitar el abono:

- Prestación ciudadana
- prestación social
- Ayuda básica a la renta en la vejez y en caso de disminución de la capacidad de ganancia
- Ayuda para gastos de manutención
- Subsidio de vivienda
- Prestaciones en virtud de la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo, siempre que no estés alojado en el
 - centro ANKER o en una de sus sucursales.
- Ayuda a las víctimas de guerra
- Pago de cotizaciones a guarderías o exención de tasas
- Prestación por hijos a cargo
- Participantes en un año de voluntariado social o ecológico.

- Participantes en el Servicio Voluntario Federal
- ¿No percibe ninguna de las prestaciones arriba indicadas? Pero percibe una pensión de vejez. Infórmese sobre los límites de ingresos.

Se expide un IngolstadtPass distinto para cada persona que cumpla los requisitos, incluidos los niños.

¿Dónde puedo obtener el IngolstadtPass?

Puede obtener el IngolstadtPass previa solicitud en la oficina municipal de la que también recibe su prestación social:

-  [Oficina de Empleo](#),
-  [Oficina de Asuntos Sociales](#),
-  [Oficina de Vivienda](#) o
-  [Oficina de Atención a la Infancia y Educación](#).
-  Si percibe un complemento por hijos, diríjase a la oficina [de](#) empleo.

 [Puede presentar una solicitud en línea aquí.](#)

¿Qué documentos tengo que presentar?

- Lleve consigo su documento de identidad, permiso de residencia o pasaporte.
- Percibe un complemento familiar. Presente la notificación de prestaciones de la oficina de prestaciones familiares.
- Si va a renovar su IngolstadtPass, traiga consigo su IngolstadtPass.

 No necesita una solicitud por escrito para prorrogar su IngolstadtPass.

 No necesita pedir cita previa para solicitar o prorrogar su IngolstadtPass.

¿Durante cuánto tiempo es válido mi IngolstadtPass?

Su IngolstadtPass es válido hasta el final del año impreso en él. Es posible prorrogarlo para el año siguiente como muy pronto en noviembre.

Más información sobre el IngolstadtPass

Información general

- Presente siempre su documento de identidad con el IngolstadtPass.
- El IngolstadtPass no es transferible a terceros. Por regla general, no reemplazamos pases perdidos.
- Por favor, devuelva el IngolstadtPass si se muda fuera de Ingolstadt.
- Podemos confiscar el IngolstadtPass si se utiliza indebidamente.

El IngolstadtPass como pase social

El [IngolstadtPass](#) le da derecho a descuentos de varios proveedores.

Educación y participación

Si tienes pocos ingresos, recibirás dinero con el que podrás pagar el material escolar (195 euros por curso), las clases particulares, la comida y las excursiones a guarderías y colegios para tus hijos. Recibirá una subvención (15 euros al mes) para los cursos de deporte, danza, música y otros a los que asistan sus hijos. Para ello, debe presentar una solicitud. La solicitud debe presentarse siempre con antelación (por ejemplo, para una excursión escolar). Necesitará un certificado de prestaciones para la solicitud. Lamentablemente, esto es muy complicado. Pero también merece la pena.

 **Importante:** siempre debe presentar la solicitud antes de pagar nada por su cuenta. Si ya ha pagado algo, no le devolverán el dinero.

 [Solicitar por internet](#)

Para personas que perciben subsidio de vivienda, suplemento por hijos a cargo, subsidio ciudadano (subsidio de desempleo II - Alg II) o prestación social (SGB II):

 **Oficina de Empleo de la ciudad de Ingolstadt - Prestaciones de formación y participación** [Cita online Oficina de Empleo](#)

 [Aquí](#) encontrará el formulario de solicitud actual, explicaciones y todos los contactos.

Para las personas que perciben prestaciones de asistencia social (SGB XII) y de solicitante de asilo:

Oficina de Asuntos Sociales - Asistencia Social y Seguridad Básica SGB XII

Auf der Schanz 39

85049 Ingolstadt

 [Póngase en contacto con la Oficina de Asuntos Sociales](#)

Los formularios de solicitud pueden obtenerse localmente a través de su persona de contacto respectiva o en la página web del punto de contacto en el que solicita las prestaciones.

Menores refugiados no acompañados

Oficina de Juventud y Familia - Youth Welfare Office

¿Es un refugiado menor de 18 años? ¿Ha viajado a Alemania sin acompañante? Entonces se le clasifica como menor extranjero no acompañado = umA. Estos jóvenes son denunciados a la Oficina de Protección de Menores. La Oficina de Protección de Menores habla con el joven y determina su edad.

- La persona tiene menos de 18 años. Entonces se trata de un menor. La Oficina de Protección de Menores se hace cargo de esta persona. La oficina lleva a la persona a un centro juvenil.
- La persona tiene más de 18 años. Es mayor de edad. Recibe una notificación de rechazo. Alternativamente, se les trata como a un adulto.

 La Oficina de Protección de Menores lleva un intérprete a la entrevista.

💡 ¿Todavía no tienes 18 años en la prueba de llegada? ¿La Oficina de Protección de Menores le notifica la denegación? Entonces, la Oficina de Asistencia Juvenil debe introducir una nueva fecha de nacimiento en la notificación. Sólo entonces podrás cambiar tus documentos en la Oficina de Inmigración y en la Oficina de Asistencia Social.

Algunos menores (personas de menos de 18 años) viajan **con familiares**. Puede tratarse de un tío o una tía. Pueden ser primos o hermanos mayores. Su proveedor de alojamiento informará de ello a la Oficina de Bienestar Juvenil después de su llegada. La Oficina de Protección de Menores hablará con el menor y los familiares adultos. La Oficina de Protección de Menores comprobará si el menor puede quedarse allí. La Oficina de Protección de Menores también decidirá si debe nombrarse un tutor. La propia oficina de asistencia a la juventud lleva un intérprete a la entrevista.

💡 Los familiares adultos también pueden solicitar ellos mismos la tutela al [tribunal de familia](#). La tutela otorga al familiar la plena responsabilidad sobre el menor en lugar de los padres.

Oficina de Juventud y Familia - Servicios Sociales Generales (ASD)

Ayuntamiento de Asuntos Sociales

[Adolf-Kolping-Straße 10](#)

85049 Ingolstadt

☎ 0841 305-45717



0841 305-45719

@s [ozialed](mailto:ozialed@ienste@ingolstadt.de) ienste@ingolstadt.de

Lunes, martes: 08:00 - 12:30 13:30 - 16:00

Mier. a convenir

Jue. 08:00 - 12:30 13:30 - 17:30

Vie. 08:00 - 12:30

💡🕒 A pesar del horario de oficina indicado, es aconsejable concertar [una](#) cita en .

Asesoramiento familiar y educativo

Ayuda para familias y padres

Cualquiera que tenga problemas con los niños o en la familia encontrará aquí apoyo. Los debates ayudan a encontrar soluciones. Si es necesario, los especialistas también pueden ofrecer apoyo durante un periodo más largo.

Padres, hijos, hermanos y abuelos pueden encontrar aquí respuesta a sus preguntas.

Asesoramiento familiar y educativo

Los especialistas ayudan en diversas situaciones:

- Los padres experimentan dificultades en la crianza de los hijos, problemas de pareja o tras una separación.

- Las familias entran en conflicto y buscan una salida.
- Los jóvenes se enfrentan a miedos, dudas o discusiones familiares.
- Los alumnos y aprendices encuentran dificultades en la escuela o el trabajo.
- Las personas sufren violencia, malos tratos o abandono y necesitan ayuda.
- Las familias tienen dificultades económicas y no saben qué hacer.
- Las personas con discapacidad necesitan apoyo en situaciones vitales especiales.
- Los adolescentes y jóvenes se enfrentan a procesos penales y necesitan asesoramiento.

El servicio de asesoramiento educativo de Ingolstadt ofrece consultas personales:

[Asesoramiento educativo Ingolstadt](#)

Centro de coordinación para la primera infancia (KoKi)

Este centro especializado ayuda a los futuros padres y a las familias con bebés o niños pequeños de hasta tres años.

Muchos temas son importantes:

- Los niños se desarrollan y necesitan apoyo.
- Los padres buscan programas adecuados para ellos y sus hijos.
- Los bebés lloran mucho, beben mal o no comen.
- La vida familiar cotidiana exige mucha energía y conlleva incertidumbres.
- Las preocupaciones económicas dificultan la vida.
- Las solicitudes y visitas a las autoridades suelen provocar estrés.

Algunas situaciones plantean retos especiales:

- El embarazo llega de forma inesperada.
- El momento previo al parto es estresante.
- La madre se siente débil después del parto.
- La vida cotidiana se vuelve abrumadora.
- Un bebé es más estresante de lo esperado.
- Los padres luchan contra el estrés psicológico.
- Nadie ayuda: ni la pareja, ni la familia, ni los amigos.
- Enfermedades, separaciones o un embarazo adolescente ponen la vida patas arriba.

Las autoridades exigen documentos y nadie sabe por dónde empezar.

Póngase en contacto con el Centro de Coordinación de la Primera Infancia

[Oficina de Juventud y Familia - Ayuntamiento de Asuntos Sociales](#)

 [Adolf-Kolping-Straße 10/I](#)

85049 Ingolstadt

 [0841305-45815](tel:0841305-45815) o [0841305-45409](tel:0841305-45409)

@k oki@ingolstadt.de

💡 Las consultas se realizan con [cita previa](#).

💡 Un vídeo en YouTube explica "[Qué es la ayuda temprana](#)" en varios idiomas. La canción "[Rettungsboot](#)" (editorial: KoKi Landkreis Neustadt a. d. Waldnaab) también informa sobre el trabajo de asesoramiento. da una idea del trabajo.

Aceptar ayuda significa mostrar fortaleza.

Cualquiera puede ponerse en contacto. El servicio de asesoramiento es gratuito, confidencial y anónimo.

Si crees que necesitas ayuda, no dudes en ponerte en contacto con nosotros.

¡Recibir ayuda es una FORTALEZA!

Los servicios de asesoramiento que ofrece KoKi no son vinculantes, son gratuitos y siempre confidenciales. También es posible el asesoramiento anónimo.

Educación de padres y familias - Centros de apoyo familiar

Ingolstadt cuenta con numerosos programas para padres y familias.

Estos servicios ayudan a los padres a comprender y apoyar mejor a sus hijos. He aquí algunos puntos importantes:

Educación para padres y familias:

[Aquí](#) los padres pueden aprender a educar bien a sus hijos. Hay cursos y talleres sobre diversos temas, por ejemplo, alimentación sana, consejos para padres o cómo afrontar el estrés en la vida familiar cotidiana.

Centros de apoyo familiar:

Son lugares donde las familias pueden obtener ayuda y asesoramiento. Pueden informarse sobre diversos servicios y recibir apoyo en caso de problemas. [Aquí](#) puede encontrar los centros de apoyo familiar.

Centro de coordinación:

Esta [oficina](#) ayuda a organizar todas las ofertas para familias en Ingolstadt. Se encarga de que los padres sepan dónde encontrar ayuda y qué cursos hay disponibles.

Centros o grupos de madres y padres:

Aquí es donde las madres y los padres pueden reunirse, intercambiar ideas y apoyarse mutuamente. A menudo hay grupos de juego para niños y servicios de asesoramiento para padres. Hay grupos para Ingolstadt en Facebook.

Cartas para padres:

Estas cartas contienen información y consejos importantes para los padres. Se envían regularmente y ayudan a los padres a orientar bien a sus hijos.

💡 En Ingolstadt hay muchas posibilidades de encontrar apoyo y ayuda para las familias. Estos servicios hacen que la vida familiar sea más fácil y agradable.

Registro civil: punto de contacto para certificados y documentos

El Registro Civil puede ayudarle con los acontecimientos importantes de su vida.

💡 ¿Ha tenido un hijo? ¿Se va a casar? ¿O hay un fallecimiento en la familia? Entonces puede acudir al Registro Civil.

Las tareas de un vistazo

- Confirma cuando
 - has dado a luz a un bebé o
 - alguien fallece.
- Ayuda a las parejas a contraer matrimonio.
- Si alguien no quiere seguir perteneciendo a la iglesia, el registro civil puede anotarlo.
- Si quiere cambiar de nombre, el Registro Civil puede ayudarle.
- Le proporciona documentos importantes, como certificados de nacimiento, defunción y matrimonio.

Standes- und Bestattungsamt | Geburtenbeurkundungen

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

@geburten@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413051585](tel:+49(0)8413051585)

☎ [+49 \(0\) 8413051586](tel:+49(0)8413051586)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Schwangerschaft-Geburt>

Standes- und Bestattungsamt | Eheschließungen

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

@heiraten@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413051582](tel:+49(0)8413051582)

☎ [+49 \(0\) 8413051583](tel:+49(0)8413051583)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Heiraten-in-Ingolstadt>

Standes- und Bestattungsamt | Bestattungswesen

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

@bestattungsamt@ingolstadt.de

[+49 \(0\) 8413051593](tel:+49(0)8413051593)

<https://www.ingolstadt.de/Tod-Sterbefall>

Programas para padres e hijos

Centro comunitario de Ingolstadt

Hay muchos programas en los que los padres y sus hijos pueden hacer algo juntos. Puede tratarse de un curso, una reunión abierta o un acompañamiento más largo de las familias.

Los temas y contenidos varían, por ejemplo ejercicio, nutrición, educación, lenguaje, arte, música. Hay programas para padres con recién nacidos y para niños mayores.

Encontrará más información y ofertas en la [página web](#).

Representante de la familia

La responsable de Familia de la ciudad de Ingolstadt ayuda a las familias. Defiende sus necesidades. Escucha las preocupaciones de las familias. Trabaja en estrecha colaboración con escuelas, guarderías y clubes. Su objetivo es mejorar la vida de las familias de Ingolstadt.

La representante de las familias planifica proyectos y actividades. Proporciona consejos e información. Ayuda con preguntas sobre la crianza de los hijos, el cuidado de los niños y las actividades de ocio. Las familias también pueden acudir a ella si tienen dificultades.

Todas las familias de Ingolstadt pueden recurrir a la delegada de familia. Está a disposición de todos. Su oficina está en el ayuntamiento. Las familias pueden llamar, escribir un correo electrónico o concertar una cita.

Familienbeauftragte | Hilfe und Unterstützung für Familien

[Adolf-Kolping-Str. 10, 85049 IngolstadtIngolstadt](#)

@familienbeauftragte@ingolstadt.de

[+49 \(0\) 84130545810](tel:+49(0)84130545810)

<https://www.ingolstadt.de/Familienbeauftragte/>

Más tiempo para las familias: vacaciones y ocio

Más tiempo para las familias: vacaciones y ocio que hacen bien

Las vacaciones en familia aportan maravillosas experiencias compartidas. Padres e hijos dejan atrás la vida cotidiana. Descubren nuevos lugares y se conocen mejor.

Todas las familias deberían poder irse de vacaciones. Los centros de vacaciones familiares sin ánimo de lucro contribuyen a ello. Llevan más de 50 años ayudando a las familias. Hay casas de vacaciones sencillas, campings, castillos y hoteles. Las familias pasan sus vacaciones junto al

mar, en la montaña o en lagos.

Ocio para grandes y pequeños

Los centros de vacaciones familiares se centran en actividades conjuntas. Padres e hijos juegan juntos y exploran la naturaleza. Los niños prueban nuevas aficiones. Participan en cursos deportivos y realizan emocionantes excursiones. Los profesores imparten cursos sobre educación, salud y ejercicio. Los padres pueden relajarse y recargar las pilas durante este tiempo. Las familias monoparentales se benefician especialmente de estos programas.

Ayuda a las familias con pocos recursos

Las familias con pocos ingresos pueden encontrar ofertas de vacaciones asequibles. Muchos Estados federados ayudan a sufragar los gastos. Los portales de familia de los estados federados o www.urlaub-mit-der-familie.de ofrecen toda la información y consejos sobre subvenciones.

Vacaciones en Baviera y en todo el país

Las familias reciben ayudas económicas en Baviera. Esto se aplica a las estancias en centros de vacaciones familiares sin ánimo de lucro. Encontrará más información en www.zbfs.bayern.de.

Curas para madres y padres con hijos

Los padres que se sienten agotados pueden encontrar ayuda. La Müttergenesungswerk ofrece asesoramiento en más de 1.400 centros de Alemania. Los asesores ayudan a preparar curas de salud. Estas curas fortalecen el cuerpo y el alma. Los padres adquieren nuevas fuerzas para su vida familiar cotidiana.

💡 Pueden encontrar apoyo en [Cáritas](#), [Arbeiterwohlfahrt](#) o [Diakonisches Werk](#).



Vivir en Ingolstadt

Información general sobre el tema "Encontrar un piso"

Encontrar piso es difícil. Por desgracia, esto ocurre en todas partes. Necesitas paciencia y probablemente tendrás que buscar durante mucho tiempo. Encontrará información general sobre la búsqueda de alojamiento y vivienda en varios idiomas en el [manual](#)  [Alemania](#) y en el [Centro de Igualdad de Trato de la UE](#) .

Lista de comprobación para la búsqueda de vivienda

¿Busca un piso?

Entonces, piense bien de antemano lo que busca.

Las siguientes preguntas, que debe responder antes de iniciar la búsqueda, le ayudarán:

- ¿Dónde debería estar el piso? Tenga en cuenta que la elección de la ubicación puede influir considerablemente en sus posibilidades de encontrar un piso.
- ¿Cuál debe ser el importe del alquiler, los gastos de comunidad y la fianza? Ten en cuenta que el importe del alquiler es limitado si no trabajas y eres cliente de la oficina de empleo.
- ¿Cuántas habitaciones debe tener el piso? ¿Qué tamaño debe tener?
- ¿Qué debe haber cerca del piso? ¿Instalaciones comerciales, autobús y tren, guardería y escuela?

 La oficina de vivienda no alquila viviendas sociales.

Busca tú mismo pisos adecuados en Internet:

💡 [WoFA - Vivienda para todos - La integración necesita un hogar](#)

- w [ww.immo](#) bilienscout24.de
- w [ww.mein](#) estadt.de
- w [ww.immo](#) net.de
- w [ww.immo](#) welt.de
- w [ww.immo](#) pool.de
- w [ww.immo](#) bilio.de
- w [ww.immo](#) bilien.de

💡 También puedes inscribirte directamente en varias empresas de vivienda e inscribirte en una lista de espera:

Viviendas de protección oficial (viviendas sociales)

Puede dirigirse a los arrendadores de viviendas de protección oficial con el Vormerkbescheid / WBS. Lamentablemente, los plazos de espera son más largos. Por ello, le recomendamos que prosiga sus esfuerzos también en el mercado libre de la vivienda.

Recomendación: debería presentar una solicitud - preferiblemente en persona - en las siguientes empresas de alquiler de viviendas:

- La mayor empresa de alquiler de viviendas sociales es [la Gemeinnützige Wohnungsbaugesellschaft](#) (GWG).
- La segunda mayor empresa de alquiler [es St.-Gundekar-Werk](#).

Necesitará los siguientes documentos para encontrar alojamiento:

- DNI, permiso de residencia, certificado de ficción y hoja complementaria del permiso de residencia o pasaporte
- certificado de empadronamiento en vigor
- un informe de solvencia actualizado
- un certificado actual de que no tiene deudas de alquiler (por ejemplo, de su casero actual)
- si trabajas, un justificante de ingresos y tu contrato de trabajo o
- la [notificación de aprobación de la ayuda ciudadana](#)
- Voluntario: [certificado de derecho a la vivienda \(WBS\)](#)

Alquiler y contrato de alquiler

Has encontrado piso. Enhorabuena.

Vas a alquilar este piso a una persona. Esta persona es tu casero. Firmas un contrato con esa persona. El contrato estipula que puedes vivir en el piso. Se llama contrato de alquiler. El contrato de alquiler regula los derechos y las obligaciones. Tú tienes derechos y obligaciones. Y el casero tiene derechos y obligaciones. Por ejemplo, tienes que pagar dinero todos los meses.

Eso es el alquiler. El casero debe dejarte el piso. También debe ocuparse de las reparaciones de la vivienda.

El contrato de alquiler

El contrato de alquiler es un documento importante. En él se establece el precio del piso. También establece si puedes fumar o hacer la colada en el piso. Todo se establece por escrito en el contrato. ¿No entiendes algo del contrato? Pregúntalo. A ser posible, antes de firmar el contrato.

El alquiler

El alquiler se compone del alquiler neto en frío y de los gastos accesorios. También pagas los gastos de comunidad cada mes. Así pagas los gastos corrientes. Por ejemplo, la limpieza del hueco de la escalera o el jardinero. También paga la [recogida de basuras](#). Estos gastos se reparten entre todos los vecinos del edificio. Los pisos más grandes pagan más.

La llave del piso

Sólo usted tiene la llave de su piso. Cúdela bien. ¿Ha perdido la llave? Entonces necesitas un cerrajero. Un cerrajero puede ser caro. A veces, el propietario necesita acceder a tu piso. A veces, otras personas también necesitan acceder a tu casa. Tienes que ser informado de la visita. Esto suele hacerse por correo o por teléfono. Esto puede ser especialmente necesario si un comerciante necesita entrar en su casa. Quieren reparar algo en su casa. O los servicios municipales o su proveedor de energía necesitan leer cuánta agua o electricidad ha consumido.

¿Quiere avisar?

Alemania protege a inquilinos y propietarios. No puedes avisar de un día para otro. Debe avisar al arrendador con al menos tres meses de antelación. Notifique siempre la rescisión por escrito. Haga que le confirmen la rescisión. ¿Necesita ayuda? Pregunte en uno de los puntos de encuentro con voluntarios.

[Centros de idiomas en Ingolstadt](#)



[Puntos de encuentro para refugiados ucranianos](#)

[Actos en los centros de barrio Augustinviertel y Monikaviertel](#)

La asociación de inquilinos también ayuda. Pero hay que pagar dinero.

Normas de la casa

En las ciudades, a menudo viven varias personas en una misma casa. Se necesitan normas para que puedan convivir bien. Estas normas se establecen en el reglamento de la casa. Las horas de silencio son especialmente importantes en Alemania. Mira en el reglamento de tu casa a qué hora del día debe haber silencio. Suele ser todo el domingo. Los demás días, suele ser a partir de las 22.00 horas. Asegúrate de no hacer demasiado ruido. ¿Los vecinos hacen demasiado ruido? Hable con ellos. Pídeles que bajen el volumen de la música o la televisión.

Eliminación de residuos, reciclado, separación de residuos y depósitos

¿Por qué es importante separar los residuos?

La separación de residuos significa que los distintos tipos de residuos se recogen y reciclan por separado. En Alemania, la separación de residuos empieza directamente con el consumidor. Esto significa que cada hogar tiene que clasificar sus propios residuos y depositarlos en cubos y contenedores diferentes. En Alemania, la mayoría de los residuos se reciclan y compostan, lo que permite conservar los recursos y proteger el medio ambiente.

💡 Básicamente, evitar los residuos sigue siendo la forma más fácil de hacer algo contra las crecientes montañas de basura.

Si tiras algo al cubo equivocado, los empleados o las instalaciones de clasificación de los centros de reciclaje tienen que clasificarlo. Si todos clasificamos correctamente, podemos evitar este esfuerzo, reducir costes y hacer algo por el medio ambiente.

¿Qué va en cada contenedor?

Deposite sus residuos en el contenedor correcto o en la bolsa amarilla. Sólo vaciamos los cubos correctamente llenos. Sólo así podremos eliminar los residuos correctamente. Mientras tanto, guarde la bolsa amarilla en su garaje o sótano, por ejemplo. En los bloques de pisos suele haber contenedores grandes para todos.

Puede consultar cuándo se recogen los residuos en el llamado "[calendario de residuos](#)", que encontrará cada año en su buzón o podrá recoger en el ayuntamiento.

💡 En cada contenedor sólo se pueden tirar determinados tipos de basura. Aquí podrá saber qué basura debe depositarse en cada contenedor de Ingolstadt:

[Separar correctamente los residuos](#)

Envases y plásticos en la bolsa amarilla

Los envases reciclables van en la bolsa amarilla. Deben ser de plástico, metal o madera. No para papel, cartón o vidrio.

Vidrio

Va al contenedor de botellas:

Vidrio blanco y de color vaciado, por ejemplo, botellas y tarros desechables. Separe por colores.

Esto no pertenece:

Todo lo que no sea vidrio puro, incluida la cerámica o la porcelana (ambas van al contenedor de basura residual).

Aparatos eléctricos rotos y residuos peligrosos al centro de reciclaje

Deben ir al centro de reciclaje:

- Residuos que no caben en el cubo de la basura

- Todos los aparatos eléctricos rotos
- Materiales peligrosos como pilas usadas, bombillas de bajo consumo o productos químicos

La recogida en los 10 centros de reciclaje es **gratuita**. Puede consultar qué centro de reciclaje acepta qué artículos en la página enlazada: [Centros de reciclaje](#)

Los residuos verdes (de jardín y césped) son de pago.

Los objetos usados en buen estado

- se pueden comprar y vender en tiendas de segunda mano o mercadillos.
- También puede llevarlos gratuitamente al [mercado de Cáritas](#) del polígono industrial de Ingolstadt/Gaimersheim.

Residuos voluminosos

Los objetos que son demasiado grandes para eliminarlos con la basura residual se envían a los residuos voluminosos:

- Muebles como sofás, sillas, armarios, mesas, estanterías de madera, armazones de cama,
- colchones, somieres, edredones,
- revestimientos de suelos, alfombras,
- muebles de jardín,
- juguetes grandes,
- muebles de camping,
- cochecitos,
- coches de niños,
- barcas hinchables,
- cubos de plástico,
- corrales para animales pequeños,
- sillas de coche individuales, etc.

Recogemos gratuitamente sus residuos voluminosos hasta dos veces al año. Pida cita por teléfono. Sin embargo, le rogamos que tenga en cuenta un tiempo de espera de al menos 6 semanas.

Si vive en un bloque de pisos, sólo la administración de la finca puede solicitar la recogida de residuos voluminosos.

💡 Infórmese de cómo funciona [aquí](#).

[En el folleto](#) encontrará un resumen detallado de los residuos que forman parte de los residuos voluminosos. También puede ver qué residuos no pertenecen a los residuos voluminosos.

¿Tengo que separar los residuos?

Sí, la separación de residuos es obligatoria en Alemania.

Todo el mundo debe separar sus residuos correctamente y depositarlos en los contenedores adecuados.

Si no cumple las normas sobre separación de residuos, el propietario puede amonestarle. Si no cambia su comportamiento, puede incluso perder su piso. Su casero también le cobrará los gastos ocasionados por una separación incorrecta de los residuos.

Si es propietario de su vivienda, la separación incorrecta de los residuos aumentará su factura de eliminación de residuos. La separación incorrecta de residuos también es un delito. Si le pillan, tendrá que pagar una multa. Si no separa los residuos repetidamente o lo hace de forma incorrecta, esta multa puede ascender incluso a varios cientos o miles de euros.

¿Qué debo saber sobre los "depósitos"?

En Alemania existe la llamada "obligación de depósito" para determinados envases de bebidas. Si compra botellas de plástico y vidrio o latas de bebidas en el supermercado, paga unos céntimos más por ellas. Si después las devuelves vacías al punto de recogida de envases del supermercado (normalmente una máquina expendedora), te devuelven ese dinero. Esto se llama "depósito".

Hay dos tipos diferentes de estas botellas especiales:



En las **botellas desechables** (que se reciclan) encontrará un cartel cuadrado con una lata y una botella rodeadas por una flecha. Es el logotipo de Deutsche Pfand-System GmbH. Las botellas o latas con este símbolo le devolverán 25 céntimos de depósito.

En las **botellas retornables** (que se lavan y rellenan) no encontrará ninguna etiqueta, un "ángel azul" o las palabras "(botella) retornable", "botella retornable" o "botella de depósito". Las botellas retornables tienen un depósito de 15 céntimos. Para las botellas de cerveza es de 8 céntimos.

💡 **Los cartones de bebidas** no tienen depósito. Los cartones vacíos deben depositarse en la bolsa amarilla.

Energía y medio ambiente

Ahorrar energía ayuda al medio ambiente y a su bolsillo

En casa se necesita gas y electricidad. Los utiliza para hacer funcionar varios electrodomésticos.

Probablemente cocinas con electricidad o gas.

Tu lavadora también necesita electricidad. Y tu teléfono móvil igual.

Algunos electrodomésticos consumen más que otros. Por eso siempre debes prestar atención al consumo de energía cuando compres un electrodoméstico nuevo. Muchos aparatos consumen energía en modo de espera aunque en realidad estén apagados. El mejor antídoto es una regleta con interruptor. Con un solo clic se pueden desconectar varios aparatos de la red eléctrica.

En muchas casas, la calefacción funciona con gas. A menudo se paga al proveedor mensualmente por adelantado. Luego la factura se recalcula una vez al año. A veces hay que

pagar más. A veces te devuelven el dinero. Si la electricidad y el gas son caros, merece la pena ahorrar dinero cada mes. Así tendrás dinero suficiente si tienes que pagar más.

💡 Si usas la energía con moderación, ahorrarás dinero. También es bueno para el medio ambiente. También puedes leer cómo calentar, ventilar y ahorrar energía correctamente en [el folleto Ahorrar energía con el periodo de calefacción.pdf](#).

Necesitas agua sobre todo en el baño. Pero también en la cocina, para cocinar y freír. Ahorrar agua compensa de varias maneras. Pagarás menos por el agua, las aguas residuales y la energía utilizada para calentar el agua.

💡 Consejos para ahorrar agua: Instala una alcachofa de ducha de bajo consumo. Dúchate en vez de bañarte. Repare los grifos que gotean. Instale un botón de parada de descarga en el inodoro.

Encontrará más consejos e información útil en el [centro de asesoramiento al consumidor](#). Puede encontrar asesores energéticos para Ingolstadt a través de la búsqueda en Internet.

Comprar electrodomésticos nuevos

Cuando compre electrodomésticos nuevos, compruebe siempre la etiqueta energética. En ella se indica el grado de eficiencia del nuevo aparato. La etiqueta energética se puede encontrar en una gran variedad de productos. Por ejemplo, en bombillas, lavadoras, televisores y calefactores. Las clases de eficiencia energética y la información sobre las características del producto, como el consumo de electricidad y agua o el volumen, facilitan la comparación entre distintos aparatos. Los electrodomésticos energéticamente eficientes pueden ahorrar varios cientos de euros al año.

Tasas de radiodifusión

¿Cuál es el canon?

La información independiente es muy importante. Alemania tiene programas independientes de radio, televisión y online. ARD, ZDF y Deutschlandradio lo ofrecen. Informan libres de influencias económicas y políticas. Todo el mundo paga por ello. Es el canon.

¿Por qué tengo que pagar el canon?

La ley establece que cada hogar alemán debe pagar un canon. Sin embargo, sólo una persona por vivienda tiene que pagar el canon.

Esto cuesta 18,36 euros al mes: www.rundfunkbeitrag.de.

El dinero debe abonarse al servicio de contribución de ARD, ZDF y Deutschlandradio.

Encontrará más información en la siguiente [hoja informativa](#). Aquí en [lenguaje sencillo](#). O en la [página web del canon de radiodifusión](#). La página web está disponible en varios idiomas: <https://www.rundfunkbeitrag.de/welcome/>

¿Quién tiene que pagar el canon? ¿Puede quedar exento?

Algunas personas pueden quedar exentas del pago del canon.

Por ejemplo, si recibe prestaciones en virtud de la Ley de Prestaciones para Solicitantes de Asilo u otras prestaciones sociales.

Encontrará más información en: www.rundfunkbeitrag.de/

Debe presentar una solicitud de exención del pago del canon.

Encontrará la solicitud de exención [aquí](#).

Subsidio de vivienda

¿Qué es el subsidio de vivienda?

El subsidio de vivienda es una ayuda estatal para sufragar los gastos de vivienda de las familias con bajos ingresos. Pueden solicitarlo tanto los inquilinos como los propietarios.

- **Los inquilinos** pueden solicitar **un subsidio de alquiler**, aunque estén subarrendados o vivan en una residencia.
- Los propietarios de pisos o viviendas en propiedad reciben una **subvención de la carga** como ayuda.

💡 Aquí puede calcular sin compromiso su posible derecho: [Calculadora del subsidio de vivienda de Ingolstadt](#)

¿Cómo puedo solicitar el subsidio de vivienda?

- En línea: [Solicitud online del subsidio de vivienda](#)
- Por correo postal: a la dirección del subsidio de vivienda (consulte el apartado Contacto).
- Por buzón: en el buzón de la oficina de vivienda (ver Contacto).
- Por correo electrónico: wohngeld@ingolstadt.de

¿Necesito cita previa?

💡 No es necesario concertar una cita, pero puede hacerlo [en línea](#) si lo desea.

¿Qué necesito para la solicitud?

- **Datos básicos:** Copia del DNI o pasaporte, permiso de residencia, certificado de escolaridad (para mayores de 15 años), certificado de discapacidad grave, certificado negativo (para recién llegados).
- **Justificante de ingresos:** Certificado de ingresos, certificado de pensión, certificados de subsidio de desempleo o de enfermedad, justificante de subsidio familiar, pensión alimenticia, prestación parental y otros ingresos.
- **Para el subsidio de alquiler:** Contrato de arrendamiento, extractos bancarios de los pagos del alquiler.
- **Para el subsidio de gravamen:** contrato de compraventa, contrato de préstamo, notificación de liquidación del impuesto sobre bienes inmuebles, extracto del registro de la propiedad.

¿Quién puede percibir el subsidio de vivienda?

- **Los beneficiarios:** Inquilinos, propietarios de viviendas, residentes en residencias de ancianos, pensionistas, estudiantes (sin BAföG), beneficiarios del subsidio de desempleo y del subsidio por jornada reducida. Aprendices sin subsidio de formación profesional (BAB).

No tienen derecho:

- Las personas que ya perciben otras prestaciones sociales. Por ejemplo: si usted y su familia perciben un subsidio de ciudadanía o una ayuda básica a la renta. Aquí ya se tienen en cuenta los gastos de alojamiento. Por regla general, no tiene que solicitar el subsidio de vivienda.
- Estudiantes y aprendices: Percibe la BAföG o el subsidio de formación profesional (BAB).
- Si tiene derecho al subsidio de vivienda y, en caso afirmativo, en qué cuantía, depende del número de miembros del hogar, de la cuantía de los ingresos del hogar y de la cuantía del alquiler/carga.
- Los miembros de la unidad familiar son el cónyuge, la pareja, los hijos, los padres o los hermanos si viven en el mismo hogar.

Subsidio de vivienda plus

Desde el 1 de enero de 2023, la Ley del Subsidio de Vivienda Plus hace que más personas puedan optar a él. El subsidio de vivienda incluye ahora un componente de calefacción y aire acondicionado.

¿Cuándo y qué tengo que comunicar a la administración del subsidio de vivienda en caso de cambios?

Obligaciones de notificación del solicitante: Si

- los ingresos totales aumentan más del 15% o disminuyen más del 10
- el alquiler se reduce en un 15
- se reduce o aumenta el número de miembros del hogar que deben tenerse en cuenta
- se produce un traslado a otra vivienda
- cambia la percepción de prestaciones de transferencia por parte de algunos miembros del hogar (subsidio ciudadano, ayuda básica a la renta, asistencia social).
- el alquiler aumenta más de un 10
- o la carga aumenta en más de un 10% menos el importe total de la desgravación por gastos de calefacción

Se vuelve a calcular el subsidio de vivienda. Ello también puede dar lugar a una reducción o anulación del derecho al subsidio de vivienda (art. 27, apdo. 2 de la WoGG).

Por lo general, el nuevo cálculo se efectúa a principios del mes siguiente.

💡 Para más información, visite la [página web](#) de la ciudad de Ingolstadt o póngase en contacto con la Oficina del Subsidio de Vivienda.

Contacto

Oficina de Asuntos Sociales - Vivienda - Oficina del Subsidio de Vivienda

📍 [Auf der Schanz 39](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 84130550165](#)

@ [w_ohngeld](#) @ingolstadt.de

🌐 www.ingolstadt.de/Wohngeld

💡 NO es necesario concertar una cita personal para presentar una solicitud.

🕒 Horario de atención al público

Lunes 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Martes 08.00 h - 12.30 h, 13.30 h - 16.00 h

Miércoles 08:00 a.m. - 12:30 p.m.

Jueves 08:00 - 12:30, 13:30 - 17:30

Viernes de 08.00 a 12.30 h.

📞 Disponible por teléfono

Lunes 08.00 h - 11.00 h

Martes: de 8.00 a 11.00 h.

Miércoles: 08.00 h - 11.00 h

Jueves: 14:00 - 17:30

Viernes: 08:00 - 11:00

Certificado de derecho a la vivienda y notificación de reserva

En Ingolstadt hay viviendas sociales subvencionadas. Estos pisos suelen ser más baratos y están destinados a personas con bajos ingresos.

[Aquí encontrará](#) información y documentación.

El certificado de idoneidad para una vivienda de protección oficial (WBS)

es un documento que acredita que tiene derecho a vivir en una vivienda protegida. Recibirá el WBS de la oficina de vivienda si sus ingresos no superan determinados límites. Todos los ingresos de la unidad familiar cuentan.

El certificado de derecho a una vivienda es válido en el Estado federado correspondiente.

Un aviso de reserva

es diferente. Significa que está en lista de espera para una vivienda. Esto significa que no obtendrá la vivienda inmediatamente, sino que se le avisará cuando haya una vivienda adecuada disponible. La Vormerkbescheid no le da derecho a una vivienda, sino sólo la posibilidad de que se le ofrezca una vivienda en el futuro.

En resumen:

- Certificado de derecho a la vivienda (WBS): le da derecho a solicitar un piso subvencionado.

- Vormerkbescheid: le inscribe en una lista de espera para una vivienda para la que podría ser propuesto más adelante.

Los extranjeros, refugiados e inmigrantes también pueden obtener un Wohnberechtigungsschein (WBS).

Para ello deben cumplir determinadas condiciones

- **Situación de residencia:** necesitan un permiso para estar en Alemania que sea válido durante al menos un año más. Puede tratarse de un permiso de residencia o de un permiso de establecimiento. Los solicitantes de asilo con un permiso de estancia tolerada no suelen poder obtener un WBS.
- **Límites de ingresos:** Sus ingresos no deben superar determinados límites. Estos límites son diferentes en cada Estado federal.
- **Residencia:** debe vivir en la ciudad o el Estado federado en el que solicita el PEP. Los refugiados reconocidos con permiso de residencia suelen tener los mismos derechos que los ciudadanos alemanes y también pueden obtener una vivienda subvencionada. Sin embargo, puede haber normas diferentes en cada Estado federado.

En resumen:

- Necesita un permiso de residencia válido durante al menos un año.
- Sus ingresos deben estar por debajo de ciertos límites.
- Debe tener residencia permanente en la ciudad o el Estado federado donde presenta la solicitud.

💡 También se puede conceder una Vormerkbescheid a extranjeros, refugiados e inmigrantes si cumplen estas condiciones y desean inscribirse en la lista de espera para un piso.

Oficina de Asuntos Sociales - Vivienda - Certificado de derecho a la vivienda

📍 [Auf der Schanz 39](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 84130550160](#)

🌐 www.ingolstadt.de/Wohnberechtigungsschein

💡 NO es necesario pedir cita en persona para solicitarlo.

📅 Horario de atención al público

Lunes 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Martes 08.00 h - 12.30 h, 13.30 h - 16.00 h

Miércoles 08:00 a.m. - 12:30 p.m.

Jueves 08:00 - 12:30, 13:30 - 17:30

Viernes 08:00 a.m. - 12:30 p.m.

La solicitud puede presentarse de las siguientes maneras

- por correo a la dirección indicada al lado
- depositándola en el buzón de la casa

- por correo electrónico a sww@ingolstadt.de o
- [Presentando la solicitud en línea](#)

💡 Puede descargar el formulario para el PEP/Vormerkschein [aquí](#).

💡 Encontrará más información, por ejemplo sobre costes o plazos, [aquí](#).

Ayuda en caso de problemas de vivienda, ayuda en caso de desamparo inminente, ayuda a las personas sin hogar

Problemas de vivienda: es hora de actuar

Si tienes problemas con el casero o no puedes pagar el alquiler o los gastos de comunidad, puedes acabar endeudado o desahuciado y, en última instancia, quedarte sin hogar. No espere a que sea demasiado tarde. Busque ayuda rápidamente mientras tenga la oportunidad de cambiar las cosas. Hay varias opciones de asesoramiento y apoyo.

💡 Aquí puede encontrar el [folleto "Conserve su piso"](#).

Definición de términos

👤 ¿No tienes alojamiento? ¿Tienes o vas a tener que pasar la noche en la calle? Entonces eres una **persona sin hogar** y se te debe proporcionar alojamiento. Este alojamiento debe cumplir los requisitos de un alojamiento humano. Debe respetarse el derecho fundamental a la integridad física.

👤 Una persona **no tiene hogar** si no tiene un contrato de alquiler seguro o una vivienda adecuada. O que sólo está alojada institucionalmente.

👤 Cualquier persona que corra el riesgo de perder su vivienda debido a una notificación del propietario para que abandone la vivienda o a una acción de desahucio corre **el riesgo de quedarse sin hogar**.

Ayuda de las autoridades locales

Las autoridades locales pueden ofrecerle diversas formas de ayuda:

- Si corre el riesgo de perder su vivienda
- y no puede encontrar un nuevo alojamiento por sí mismo,
- o se ha quedado sin hogar debido a un suceso repentino.

📄 [Conserve su piso.PDF](#)

¿Qué tengo que hacer?

Las personas que vivan o residan en el área de Ingolstadt y que se vean amenazadas por quedarse sin hogar

- deben ponerse en contacto lo antes posible con el centro especializado para la prevención del sinhogarismo de la ciudad de Ingolstadt

- deben hacer todo lo posible para conservar su vivienda actual o encontrar una nueva
- debe ponerse en contacto con la oficina de vivienda de la ciudad de Ingolstadt para solicitar [un certificado de derecho a la vivienda](#) y/o [un subsidio de vivienda](#).

Ciudad de Ingolstadt - Centro especializado para la prevención del sinhogarismo y las personas sin hogar

📍 [Auf der Schanz 39](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 84130550205](#) , [+49 \(0\) 84130550206](#) , [+49 \(0\) 84130550207](#)

@ [bdachlo](#) senhilfe@ingolstadt.de

🌐 www.ingolstadt.de/wohnungslosigkeit

- ¿Acaba de perder su piso?
- ¿Tienes problemas con el casero?
- ¿Debes alquiler o facturas de la luz o has recibido un aviso de desahucio del juzgado (carta amarilla)?
- ¿Llevas mucho tiempo sin hogar y necesitas un lugar donde dormir?

💡 Póngase en contacto con el centro especializado de la ciudad de Ingolstadt para la prevención del sinhogarismo.

El centro especializado le ayudará a aclarar los problemas de su vivienda. Si actualmente no tiene hogar, la ciudad de Ingolstadt le proporcionará un lugar donde dormir.

💡 **Importante: El centro especializado no se encarga de la búsqueda de vivienda.**

📅 Puede acudir a estas horas de consulta sin pedir cita previa:

Lunes 08:00 - 09:00, 14:00 - 15:00

Martes 08:00 - 09:00, 14:00 - 15:00

Miércoles 08:00 a.m. - 09:00 a.m.

Jueves 08:00 - 09:00 h, 14:00 - 15:00 h

Viernes 08:00 - 09:00, 11:00 - 12:00

💡 Traiga un documento de identidad válido y todos los documentos relativos a su situación actual en materia de vivienda.

💡 También puede concertar una cita de consulta aparte fuera del horario de oficina.

💡 Si no habla alemán o inglés, traiga un traductor.

Personas de contacto importantes

Asociación de inquilinos de Ingolstadt y alrededores

📍 [Mauthstraße 2](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 84117744](tel:+49084117744)



[+49 \(0\) 84117734](tel:+49084117734)

 [nfo@mie](mailto:nfo@mieterverein-ingolstadt.de) terverein-ingolstadt.de

 www.mieterverein-ingolstadt.de

Aquí debes ser o hacerte socio y pagar una cuota.

¿Quién puede afiliarse?

Cualquier inquilino puede afiliarse. Se considera inquilino a toda persona que haya celebrado o firmado un contrato de arrendamiento. Sólo puede afiliarse una persona. Puede consultar las cuotas de afiliación en la página de inicio.

¿Cómo hacerse miembro?

La forma más sencilla es afiliarse en línea. O puede venir a nuestra oficina de Mauthstraße 2 en horario de oficina y rellenar el formulario de solicitud de afiliación.

¿Qué obtengo a cambio?

Nuestros experimentados asesores jurídicos y abogados le asesorarán gratuitamente en todas las cuestiones relacionadas con el derecho de arrendamiento:

- Declaraciones de gastos de explotación
- Defectos de la vivienda
- Aumento del alquiler
- Contrato de arrendamiento
- Cancelación del arrendador
- Fianza de alquiler
- Reparaciones cosméticas
- Boletín informativo para inquilinos: también puede recibir el boletín informativo para inquilinos como edición en línea o en papel tradicional.
- Seguro de defensa jurídica para inquilinos: un seguro de defensa jurídica sólido le ayudará si tiene que acudir a los tribunales.
- Información y relaciones públicas: Hacemos presentaciones. Influimos en la política a través de nuestra asociación estatal y federal.

También existen posibilidades de apoyo adicional:

Ambulancia de calle San Francisco

 [Moritzstr. 2](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8411428784](tel:+49(0)8411428784)
 [b ruder-m](mailto:artin-ambulanz@web.de) artin-ambulanz@web.de
 [ww.stra](http://www.stra.ssenambulanz-ingolstadt.de) ssenambulanz-ingolstadt.de

 Horario de apertura:

Lunes a viernes 09.00 - 17.00

En el ambulatorio de la calle pueden comer barato, ducharse y lavar la ropa. Reciben atención médica y de enfermería y reciben apoyo en muchos ámbitos.

Villa Johannes - Centro de distrito de Cáritas Ingolstadt

 [Calle Gaimersheimer 15 ½](#)
85057 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 841309177](tel:+49(0)841309177)



[+49 \(0\) 841309179](tel:+49(0)841309179)
 [illa-jo](mailto:hannes@caritas-ingolstadt.de) hannes@caritas-ingolstadt.de
 [ttp://w](http://www.villa-johannes.de) ww.villa-johannes.de

 Horario de apertura y consulta

Lunes 08:00 - 16:00
Martes 08:00 - 16:00
Miércoles 08:00 - 16:00
Jueves 08:00 - 16:00
Viernes 08:00 - 13:30

Villa Johannes es un centro de día para personas con problemas de adicción. El centro ofrece desayuno y comida a bajo coste, actividades y ayuda práctica, como el uso de lavadoras. También recibirá asesoramiento y apoyo sobre todos los aspectos de la adicción.

Café NeuHaus - SkF Ingolstadt e.V.

 [Schrannenstr. 1a](#)
85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 841937550](tel:+49(0)841937550)
 [afe.neu](mailto:haus@skf-ingolstadt.de) haus@skf-ingolstadt.de
 www.skf-ingolstadt.de/cafe-neuhaus

 Horario de apertura

Lunes, de 9.00 a 11.30 y de 13.00 a 17.00 h.
Martes 09.00 h - 11.30 h, 13.00 h - 17.00 h
Miércoles 09.00 h - 11.30 h, 13.00 h - 17.00 h
Jueves 09.00 h - 11.30 h, 13.00 h - 17.00 h
Viernes 09:00 - 11:30, 13:00 - 17:00

El Café NeuHaus ofrece un lugar seguro a todas las mujeres que están a punto de perder su hogar o que son personas sin hogar y viven en la calle.

Aquí encontrarán asesoramiento, intercambio, paz y apoyo. De mujeres para mujeres.

No sólo puedes tomar café y comer tarta, sino también hacer la colada, recibir correo o recibir asesoramiento. El personal del café también puede ayudarte con asuntos administrativos.

[Folleto del café de mujeres](#)

Misión de la estación principal de Ingolstadt

 [Calle de la estación 8](#)

Estación central / Andén 1

85051 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 841309500](tel:+49(0)841309500)



[+49 \(0\) 841309509](tel:+49(0)841309509)

 mission@caritas-ingolstadt.de

 www.bahnhofsmission.de

 Horario de apertura:

Lunes, de 9.00 a 17.00 h.

Martes, de 9.00 a 17.00 h.

Miércoles 09.00 - 17.00

Jueves 09.00 - 17.00

Viernes 09.00 - 17.00

Sábados y domingos **cerrado**.

Cerrado los días festivos y los días 24 y 31 de diciembre.

La misión de la estación le ayuda si

- está agotado.
- tienes hambre o sed.
- está herido, enfermo o débil.
- algo te preocupa y buscas apoyo o consejo.
- necesitas un momento de reflexión, contigo mismo o con tu fe.
- no encuentras un lugar donde cambiarte o amamantar a tu hijo.
- has estropeado tu ropa debido a un percance.
- necesitas hacer urgentemente una llamada telefónica.
- no tienes dónde dormir.
- te han robado.

 La misión de la estación también ofrece asistencia de viaje en rutas regionales dentro de Baviera.

Ayuda económica para vivienda de la oficina de empleo

¿Quién recibe ayuda económica para la vivienda de la Oficina de Empleo?

Aquí encontrará información sobre quién puede recibir, por regla general, ayudas económicas de la Oficina de Empleo y cómo solicitarlas: [Centro de Empleo](#)

Para algunas prestaciones se requiere una solicitud adicional. Póngase primero en contacto con la Oficina de Empleo por teléfono o correo electrónico para informarse sobre su solicitud específica.

Gastos de alojamiento

La Oficina de Empleo se hace cargo de los gastos de alquiler, funcionamiento y calefacción de la vivienda.

En Ingolstadt, existen límites máximos fijos para los gastos de alquiler que puede cubrir la oficina de empleo. La cuantía permitida de los gastos de alquiler varía de un lugar a otro y depende de diversos factores.

Puede consultar el importe máximo de los gastos de alquiler en Ingolstadt en la palabra clave "Gastos de alojamiento": www.ingolstadt.de/Arbeit-Jobcenter/Arbeitsuchend/. Los importes indicados se refieren al alquiler básico. Los gastos de calefacción y agua caliente, así como los gastos accesorios, se tienen en cuenta por separado y se abonan en el importe real.

💡 La Oficina de Empleo no tiene en cuenta por separado los gastos de electricidad, internet y televisión. Deberá abonar usted mismo estos gastos con cargo a las prestaciones generales de la Oficina de Empleo.

💡 Si percibe prestaciones económicas de la Oficina de Empleo, puede quedar exento del pago del canon. Puede obtener más información aquí: [Canon de radiodifusión](#)

Traslado

Si necesita ayuda para mudarse y alquilar un nuevo piso, primero debe comprobar si el alquiler del nuevo piso es razonable. Si el piso no está en Ingolstadt, debe preguntar en la oficina de empleo responsable de la ubicación del nuevo piso. Es mejor informarse antes de querer ver un piso nuevo.

❗ **Importante:** No debe firmar un contrato de alquiler si aún no ha hablado con la oficina de empleo correspondiente.

💡 Hable siempre con su oficina de empleo actual antes de planificar una mudanza. El personal le asesorará sobre el procedimiento exacto.

¿Cómo puedo conseguir que la oficina de empleo apruebe los gastos de alquiler?

Lo mejor es que presente el contrato de alquiler sin firmar en la oficina de empleo. Puede hacerlo por correo electrónico o en persona durante el horario de apertura. Le informarán lo antes posible de la decisión de la oficina de empleo. Para la evaluación se requiere como mínimo la siguiente información:

- Renta básica,
- gastos accesorios,
- gastos de calefacción,
- dirección de la vivienda,
- superficie habitable en metros cuadrados y número de habitaciones,
- Nombre del arrendador
- Nombre del inquilino
- Fianza

Fianza

La fianza es una garantía para el arrendador. El importe máximo de la fianza es de 3 alquileres básicos (alquiler básico sin servicios ni gastos de calefacción).

La Oficina de Empleo puede conceder la fianza en forma de préstamo previa solicitud. Un préstamo significa que la Oficina de Empleo le presta el dinero. La Oficina de Empleo paga la fianza directamente al arrendador.

A partir de ese momento, recibirá automáticamente menos prestaciones todos los meses hasta que haya pagado la fianza. Si abandona el piso y no deja ningún desperfecto, se le devolverá el dinero.

Mobiliario inicial

Tiene la posibilidad de solicitar el mobiliario y el menaje inicial.

El equipamiento inicial incluye muebles, cortinas, colchones, utensilios de cocina, vajilla y, si no están disponibles en el piso, cocina, fregadero, frigorífico y lavadora.

El importe que recibe por el equipamiento inicial se calcula individualmente. Por lo tanto, puede tardar un poco más en tramitarse.

💡 Importante: Es esencial que presente la solicitud de equipamiento inicial antes de adquirir cualquier tipo de mobiliario.

💡 Tenga en cuenta que puede transcurrir algún tiempo antes de que se abone el dinero.

❗ La oficina de empleo también tiene derecho a inspeccionar la vivienda para comprobar el importe del equipamiento inicial necesario.

Vida cotidiana y organización de la vida

¿Es usted nuevo en Alemania?

Trasladarse a un país extranjero conlleva muchas preguntas y mucho trabajo.

La vida cotidiana y algunos modos de vida alemanes deben parecer extraños a muchos refugiados e inmigrantes.

He aquí algunos consejos prácticos para hacer más fácil el día a día.

Protección de los consumidores Centros de asesoramiento

Oficinas de asesoramiento al consumidor en Ingolstadt

En Ingolstadt hay varios centros de asesoramiento que pueden ayudarle con la protección del consumidor. Estos centros de asesoramiento le ofrecen apoyo e información sobre diversos temas, como por ejemplo

- Derechos del consumidor,
- seguros,
- finanzas, financiación de la construcción
- planes de pensiones,
- nutrición,
- economía doméstica y energía.

ConsumerService Baviera

Uno de los centros de asesoramiento más importantes de Ingolstadt es VerbraucherService Bayern. Ofrecen asesoramiento neutral y personalizado. También puede obtener asesoramiento por teléfono o concertar una cita.

Horario de apertura

El centro de asesoramiento está abierto de lunes a viernes. Los horarios de apertura son

Lunes: de 9.00 a 12.00 h. y de 14.00 a 16.00 h.

Martes: de 9.00 a 12.00 h. y de 14.00 a 16.00 h.

Miércoles: 9:00 - 13:00

Jueves: 9:00 h - 12:00 h y 14:00 h - 16:00 h

Viernes: de 9.00 a 12.00 h.

Póngase en contacto con nosotros

Este centro de asesoramiento se encuentra en [Kupferstraße 24](#), 85049 Ingolstadt.

 [+49 \(0\) 84195159990](tel:+49084195159990)



[+49 \(0\) 84195159995](tel:+49084195159995)

@i ngolsta dt@verbraucherservice-bayern.de

Para más información

Encontrará más información sobre los centros de asesoramiento y sus servicios

- en las páginas web de [VerbraucherService Bayern](#)
- y del [Centro Bávaro de Asesoramiento al Consumidor](#).

💡 Estos sitios web le ofrecen información completa y recursos para proteger sus derechos como consumidor.

Centro de Asesoramiento al Consumidor de Baviera

Centro de Asesoramiento al Consumidor de Baviera

El Centro de Asesoramiento al Consumidor (VZ) es una organización independiente. Defiende a los ciudadanos (consumidores) y les ayuda en sus problemas con las empresas.

Aquí puede obtener información actualizada y fiable y asesoramiento independiente. El VZ asesora sobre cuestiones cotidianas como:

- ¿Tengo que pagar por la televisión?
- ¿Puedo ver películas o escuchar música en Internet?
- ¿Cómo utilizo las aplicaciones de forma segura?
- ¿Qué puede hacer un banco con una cuenta, un préstamo o una deuda?
- ¿Cómo puedo rescindir un contrato?
- ¿Puedo comer eso?
- ¿Por qué tengo que pagar la electricidad de mi piso?

¿Cómo se desarrolla el asesoramiento?

El [asesoramiento](#) tiene lugar in situ o en línea. También hay asesoramiento telefónico y [videollamada](#).

¿Cuánto cuesta el asesoramiento?

El asesoramiento cuesta dinero. [Aquí](#) puede consultar cuánto cuesta el asesoramiento en Baviera.

Horarios de atención

[Aquí](#) encontrará el horario de atención telefónica del centro de asesoramiento.

Verbraucherberatung Bayern | Beratung von Verbrauchern

📍 [Mozartstraße 9, 80336 München](#)

@ info@verbraucherzentrale.bayern

☎ [+49 \(0\) 895527940](tel:+49(0)895527940)

 <https://www.verbraucherzentrale.bayern/>

Para más información

Encontrará más información sobre los centros de asesoramiento y sus servicios aquí

- La información del Centro de Asesoramiento al Consumidor sobre diversos temas para inmigrantes está disponible en varios idiomas [aquí](#).
- en la página web del [Centro Bávaro de Asesoramiento al Consumidor](#)
- en el folleto [Verbraucherzentrale Bayern Flyer Fremdsprachige Informationen.pdf](#).

💡 Estos sitios web le ofrecen amplia información y recursos para proteger sus derechos como consumidor.

💡 **No hay asesoramiento sobre derecho de asilo y residencia.**



Asuntos financieros y contratos

Información básica sobre contratos

Importante: ¿No ha entendido algo? ¿No puede leer un texto?

Entonces, ¡no firmes nada! Cuando firmas algo, estás firmando un contrato.

Un contrato significa que tienes que cumplir lo acordado.

A menudo implica pagos. Es muy difícil anularlo después.

💡 Comprueba siempre varias ofertas. Piénselo bien antes de tomar una decisión.

💡 Tómese su tiempo. Nadie debe presionarle para que firme nada.

💡 También puede informarse en el [VerbraucherService Bayern de Ingolstadt](#) o en la [Verbraucherzentrale Deutschland](#).

Cuenta bancaria, cuenta corriente

Cuenta corriente

¿Qué es una cuenta corriente?

Una cuenta corriente es una cuenta en un banco. Con ella puede ingresar y retirar dinero y hacer pagos. Su dinero está a su disposición en todo momento.

Asegúrese de que tiene suficiente dinero en su cuenta antes de pagar o retirar algo.

¿Qué se puede hacer con una cuenta corriente?

Con una cuenta corriente puedes

- Hacer transferencias
- Recibir pagos (por ejemplo, de oficinas públicas o autoridades)
- domiciliar pagos
- participar en el procedimiento de domiciliación bancaria
- cobrar cheques
- realizar pagos sin efectivo con su tarjeta bancaria
- Retirar dinero en efectivo en ventanilla o cajeros automáticos.
- imprimir extractos de cuenta
- También puede gestionarlo todo por Internet

¿Cómo abrir una cuenta?

Elija un banco.

Concierte una cita.

Lleve un documento de identidad. Puede ser, por ejemplo

- Justificante de llegada
- Permiso de residencia
- Documento de identidad o pasaporte
- Si en el documento no figura ninguna dirección, traiga también un certificado de empadronamiento.

¿Qué ocurre después de abrir una cuenta?

Recibirá una tarjeta bancaria con un número PIN de cuatro cifras.

Firme el reverso de la tarjeta.

💡 Memorice el PIN.



Guarde siempre la tarjeta y el PIN por separado.

Notas importantes sobre la tarjeta bancaria

Si es posible, utilice los cajeros automáticos de su banco. Los reintegros son gratuitos.

 No introduzca el PIN incorrectamente. La tarjeta se bloqueará después de tres entradas incorrectas. Tendrá que solicitarlo a su banco.

 Si pierdes la tarjeta o te la roban: Bloquee inmediatamente la tarjeta. Para ello, llame [al 116 116](tel:116116) (gratuito, las 24 horas del día). Indique el código de clasificación y el número de cuenta. Su banco le entregará una nueva tarjeta.

Costes y servicios

Cada banco ofrece una cuenta corriente diferente. Compruebe cuánto cuesta la cuenta y qué servicios incluye.

Ayuda con el idioma

 Si no habla alemán o inglés, traiga un intérprete.

Más información

El Centro de Asesoramiento al Consumidor ofrece información sobre cuentas bancarias en varios idiomas:

- [Alemán](#)
- [Árabe](#)
- [Ruso](#)

También puede encontrar vídeos explicativos en el sitio web www.verbraucherzentrale.de (término de búsqueda: "información multilingüe").

El sitio está disponible en alemán e inglés. Los vídeos también tienen subtítulos en árabe y dari.

Seguros

El sistema de seguridad social en Alemania

En Alemania existen cinco tipos importantes de seguros que todo el mundo debe tener. Estos seguros le ayudan si, por ejemplo, cae enfermo, tiene un accidente, necesita cuidados o ya no puede trabajar por ser mayor. También le protegen si pierde su empleo.

Los seguros de pensiones, accidentes, dependencia y desempleo le cubren automáticamente. No puede elegir el proveedor con el que está asegurado.

En cambio, con el seguro de enfermedad sí puede elegir el proveedor. Hay muchas compañías de seguros de enfermedad a las que puede afiliarse. Aquí encontrará más información.

Otros seguros privados

En Alemania puede contratar muchos otros seguros. La conveniencia de contratar un seguro depende de sus necesidades. Estos seguros suelen ser útiles si perdería mucho dinero, por ejemplo, en caso de daños costosos.

La [Oficina de Atención al Consumidor](#) le ayudará a informarse sobre estos seguros. También le explicará qué seguros son especialmente importantes. Un seguro muy importante es el de responsabilidad civil. Debería tenerlo en cualquier caso.

En el sitio web www.make-it-in-germany.com también encontrará mucha información sobre seguros en diferentes idiomas.

💡 Aquí encontrarás información sobre el [seguro de responsabilidad civil para vehículos de motor](#).

Seguro privado de responsabilidad civil

Si usted causa daños a una persona en Alemania sin intención, debe indemnizarla conforme a la ley. Esto se aplica a

- daños personales
- daños materiales y
- pérdidas económicas
- en el ámbito privado. Por ejemplo, si provoca un accidente de tráfico o si su hijo rompe el cristal de una ventana con una pelota.

En Alemania, puede contratar un seguro privado de responsabilidad civil que pague estos daños para usted y su familia. Usted mismo puede decidir si desea contratar este seguro. No obstante, se lo recomendamos encarecidamente. A menudo, basta un pequeño percance para tener que pagar daños caros. Qué bueno es haber contratado un seguro de responsabilidad civil.

El coste de un buen seguro de responsabilidad civil para una sola persona oscila entre 40 y 65 euros al año. El seguro cubre daños hasta una suma asegurada de diez millones de euros y más. Es aún más barato si utiliza tarifas especiales para familias o estudiantes, elige paquetes combinados o aumenta la franquicia. El seguro de responsabilidad civil se paga

- anualmente,
- semestral,
- trimestral o
- mensual.
- A menudo puede especificarlo al contratar la póliza.

💡 [Finanztip](#) es un sitio de comparación independiente que recomendamos.

💡 También puede encontrar más información en el [centro de asesoramiento al consumidor](#) en varios idiomas.

Impuestos y declaraciones fiscales

¿Por qué hay impuestos?

Los impuestos son importantes para el Estado.
Los impuestos permiten al Estado pagar sus tareas.

Ejemplos:

- El Estado construye carreteras.
- Paga a los profesores, a los policías y a la administración.
- Sostiene escuelas, hospitales y transportes locales.
- Financia la cultura, los asuntos sociales y la administración.

El Estado no puede funcionar sin impuestos.

¿Cuándo paga usted impuestos?

Se pagan impuestos casi todos los días.

Por ejemplo:

- Cuando vas de compras o a comer, pagas el impuesto sobre las ventas.
- Cuando trabaja, paga el impuesto sobre la renta.
- El IVA es una parte del precio de compra. Suele aparecer en el recibo.

Paga el impuesto sobre la renta por su sueldo o salario.

- ¿Trabaja por cuenta ajena? Entonces su empresa deduce el impuesto directamente de su salario.
- ¿Es autónomo? Entonces tiene que pagar usted mismo los impuestos a Hacienda.

¿Qué es el número de identificación fiscal?

- El NIF es un número personal.
- Consta de 11 dígitos.
- Cada persona recibe este número desde su nacimiento.
- El número no cambia nunca.
- Con este número, la Agencia Tributaria sabe quién es usted.
- Su lugar de trabajo necesita este número para declarar sus impuestos.

¿Dónde puede encontrar el NIF?

- En una carta de la Oficina Central Federal de Impuestos
- En su nómina
- En el aviso de liquidación fiscal
- En su ciudad o municipio (oficina de empadronamiento)
- O a través de un formulario en la Oficina Central Federal de Impuestos

¿Quién le ayuda con los impuestos?

¿Desea hacer una declaración de la renta?

¿Tiene alguna pregunta sobre impuestos?

Estas organizaciones pueden ayudarle:

- Una organización de asistencia fiscal de su zona (a menudo por un módico precio)
- La Agencia Tributaria: puede dirigirse directamente a ella.
- Un asesor fiscal - es más caro, pero bueno para casos difíciles

Consejo: también hay páginas de información gratuita en Internet.

Páginas web útiles sobre impuestos en Alemania

- www.elster.de → Plataforma oficial para la declaración de la renta
- www.bzst.de → Información sobre el NIF y otras cuestiones fiscales.
- www.lohnsteuerhilfe.net → Visión general de las asociaciones de asistencia en materia de impuestos sobre la renta
- www.finanztip.de → Información explicada de forma sencilla sobre impuestos, dinero y finanzas
- www.deutsche-rentenversicherung.de → Información sobre el impuesto sobre la renta, las cotizaciones a la seguridad social y las pensiones

Contratos y teléfonos móviles

Contratos de telefonía móvil

El mercado de la telefonía móvil en Alemania es muy amplio. Hay muchos proveedores y muchos contratos y costes diferentes. En general, en Alemania hay dos tipos de contratos de telefonía móvil: **Contrato de prepago** y **contrato de duración determinada**.

- El contrato **de prepago** no tiene una duración fija. Usted recarga su móvil con dinero y puede usarlo para acceder a Internet o hacer llamadas.
- Con un contrato de **duración** determinada, hay un periodo mínimo de contrato. Suele ser de 12 a 24 meses. El contrato se renueva automáticamente si no lo cancelas. Si no quieres que el contrato se renueve automáticamente, debes cancelarlo por escrito. Preste atención al plazo de rescisión.

Tanto con un contrato de duración determinada como de prepago, puedes elegir entre tres opciones:

1. Con una tarifa plana, puedes hacer llamadas ilimitadas, enviar mensajes de texto y usar Internet hasta un determinado volumen de datos.
2. Con un paquete incluido, tienes una cuota fija de unidades para llamar y enviar mensajes de texto y un volumen fijo de datos para usar Internet, y pagas un precio fijo por ello. Cuando se agotan sus unidades, puede reservar unidades o volumen de datos adicionales. Normalmente tendrá que pagar más por ello.  **Nota:** en muchos proveedores, el

volumen de datos adicional se añade automáticamente cuando se agota el volumen de datos. Este volumen de datos adicional puede costar mucho dinero. Por lo tanto, es esencial que desconecte la reserva automática de volumen de datos (datos automáticos). Puede hacerlo a través del portal de clientes en línea o de la línea directa de su proveedor. Pida una confirmación por escrito de que ha desactivado el volumen automático de datos.

3. También puedes pagar directamente por cada llamada, cada SMS y cada uso de Internet. Esto suele ser más caro que con una tarifa plana o un paquete incluido, pero sólo pagas por lo que realmente usas. Y no hay costes ocultos.

Especialmente importante:

Nunca firmes nada que no entiendas o no sepas leer. De lo contrario, puedes acabar firmando un contrato o acuerdo en virtud del cual tengas que pagar por algo. A veces es muy difícil deshacer esto. Comprueba y compara siempre varias ofertas y tómate tu tiempo para decidir. No dejes que nadie te presione para firmar nada. ¿Quieres firmar un contrato? Comprueba bien las condiciones de antemano. Pregúntate si te conviene más un contrato de prepago.

10 preguntas importantes para firmar un contrato:

- ¿Cuál es la cuota básica? ¿Aumenta la cuota al cabo de cierto tiempo?
- ¿Hay una facturación mensual mínima (costes mínimos al mes)?
- ¿Cuál es la duración del contrato (por ejemplo, 12 o 24 meses)?
- Si no cancelo el contrato, ¿se renovará automáticamente?
- ¿Cuándo tengo que cancelarlo si no quiero prorrogar el contrato?
- ¿Cuánto cuesta la instalación, el cambio y la desactivación?
- ¿Cuál es el ciclo de facturación? ¿Tengo que pagar por cada minuto o parte de él?
- ¿Cuánto cuesta un minuto (red propia/externa)?
- ¿Cuánto cuesta un móvil con contrato y cuánto un móvil sin contrato?
- ¿Cuánto cuesta Internet?
- ¿Cuánto cuestan las llamadas internacionales?

Internet y WIFI gratuitos (hotspots gratuitos)

Internet móvil

Tienes Internet móvil en tu teléfono móvil. Es muy práctico. Puedes buscar algo en Internet mientras te desplazas. También puedes buscar una dirección. Internet cuesta dinero. Lo mejor es tener un contrato. Este contrato puede ser de duración determinada o de prepago. Encontrará más información [aquí](#).

💡 No necesita Internet para utilizar Integreat.

WLAN en casa

Si quiere tener Internet en su propia casa, necesita un router. Hay varias empresas que pueden venderle un router y un contrato. El mejor lugar para informarse es en los puntos de encuentro bajo [intercambio](#) local [y redes](#).

Puntos de acceso WLAN públicos y gratuitos en Ingolstadt

En Ingolstadt hay varios puntos de acceso WLAN gratuitos. Allí podrá navegar por Internet con su propio dispositivo.

Movilidad

♂ La movilidad en la vida cotidiana

La importancia de la movilidad

- La movilidad forma parte de la vida de todos.
- Significa poder moverse libremente y llegar a lugares importantes.
- La movilidad permite participar y da independencia.

Diferentes formas de movilidad

- Caminar
- En bicicleta
- En autobús o tren
- Viajar en coche

Ciudad y campo

En la ciudad: muchas opciones gracias al autobús, el tren y las distancias cortas.
En el campo: a menudo distancias más largas, el coche cobra más importancia.

Información en línea

Información sobre [coches, aparcamiento y transporte en Ingolstadt](#) se puede encontrar en línea.

Transporte público y bicicleta

Puedes llegar a muchos lugares de los alrededores en transporte público. También puedes ir en bici. El ejercicio es saludable. La bicicleta es barata. Además, es respetuosa con el medio ambiente.

Transporte público

Para llegar a su destino en Ingolstadt, puede utilizar el transporte público. Se trata de los autobuses y el ferrocarril.

💡 Si viaja sin billete, será sancionado. Debe tener un billete válido para cada viaje. De lo contrario, pagará una fuerte multa.



La aplicación VGI es el servicio de información de horarios de la Asociación de Transportes del Gran Ingolstadt para [smartphones iPhone](#) y [Android](#).



La aplicación DB Navigator: su compañero de viaje para el transporte local y de larga distancia, así como para el metro, el tranvía y el autobús. En la [página web](#) encontrará vídeos explicativos de las funciones.

Taxi en Ingolstadt

En Ingolstadt no existe una aplicación general para las empresas de taxis. Algunos trayectos en taxi pueden solicitarse a través de la app Uber. Por lo demás, sólo los conocidos buscadores pueden ayudar.

Bicicleta

¿Va a vivir una temporada en Ingolstadt? Entonces merece la pena comprar una bicicleta. Es más barato que viajar en transporte público.

💡 Normas de tráfico importantes para ciclistas (selección):

- Circule siempre por el lado derecho de la calzada.
- No circule uno al lado del otro, sino detrás.
- Si hay carril bici, debe circular por él (siempre por el lado derecho de la calzada en el sentido de la marcha).
- Los niños de hasta 11 años pueden utilizar los senderos peatonales en bicicleta.
- Está prohibido utilizar el teléfono móvil en bicicleta.

💡 Compra y reparaciones: Preste atención al comprar. Su bicicleta debe estar equipada como se indica a continuación. Esto significa que está en condiciones de circular. De lo contrario, tendrás que pagar una multa si te para la policía.

- Luces delanteras y traseras
- Reflector delantero y trasero
- Reflectores en los radios (2 por rueda)
- Reflectores en los pedales
- Timbre
- Dos frenos independientes

En Ingolstadt hay varias tiendas de bicicletas, algunas de ellas con taller.

Aparcamiento en Ingolstadt

📄 Información sobre el aparcamiento

Aquí encontrarás mucha información útil sobre el aparcamiento en Ingolstadt:
www.ingolstadt.de/Parken

Aparcamientos públicos

En la ciudad hay aparcamientos públicos, plazas de aparcamiento y aparcamientos subterráneos.

IFG también ofrece diversos servicios en sus aparcamientos.

Aparcamiento para residentes

Los residentes pueden aparcar en la vía pública. Se aplican ciertas normas y autorizaciones.

Aparcamientos especiales

También encontrará aparcamientos para

- Personas discapacitadas
- Motocicletas
- Estacionamientos de corta duración

Información actualizada

Puede comprobar en todo momento dónde hay aparcamientos gratuitos.

También hay aparcamientos especiales con normas especiales.

El servicio de vigilancia del tráfico (VÜD) controla el aparcamiento.

Encontrará información sobre el control del tráfico en:

www.ingolstadt.de/Verkehrs-überwachungsdienst/

Sistema de orientación de aparcamientos

El sistema de guiado de aparcamientos utiliza señales en la red de carreteras para indicarle dónde hay plazas libres en los aparcamientos.

Las señales se actualizan constantemente.

Así siempre sabrá en qué aparcamiento hay plazas libres en ese momento.

Servicio SMS

¿Desea recibir las plazas libres directamente en su teléfono móvil?

Entonces sólo tiene que enviar un SMS al número +49 (0) 1728275528.

Poco después recibirá un SMS de respuesta.

Contiene un resumen de los aparcamientos disponibles en Ingolstadt.

Resumen en línea

También puede consultar los aparcamientos disponibles en línea:

www.ingolstadt-ifg.de/parkin

Allí encontrará un resumen actualizado periódicamente.

Permiso de estacionamiento para residentes

Los residentes en el centro de la ciudad pueden aparcar en zonas especiales.

Con un permiso de estacionamiento para residentes, no tiene que sacar un ticket de estacionamiento allí.

- Solicitud: La primera solicitud y la renovación cuestan cada una 30 euros al año.
- Cambio por nueva matrícula: Si cambia de número de matrícula, la regularización cuesta 15 euros. Debe presentar el nuevo documento de matriculación del vehículo.
- Sustitución en caso de pérdida: Si pierde el carné, debe presentar una denuncia de pérdida. A continuación, puede solicitar un permiso de sustitución. La sustitución cuesta 15 euros. Debe personarse para ello.

Encontrará más información sobre el permiso de estacionamiento para residentes en:

www.ingolstadt.de/bewohnerparken

Permiso de estacionamiento para personas con discapacidad grave

Algunas personas con discapacidades graves pueden utilizar plazas de aparcamiento señalizadas.

Para ello necesitan un permiso de estacionamiento especial.

Puede solicitarlo en el ayuntamiento de su domicilio.

Encontrará más información al respecto en: www.ingolstadt.de/

Exenciones para determinados grupos profesionales

Los artesanos, los comerciales y los servicios sociales pueden solicitar un permiso de exención.

Esta autorización les permite aparcar en determinadas condiciones.

También puede encontrar más información al respecto en línea:

www.ingolstadt.de/Auto-Mobilität-Verkehr/

Visualización en directo de las estaciones de carga gratuitas a través de la aplicación SWI e-motion

La aplicación SWI e-motion te da acceso a las estaciones de carga de Stadtwerke Ingolstadt.

Puede encontrar la estación de carga adecuada más cercana en nuestro mapa.

Se muestran todos los puntos de carga accesibles para usted.

Puede activar una estación de carga directamente en la aplicación.

La aplicación muestra la disponibilidad actual, las tarifas y los posibles fallos.

La aplicación te ayuda a encontrar la ruta más corta a la estación de carga que elijas.

Encontrará más información y opciones de descarga [aquí](#) y [aquí](#).

Permiso de conducir y conducción de vehículos

¿Permiso de conducir y permiso de conducir?

El permiso de conducir puede ser muy útil. Sobre todo si vives en un pueblo o en una ciudad pequeña y alejada. A menudo no hay conexiones de transporte público. Entonces un permiso de conducir es útil.

💡 Permiso de conducir y permiso de conducir: los términos se confunden a menudo en la vida cotidiana. Hay una diferencia importante:

- El **permiso de conducir** es un permiso estatal para conducir un vehículo de motor por las vías públicas.
- Se divide en diferentes categorías de permiso de conducción, según el vehículo que se vaya a conducir.
- Para obtener el permiso de conducir hay que cumplir determinados requisitos, como la edad, la salud y los conocimientos teóricos y prácticos de conducción.
- Se adquiere el permiso de conducir y se recibe el **permiso de** conducir como prueba.
- La prohibición de conducir afecta al permiso de conducción.
- La retirada afecta al permiso de conducir.

¿Es válido mi permiso de conducir en Alemania?

¿Quiere conducir en Alemania? Entonces necesita un permiso de conducir alemán o de otro país de la UE.

Sólo puede conducir en Alemania con un permiso de su país de origen durante los seis primeros meses. Los seis meses empiezan con el primer registro policial en Alemania.

Debe llevar siempre consigo el permiso de conducir cuando conduzca. También debe llevar una traducción de su permiso de conducir al alemán.

¿Quiere conducir usted mismo después de seis meses? Entonces haga que le transfieran el permiso de conducir.

Si solo está de visita en Alemania, puede conducir con su permiso de conducir extranjero o internacional.

💡 Durante el procedimiento de asilo, todos sus documentos permanecerán en el BAMF. Normalmente no se los devolverán hasta que haya finalizado el procedimiento de asilo. Mientras tenga el permiso de conducir en la BAMF, no podrá conducir usted mismo.

¿Cómo puedo transferir mi permiso de conducir?

Póngase en contacto con su [oficina de permisos de conducir](#). Póngase en contacto con la oficina correspondiente antes de que caduque su permiso de conducir de seis meses. Debe acudir personalmente a la oficina del permiso de conducir. Allí tendrá que presentar varios documentos:

- DNI o pasaporte
- Confirmación de empadronamiento (registro policial)
- Fotografía biométrica de pasaporte
- Certificado de una prueba ocular (de un óptico u oftalmólogo)
- Confirmación de participación en un curso de primeros auxilios. Puede encontrar un curso en su zona, por ejemplo, en el ASB o en el Johanniter.
- Su permiso de conducir extranjero original (no basta con un permiso de conducir internacional). Por regla general, debe presentar también una traducción jurada al alemán.

- Una declaración de que su permiso de conducir extranjero sigue siendo válido.

La oficina del permiso de conducir decidirá entonces si su permiso de conducir se puede convertir sin examen. En caso contrario, deberá hacer primero el examen teórico y práctico. Esto depende del país en el que haya obtenido el permiso de conducir.

💡 Antes de hacer el examen, es conveniente asistir a una autoescuela. Alemania tiene muchas normas y señales de tráfico. Sin embargo, a diferencia de los que se sacan el carné de conducir por primera vez, usted no tiene que recibir clases de conducir.

¿Cómo puedo sacarme el carné de conducir alemán?

Para sacarse el carné de conducir por primera vez, proceda como sigue:

- Inscribese en una autoescuela. En Ingolstadt hay autoescuelas con profesores que hablan árabe y persa, por ejemplo. Puede encontrar autoescuelas en su zona en drivolino.de o fahrschulen.de.
- Participa en un curso de primeros auxilios. Puede encontrar un curso cerca de usted mediante la búsqueda en Internet. Introduzca las palabras "Curso de primeros auxilios para conductores principiantes de Ingolstadt". Hay cursos en línea y presenciales.
- Hágase una prueba ocular en una óptica o en un oftalmólogo. El examen ocular cuesta unos 7 euros. Algunas ópticas también ofrecen la prueba gratuita.
- Hágase una foto biométrica para el pasaporte.

¿Me pueden retirar el carné de conducir?

Si incumple normas de tráfico importantes, puede perder el permiso de conducir. Hay que distinguir entre la prohibición de conducir y la retirada del permiso de conducir.

- Si le prohíben conducir, debe entregar el permiso de conducir en la oficina de multas durante varios meses. Durante ese tiempo, no puede conducir. Una vez transcurrido el plazo, puede volver a recoger su permiso de conducir.
- En cambio, si le retiran el permiso de conducir, pierde su permiso estatal. Ya no puede conducir y no puede obtener un nuevo permiso de conducir. Debe solicitar un nuevo permiso de conducir. Y esto suele ser después de un periodo de suspensión y un examen médico-psicológico (MPU).

¿Cuándo me pueden retirar el permiso de conducir?

¿Ha acumulado 8 puntos de sanción? Estos son motivos para retirarle el permiso de conducir.

Recibirá puntos de penalización por diversas infracciones, por ejemplo si conduce demasiado rápido. ¿Ha puesto en peligro la circulación? ¿Ha conducido bebido?

💡 Los puntos de penalización también se conocen coloquialmente como "**puntos en Flensburg**".

¿Ha obtenido recientemente el permiso de conducir?

Entonces ha cumplido dos años de período de **prueba**. Ha infringido las normas de tráfico durante el periodo de prueba. Entonces tienes que asistir a un seminario de formación avanzada. También es posible que tengas que recibir asesoramiento psicológico. Tu periodo de prueba se prorrogará otros dos años.

¿No participas en el seminario de formación avanzada ni en el asesoramiento psicológico? Entonces se le retirará el permiso de conducir. Ejemplos de infracción de tráfico son, por ejemplo, saltarse un semáforo en rojo, conducir de noche sin luces o conducir ebrio.

💡 Aparcar mal no es una infracción de tráfico. En este caso, sólo tienes que pagar la multa.

Particularidades al circular en bicicleta

Pueden incluso prohibirte ir en bicicleta, aunque no necesites permiso de conducir.

Si te pillan borracho en bicicleta, te pueden prohibir conducir. Con una concentración de alcohol en sangre igual o superior a 1,6 por mil, la autoridad encargada de expedir el permiso de conducir puede ordenar una MPU. Una evaluación negativa o la negativa a someterse a una evaluación también pueden dar lugar a una prohibición de conducir.

Seguro de responsabilidad civil del automóvil

Seguro de responsabilidad civil del automóvil

¿Tiene un coche? ¿O una moto? ¿O de otro vehículo a motor? Entonces necesita un [seguro](#) de [responsabilidad civil](#) para [vehículos a motor](#).

Por "vehículo a motor" se entiende un vehículo a motor. Esto incluye coches, motos, autocaravanas, scooters, ciclomotores, quads, S-pedelecs y e-scooters.

Este seguro es obligatorio. Ningún vehículo puede matricularse sin un seguro de responsabilidad civil para vehículos de motor. Debe presentar la prueba de su seguro en la [oficina de matriculación](#).

💡 **También es obligatorio matricular el vehículo.**

💡 **Por cierto, esta obligación no sólo se aplica en Alemania, sino en todos los países de la UE.**

Hay muchos tipos de seguros de responsabilidad civil para vehículos de motor. Se diferencian por sus prestaciones y costes.

Estos factores influyen en el coste de su seguro:

- Importe de la cobertura (importe máximo que la compañía de seguros pagará en caso de siniestro)
- Siniestralidad (tiempo que lleva conduciendo sin accidentes)
- Kilometraje anual (cuántos kilómetros recorre al año)
- Tipo de vehículo (qué modelo conduce)
- Usuario del vehículo (quién lo conduce y qué edad tiene)
- Plaza de aparcamiento (si el vehículo está aparcado en un garaje o al aire libre)

- ¿Utilizan también su vehículo otras personas, como sus hijos? Asegúrate de que también están cubiertos por tu seguro de coche.

💡 Importante: ¡No conduzcas nunca sin seguro! Si provocas un accidente, las consecuencias pueden ser muy gravosas económicamente. Sobre todo en caso de daños personales, los costes pueden ascender rápidamente a millones.

La matriculación de un coche o vehículo

Matriculación de un vehículo

¿Tiene un **vehículo**? ¿O va a **comprarlo**? Esto incluye coches, motos, autocaravanas, scooters, ciclomotores, quads, S-pedelecs y e-scooters.

Y quiere conducir el vehículo en Alemania.

Entonces tienes que ir a la oficina de matriculación. Allí se matricula el vehículo.

En la oficina de matriculación necesitarás estos documentos:

- Su documento de identidad
- Documentación del vehículo
- Certificado de HU válido para el coche
- Justificante del seguro de responsabilidad civil del automóvil
- Justificante de su cuenta bancaria

Es posible que traiga su coche del extranjero.

Entonces tendrá que **llevar el coche** a la oficina de matriculación.

Allí matricula el coche a su nombre. Y en tu dirección alemana.

💡 El personal de la oficina de matriculación le asesorará.

Puede matricular su coche aquí:

[Oficina de matriculación de vehículos](#)

Compartir coche - Coche de alquiler

Compartir coche

¿Qué es el car sharing?

El car sharing es el uso compartido de vehículos. Es respetuoso con el medio ambiente y ahorra costes. El coche compartido puede combinarse con otros medios de transporte respetuosos con el medio ambiente, como autobuses, trenes y bicicletas.

Compartir coche y proteger el clima

Ingolstadt quiere reducir el tráfico en el centro de la ciudad. Menos coches en la ciudad ayudan a ahorrar CO₂ y hacen de Ingolstadt un lugar mejor para vivir. El coche compartido es una gran alternativa para las personas que no tienen coche propio o para los residentes en el centro de la ciudad que solo necesitan un coche ocasionalmente. Los estudiantes y los visitantes también se benefician de ello.

En Ingolstadt hay estaciones de car sharing de empresas como:

- [Flinkster](#)
- [book-n-drive](#)

Para utilizar un coche del sistema de car sharing, primero hay que registrarse en una empresa y obtener una tarjeta de cliente. Con la tarjeta de cliente puedes alquilar un coche.

□ Alquiler de coches

Un coche de alquiler es práctico si no tienes coche propio o si tu coche no está disponible. Muchas personas también utilizan un coche de alquiler cuando viajan, por ejemplo, de vacaciones o para una reunión de negocios.

Ventajas

- No dependes de autobuses ni trenes.
- Puedes elegir el coche que se adapte a tus necesidades: pequeño, grande o especialmente cómodo.
- Sólo pagas cuando realmente necesitas el coche.

Desventajas

- El alquiler de coches puede ser caro, sobre todo si reservas con poca antelación.
- Hay que prestar atención al seguro y a las condiciones del contrato.
- Los daños en el coche pueden acarrear costes elevados.

□ Conclusión: Un coche de alquiler ofrece flexibilidad y libertad, pero requiere una buena planificación y prestar atención a los costes.

💡 Puedes encontrar localizaciones y ofertas para Ingolstadt a través de las conocidas páginas web de búsqueda.

Práctica religiosa en Ingolstadt

Ingolstadt ofrece muchas oportunidades para practicar la religión.

Hay iglesias, mezquitas, salas de oración e iniciativas. Puede practicar su fe y conocer a otros creyentes. La ciudad apoya la diversidad de religiones y el diálogo. Esto garantiza una buena convivencia.

He aquí un resumen de lugares religiosos y ofertas para residentes y visitantes:

Cristianismo

👤 Iglesia católica: Ingolstadt es católica. Hay muchas iglesias y parroquias católicas. Iglesias importantes son:

* Liebfrauenmünster: Una gran iglesia gótica en el centro de la ciudad. Aquí se celebran oficios religiosos y eventos.

* St. Moritz: Una iglesia histórica en el centro. Aquí se celebran misas y oficios religiosos.

👤 Iglesia protestante: La comunidad protestante también es numerosa. Hay iglesias e

instalaciones:

- * St Matthew's: La iglesia protestante más grande. Ofrece servicios religiosos y programas culturales y sociales.
- * Christuskirche: Aquí se celebran servicios religiosos y eventos.

Islam

Los musulmanes disponen de mezquitas y salas de oración. Aquí pueden practicar su religión:

- * Mezquita de Ditib: pertenece a la Unión Turco-Islámica. Aquí se celebran las oraciones de los viernes y programas educativos y sociales.
- * Centro Islámico de Ingolstadt: Aquí se celebran actos religiosos y culturales.

Judaísmo

La comunidad judía es más reducida. Dispone de una sinagoga para servicios religiosos y actos culturales. Pregunte a la comunidad por la ubicación.

Budismo

- * Centro Budista Ingolstadt: Hay meditación, cursos y celebraciones para todos.

Hinduismo

Los hindúes utilizan templos y salas de oración en las ciudades vecinas. Los grupos organizan festivales y ceremonias.

Actos religiosos y festivales

En Ingolstadt hay festivales religiosos para todos los gustos. Muestran la diversidad de religiones y se puede aprender más sobre la fe.

Diálogo interreligioso

Ingolstadt promueve el diálogo entre religiones. Hay encuentros y actos que fomentan el entendimiento.

Ropa, hogar, alimentos

Además de los grandes almacenes y tiendas, las personas con poco dinero también tienen la oportunidad de comprar artículos baratos o de segunda mano.

Ropa y artículos para el hogar

Ropa, vajilla, juguetes y artículos deportivos y eléctricos de uso cotidiano pueden encontrarse muy baratos en tiendas de ropa y de segunda mano. Una tienda de segunda mano vende artículos usados en buen estado. También hay tiendas donde se pueden comprar cosas nuevas muy baratas.

Tiendas de ropa

Asociación de Distrito AWO Ingolstadt-Eichstätt e.V.

Tienda de ropa

📍 [Schulstr. 6](#)

85049 Ingolstadt

Horario de apertura:

Teléfono: [+49 \(0\) 84193769871](tel:+49(0)84193769871)

Martes y jueves

de 8.30 a 12.30 horas

(cerrado en periodos vacacionales)

Cámara de la ropa del centro de distrito de Cáritas Ingolstadt

📍 [Jesuitenstraße 1](#)

85049 Ingolstadt

Contacto:

Tel: [+49 \(0\) 841309126](tel:+49(0)841309126)

@k reissteile@caritas-ingolstadt.de

Grandes almacenes de segunda mano

Por ejemplo

- Electrodomésticos, lavadoras, frigoríficos
- televisores, radios ...
- lámparas
- bicicletas
- Artículos de ocio y deporte
- Material de jardinería
- Material de bricolaje
- Libros, juguetes
- Discos, casetes y CD
- Ropa y textiles
- Artículos para el hogar
- muebles

Mercado de Cáritas

Carl-Benz-Ring 14 - 18

85080 Gaimersheim

Número de teléfono [+49 \(0\) 84149018615](tel:+49(0)84149018615)

Correo electrónico c ww.cari@caritas-ingolstadt.de

Mercado de segunda mano:

De lunes a viernes: de 09:00 a 12:00 y de 13:00 a 18:00

Sábado: 09:00 a 14:00

Mercadillo de ropa y libros:

De lunes a viernes: de 09:00 a 12:00 y de 12:30 a 18:00

Sábado: 09:00 a 14:00

📍 Autobús línea 50 Ingolstadt-Gaimersheim, parada Mittlere Heide, 10 minutos a pie

Tienda de segunda mano "compra y ayuda" bajo los auspicios de ejisa Ingolstadt e.V.

📍 [Oberer Grasweg 18](#)

85055 Ingolstadt

Contacto:

Tel: [+49 \(0\) 84188563820](tel:+49084188563820)

🌐 [Tienda de segunda mano Kaufen-und-helfen](#)

Productos alimenticios

Ingolstädter Tafel e.V.

📍 [Proviantstraße 1](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841 33 491](tel:084133491)



[0841 93 19 060](tel:08419319060)

🕒 Distribución de alimentos: miércoles de 10.00 a 13.00 horas

🕒 Horario de oficina: Martes de 10.00 a 12.00 horas

El banco de alimentos distribuye alimentos una vez a la semana a las personas necesitadas que dispongan de una tarjeta de autorización. Puede solicitarla los martes en el horario de oficina mencionado.

Tiempo de cosecha

Ahora es tiempo de cosechar fruta

En muchas partes de la ciudad crecen árboles frutales.

Cualquiera puede recoger fruta allí, gratuitamente.

La fruta es **sólo para uso personal**.

¿Qué fruta puedo recoger?

Por ejemplo, hay

- Manzanas
- cerezas
- membrillos
- peras
- ciruelas

- Saúco
- endrinas
- Avellanos y nogales

Estos árboles y arbustos crecen en parques y a lo largo de caminos.
En Ingolstadt hay unos 30 en total.

Algunos tipos de fruta son muy conocidos.
Otros son raros o buenos para las personas alérgicas.

¿Dónde puedo encontrar la fruta?

En la página web de la ciudad de Ingolstadt hay un resumen:

- Vaya al geoportal de la ciudad: [Plano de la ciudad](#)
- Haga clic en la sección Medio ambiente y naturaleza.
- Seleccione el punto Fruta en la ciudad.

Allí encontrará un mapa con símbolos de manzanas.
Los símbolos indican dónde se puede recoger fruta.
También hay fotos y descripciones de las variedades de fruta.

También puede ir directamente a la página web del centro de jardinería.

[Centro de jardinería](#)



Importante:

El huerto del centro de jardinería ya no está abierto.
Ya no está permitido recoger fruta allí.
El motivo: seguridad y responsabilidad.

Por favor, respete las siguientes normas al recoger fruta:

- Coge sólo la fruta que necesites.
- Manipule los árboles y los prados con cuidado.
- Recoge bajo tu propia responsabilidad.
- 💡 Nadie es responsable si te haces daño.

¿Has perdido algo?

¿Ha perdido algo?

¿Ha perdido las llaves o la cartera o se ha olvidado el bolso en el autobús?

💡 Si ha perdido sus documentos de identidad o se los han robado, comuníquelo a la policía.
Sólo se le expedirán documentos de sustitución si denuncia la pérdida.

🔄 Objetos perdidos en el término municipal: [denuncia de objetos perdidos y denuncia de extravío](#)

- ¿Ha encontrado un objeto perdido? Entonces debe comunicarlo a la oficina de objetos perdidos o devolverlo directamente al propietario.

- También puede entregar los objetos encontrados a la policía.
- ¿Ha perdido un objeto de valor? En ese caso, puede comunicarlo a la oficina de objetos perdidos.

Fundbüro | Fundsachen

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @fundamt@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413051502](tel:+49(0)8413051502)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Service/B%C3%BCrgerserv...>

💡 Si ha perdido u olvidado algo en el autobús o el tren, puede informarse en la VGI y buscarlo en Internet.

VGI Kundencenter Ingolstadt | ÖPNV im VGI-Verbundgebiet

📍 [Mauthstraße 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @info@vgi.de

☎ [+49 \(0\) 84197439333](tel:+49(0)84197439333)

🌐 https://www.invg.de/service_kundencenter

Horario de atención telefónica en el centro de atención al cliente de la VGI

🕒 De lunes a viernes: de 08:00 a 18:00
Sábado: de 09:00 a 13:00

Aviso por sirena y altavoz

Pruebas de sirenas y su significado en Ingolstadt

En Ingolstadt se realizan pruebas de sirenas todos los meses. Esto significa que se prueban las sirenas.

Las sirenas también se prueban en los días de alerta nacional.

Qué significan las sirenas

Las sirenas nos advierten de peligros como incendios u otras emergencias. También son importantes para la protección civil.

Las señales de las sirenas:

Tres tonos continuos  (🔊 encendido durante 12 segundos, pausa de 12 segundos, tres veces):

- Significa que se está avisando a los bomberos.



Tono ululante largo, ascendente y descendente

(🔊 1 minuto):

- Existe un gran peligro.
- Escuche la radio o vea la televisión para informarse.
- Dependiendo del riesgo local de peligro, también significa que todas las ventanas y puertas deben cerrarse inmediatamente.
- No encienda chispas, por ejemplo, en una cocina de gas.
- No fume.
- Desconecte el aire acondicionado.
- No permanezca al aire libre.
- Deje a sus hijos en la guardería o en el colegio.
- Ayude a otros transeúntes vulnerables y acójalos.
- Sólo haga llamadas telefónicas en caso de emergencia absoluta, ya que las líneas telefónicas estarán saturadas.
- Utilice únicamente los números de emergencia 110 y 112.

Todo despejado:



- Un tono constante durante 1 minuto.
- El peligro ha pasado.

Alarmas de prueba y pruebas

- Dos veces al año se realizan pruebas de alarma en toda Baviera.
- También se prueban aplicaciones de alerta como NINA y KATWARN.
- Las alertas también se envían a los teléfonos móviles en forma de mensajes push.
- El Ministerio del Interior bávaro anuncia con antelación cuándo tendrán lugar las pruebas.
- Estas pruebas no son peligrosas.

Para más información

💡 Encontrará las fechas y más información en la [página web](#) 🌐 [del Ministerio del Interior de Baviera](#).

💡 La Oficina Federal de Protección Civil dispone de un folleto con consejos para casos de emergencia. El folleto se llama 🌐 ["Katastrophen Alarm"](#) y está disponible en alemán, inglés y francés.

Aplicaciones de protección civil

Aplicaciones de protección civil: KATWARN y NINA

La policía, los bomberos y las autoridades utilizan aplicaciones para avisar a la población de atentados, riesgos naturales o bombas.

Las alertas se emiten por radio, televisión o altavoces de la policía. También a través de sirenas o las redes sociales. También hay apps de prevención de catástrofes. Por regla general, los mensajes de alerta deben difundirse de tantas formas como sea posible. Así se

garantiza que se pueda llegar a la mayor parte posible de la población.

La app NINA (app de emergencia, información y noticias) está gestionada por la Oficina Federal de Protección Civil y Asistencia en Catástrofes. La aplicación contiene

- Información de los servicios de protección civil
- el Servicio Meteorológico Alemán,
- los centros de situación de los estados federados y
- los centros de control de incendios y salvamento conectados de ciudades y municipios.

 [Haga clic aquí para descargar la aplicación para teléfonos inteligentes Android.](#)

 [Puede descargar NINA para iPhones](#) aquí.

La aplicación KATWARN ha sido desarrollada por encargo de las aseguradoras públicas. Además de las alertas nacionales del Servicio Meteorológico Alemán, la aplicación KATWARN también distribuye mensajes regionales o para toda Baviera. KATWARN también envía mensajes del sistema modular de alertas del gobierno federal (MoWaS) y también se utiliza a nivel internacional.

 Haga clic aquí para el enlace en la [App Store de Apple](#).

 Haga clic aquí para el enlace en [Google](#) Play.

Aplicación DWD Warn Weather del Servicio Meteorológico Alemán. Proporciona a sus usuarios información sobre la situación meteorológica actual. En toda Alemania o en las regiones. Puedes suscribirte a la información de las localidades seleccionadas o de tu propia localidad. Esta aplicación avisa de condiciones meteorológicas adversas como

1. Tormentas, nieve y hielo,
2. inundaciones, tormentas, avalanchas y calor.
3. Por supuesto, la aplicación también incluye previsiones meteorológicas, precipitaciones y mapas del tiempo.
4. Los avisos de esta aplicación también se envían a NINA y KATWARN.

 Haga clic aquí [para ver DWD Warn Wetter en Google Playstore](#).

 Haga clic aquí para la [aplicación DWD Warn Wetter para dispositivos Apple](#).

 También interesante: Así [funciona la localización a través del teléfono móvil en caso de emergencia - enviar ubicación](#).

Consejos de seguridad para bañarse en el lago y el río

Nadar en un lago o río puede ser muy divertido, pero es importante hacerlo con seguridad. Aquí tienes unos sencillos consejos que debes tener en cuenta:

1. **No nades solo:** Ve siempre a nadar con amigos. Si necesitas ayuda, nadie más puede ayudarte.
2. **Presta atención al tiempo:** No nades cuando haya tormenta o viento fuerte. Es peligroso.
3. **Nada sólo en lugares seguros:** Métete en el agua sólo donde esté permitido y donde naden otras personas. A menudo hay señales que indican dónde está permitido nadar.
4. **Comprueba la profundidad del agua:** Nunca te tires a aguas desconocidas. Podría ser demasiado poco profunda o podría haber piedras en el agua.
5. **No nades demasiado lejos:** Mantente cerca de la orilla. Si te cansas, te será más fácil volver.
6. **Cuidado con las corrientes:** En los ríos suele haber corrientes que pueden arrastrarte. Ten cuidado y no nades a contracorriente.
7. **Cuidado con los niños:** Los niños deben estar siempre bajo la supervisión de un adulto cuando jueguen en el agua.
8. **Utilice ayudas para nadar:** Si no eres un buen nadador, utiliza un chaleco salvavidas o alas acuáticas.
9. **Escucha a tu propio cuerpo:** Si tienes frío o estás cansado, sal del agua. Tu cuerpo necesita un descanso.
10. **No lles botellas de cristal:** El vidrio puede romperse y causar lesiones. Utiliza botellas de plástico o latas.

💡 Con estos consejos, podrás bañarte con seguridad en el lago o el río y disfrutar del verano. Ten cuidado y cuídate.



Stadt Ingolstadt

Vorsicht! • Caution Prudence • الحذر

im Sommer
in summer

en été
في الصيف



Consejos de seguridad para el hielo en el lago y en el río

Los lagos y ríos pueden congelarse en invierno. Esto puede ser bonito y divertido, pero también peligroso. Aquí tienes unos sencillos consejos para mantenerte a salvo:

1. **Comprueba el hielo:** Salga al hielo sólo si es lo bastante grueso. Debe tener al menos 10 centímetros de grosor. Pregunte a alguien que sepa si el hielo es seguro.
2. **No salgas solo:** Ve siempre acompañado. Así, alguien podrá ayudarte si ocurre algo.
3. **Evita las zonas heladas:** No te acerques a puentes, juncos o lugares con agua corriente. Allí el hielo suele ser más fino.
4. **Presta atención a las señales de advertencia:** Fíjate en las señales que te avisan de que el hielo no es seguro. No te adentres en el hielo.
5. **Lleva ropa de abrigo:** Abrígate bien para no congelarte. Lleve varias capas de ropa.

6. **Lleve equipo de rescate:** Lleve una cuerda o una pértiga. Si alguien cae al hielo, puedes utilizarlos para ayudarlo.
7. **Cuidado con las grietas:** Si ves grietas en el hielo o éste se resquebraja, vuelve a la orilla **inmediatamente**.
8. **Supervise a los niños:** Los niños nunca deben salir al hielo sin la supervisión de un adulto.
9. **Evite las zonas heladas en la oscuridad:** No salgas al hielo en la oscuridad. Es más difícil ver y ser visto en caso de peligro.
10. **Conozca los primeros auxilios:** ¿Sabes qué hacer si alguien se cae en el hielo? Pide ayuda **inmediatamente** e intenta sacar a la persona del agua con una cuerda o un palo.

💡 Con estos consejos, puedes mantenerte seguro en el hielo y disfrutar del invierno. Ten cuidado y cuídate a ti mismo y a los demás.



Stadt Ingolstadt

Vorsicht! • Caution
Prudence • الحذر

im Winter
In winter

en hiver
في الشتاء



Cultura, ocio, deporte

"Ingolstadt_live": la nueva plataforma de ocio y experiencias

Bienvenido a Ingolstadt_live

La nueva plataforma de ocio y aventura de Ingolstadt

Ingolstadt tiene una nueva página web: www.ingolstadt.live.

En ella, visitantes y residentes pueden encontrar multitud de ideas para actividades de ocio y experiencias en la ciudad.

Lo que se puede descubrir en el sitio

- la actualidad de la ciudad
- Lugares de interés y museos
- Visitas guiadas y ofertas culturales
- Consejos para excursiones en bicicleta y a pie
- Información sobre hoteles y restaurantes
- Consejos de viaje

💡 La plataforma muestra todo lo importante de un vistazo, tanto si está de excursión como si vive en la ciudad.

Especialmente práctico: el contenido se actualiza todos los días.

También hay nuevas funciones de forma continua:

- mejores filtros para el calendario de eventos
- mapas de excursiones y lugares de interés
- un asistente digital llamado Viktor, que le ayuda a encontrar rápidamente la información adecuada

Para organizadores de eventos: cómo introducir sus eventos

💡 **Ingolstadt_live** pretende ser una plataforma para todos, no sólo para la administración municipal.

Si está planeando un evento en Ingolstadt, puede publicitarlo fácilmente.

Así es como funciona:

- Visite la página ems.ingolstadt.live
- Regístrese una vez - es gratis
- Introduzca su evento - es rápido y fácil
- Cualquiera puede participar: Clubes, organizaciones culturales, empresas, particulares.

💡 Así se crea una oferta conjunta para todos: desde el deporte hasta la música, pasando por las fiestas de la ciudad.

Su ventaja:

Ingolstadt_live le permite llegar a más gente.

Y todo el mundo se entera de lo que pasa en Ingolstadt.

¿Necesitas ayuda para registrarte o tienes preguntas sobre la plataforma?

Ponte en contacto con el equipo de Ingolstadt_live.

Encontrarás los datos de contacto directamente en la página web o en ☎ +49 (0) 8413053004

Bibliotecas

En una biblioteca o librería puedes pedir prestados libros, CD, material didáctico y ayudas al aprendizaje para llevártelos a casa. Para ello necesitas el carné de la biblioteca. Puede obtenerlo en su biblioteca local. También puedes estudiar o leer tranquilamente.

Más información en el sitio.

Biblioteca de Herzogskasten

La biblioteca se encuentra en las históricas Herzogskasten, en el centro de la ciudad. Aquí encontrará medios para todas las edades y gustos en seis plantas. En las Herzogskasten hay disponibles unos 100.000 ejemplares.

El edificio también es apto para visitantes discapacitados gracias a una rampa de acceso y un ascensor.

Biblioteca Municipal de Ingolstadt - sede principal de la Herzogskasten



[Hallstraße 2-4](#)

85049 Ingolstadt

☎ 0841 305-3839



0841 305-3849

@s [tadtue](#) cherei@ingolstadt.de

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Stadtbücherei/>

🕒 Lun - Vie 10:00 - 18:00

Sáb. 10:00 - 15:00

La biblioteca del distrito de Südwest es una biblioteca pública orientada a las familias. También es una biblioteca escolar para las tres escuelas del centro escolar. Los alumnos del centro escolar toman libros prestados gratuitamente.

El recinto escolar está vallado. El acceso al buzón de devolución de medios de comunicación y a la biblioteca sólo es posible en días lectivos

🕒 de lunes a jueves, de 7.00 a 17.45 horas; viernes, de 7.00 a 15.00 horas;

y durante las vacaciones escolares en el horario de apertura de la biblioteca de distrito.

Biblioteca municipal - Biblioteca del distrito suroeste



[Maximilianstraße 25](#)

85051 Ingolstadt

 0841 305-3823



0841 305-3826

@s tadttei@lbuecherei.sw@ingolstadt.de

 <https://www.ingolstadt.de/Stadtteilbücherei-Südwe...>

 De lunes a jueves, de 10.00 a 17.00 h. Viernes, de 10.00 a 14.00 h.

Vacaciones escolares 10 - 14 h

Vacaciones de verano

Lun + Mar 10 h - 14 h

Mier - Vie cerrado

El autobús del libro de Ingolstadt: en marcha para usted

El bibliobús es la sucursal móvil de la biblioteca municipal. Actualmente realiza 32 paradas cada dos semanas. El bibliobús es especialmente popular entre los niños y los padres, que aprecian la proximidad a sus hogares. Los carnés de lectura se expiden en el propio autobús.

Hay unos 4.000 soportes disponibles en el autobús. La gama incluye

- No ficción para ocio y educación,
- novelas,
- libros infantiles y juveniles,
- DVD, CD de música, CD infantiles,
- audiolibros,
- juegos NintendoDS
- y revistas.

Estaremos encantados de conseguirle títulos de todo el fondo de la biblioteca pública o de reservarle títulos prestados.

El bibliobús también puede utilizarse con andadores o sillas de ruedas.

Biblioteca municipal - bibliobús



[Maximilianstraße 25](#)

85051 Ingolstadt

 0841 305-3821



0841 305-3826

@b uecherb@us@ingolstadt.de

 www.ingolstadt.de/Bücherbus/

Más tiempo para las familias: vacaciones y ocio

Más tiempo para las familias: vacaciones y ocio que hacen bien

Las vacaciones en familia aportan maravillosas experiencias compartidas. Padres e hijos dejan atrás la vida cotidiana. Descubren nuevos lugares y se conocen mejor.

Todas las familias deberían poder irse de vacaciones. Los centros de vacaciones familiares sin ánimo de lucro contribuyen a ello. Llevan más de 50 años ayudando a las familias. Hay casas de vacaciones sencillas, campings, castillos y hoteles. Las familias pasan sus vacaciones junto al mar, en la montaña o en lagos.

Ocio para grandes y pequeños

Los centros de vacaciones familiares se centran en actividades conjuntas. Padres e hijos juegan juntos y exploran la naturaleza. Los niños prueban nuevas aficiones. Participan en cursos deportivos y realizan emocionantes excursiones. Los profesores imparten cursos sobre educación, salud y ejercicio. Los padres pueden relajarse y recargar las pilas durante este tiempo. Las familias monoparentales se benefician especialmente de estos programas.

Ayuda a las familias con pocos recursos

Las familias con pocos ingresos pueden encontrar ofertas de vacaciones asequibles. Muchos Estados federados ayudan a sufragar los gastos. Los portales de familia de los estados federados o www.urlaub-mit-der-familie.de ofrecen toda la información y consejos sobre subvenciones.

Vacaciones en Baviera y en todo el país

Las familias reciben ayudas económicas en Baviera. Esto se aplica a las estancias en centros de vacaciones familiares sin ánimo de lucro. Encontrará más información en www.zbfs.bayern.de.

Curas para madres y padres con hijos

Los padres que se sienten agotados pueden encontrar ayuda. La Müttergenesungswerk ofrece asesoramiento en más de 1.400 centros de Alemania. Los asesores ayudan a preparar curas de salud. Estas curas fortalecen el cuerpo y el alma. Los padres adquieren nuevas fuerzas para su vida familiar cotidiana.

💡 Pueden encontrar apoyo en [Cáritas](http://Caritas.org), [Arbeiterwohlfahrt](http://Arbeiterwohlfahrt.org) o [Diakonisches Werk](http://DiakonischesWerk.org).



Ofertas para mujeres

IN VIA - Ofertas para mujeres - La vida en Baviera

IN VIA Bayern e.V.

Esta asociación apoya a niñas y mujeres mediante programas y proyectos sociales. Los actos están dirigidos a mujeres y niños de todas las nacionalidades.

IN VIA Bayern e.V. | Veranstaltungen für Frauen und Kinder aller Nationalitäten

📍 [Maistraße 5, 80337 München](#)

✉ [@info@invia-bayern.de](mailto:info@invia-bayern.de)

☎ [+49 \(0\) 89512661911](tel:+49(0)89512661911)

🌐 <https://www.invia-bayern.de/angebote/migration-in...>

Los cursos están organizados por el Ministerio de Interior, Deporte e Integración del Estado de Baviera:

- para personas de origen inmigrante con derecho a estancia permanente,
- solicitantes de asilo con buenas perspectivas de estancia
- Personas que estén en posesión de un "Beschäftigungsduldung" según el artículo 60d de la Ley de Residencia.

Realidad de la vida en Baviera

El proyecto "Lebenswirklichkeit in Bayern" es un programa para mujeres y niños de origen inmigrante con derecho a permanecer en Baviera.

El objetivo es reforzar la confianza de las mujeres en sí mismas y sus propias capacidades.

La vida en su nuevo hogar suele ser un reto para las mujeres extranjeras. Por ello, necesitan apoyo y orientación competentes para familiarizarse con la cultura y los valores alemanes.

Las participantes en el proyecto reciben apoyo en sus esfuerzos de integración mediante actividades prácticas y cotidianas. Aprenden a organizar activamente su vida cotidiana y a participar en la vida social. Se reconocen, valoran y fomentan su cultura y sus recursos existentes.

Encontrará toda la información aquí  [IN VIA BAYERN E.V. - Lebenswirklichkeit in Bayern](#)

La vida en Baviera

El objetivo del curso es proporcionar a los participantes ayuda práctica para su vida en Baviera y familiarizarles con nuestro modo de vida.

- ¿Cómo funciona la vida cotidiana en Baviera?
- ¿Cómo queremos convivir?
- ¿Cuáles son los valores subyacentes?
- ¿Qué es importante para nuestra convivencia pacífica?

Jornada de natación femenina en la piscina cubierta de Südwest

Jornada de natación femenina en la piscina cubierta de Südwest

La piscina cubierta de Südwest organiza periódicamente jornadas de natación para mujeres.

- Ese día, las niñas y las mujeres pueden utilizar la piscina y nadar tranquilamente.
- Sólo se permite la entrada a mujeres mayores de 12 años.
- Las niñas y los niños menores de 12 años no pueden participar.

¿Cuándo son las próximas fechas?

Las fechas actuales pueden consultarse en la [página web de la piscina](#) cubierta, en la sección "Día de la natación femenina".

¿Por qué hay un día de natación para mujeres?

Muchas mujeres acuden porque quieren sentirse libres y seguras mientras nadan.

- Una supervisora cuida de las nadadoras.
- Todas las ventanas de la zona de baño tienen mosquiteras.
- El precio de la entrada es el mismo que el de la piscina normal.

- Atención:
 - En la piscina cubierta sólo se permiten pequeños tentempiés.
 - No se permiten botellas de vidrio.
 - El bañador es obligatorio.

¿Quién organiza la iniciativa?

Ingrid Gumplinger, responsable de integración de la ciudad de Ingolstadt, invita cordialmente a todas las mujeres.

La iniciativa es el resultado de la cooperación entre la Responsable de Integración, el Consejo de Migración, la Responsable de Igualdad de Oportunidades y la Responsable de Inclusión. Freizeitanlagen GmbH de Stadtwerke Ingolstadt apoya la organización.

Stadtwerke IN | Hallenbad Südwest

📍 [Lindberghstraße 71, 85051 Ingolstadt](#)

☎ [+49 \(0\) 8008000230](#)

🌐 <https://sw-i.de/freizeit/hallenbad-suedwest/>

Ofertas para mayores

☐☐ Cada vez más personas mayores en Alemania.

- ☐ En 2020 vivían en Alemania unos 18,3 millones de personas mayores de 65 años.
- ➔ Es decir, más del 22% de la población.
- ☐ Esta cifra sigue aumentando cada año.

☐☐ ¿Qué significa esto?

- Muchas personas mayores necesitan ayuda en la vida cotidiana o cuidados.
- Cuanto mayor eres, más a menudo necesitas ayuda.
- Algunos viven solos, lo que significa que tienen menos contactos sociales.
- Pero socializar es importante, sobre todo para la salud mental.

Ofertas para personas mayores en Ingolstadt

☐ Trabajo para personas mayores en Ingolstadt

☐ En la página web de la ciudad de Ingolstadt www.ingolstadt.de/Seniorenarbeit encontrarás

- Personas de contacto que pueden ayudar con preguntas,
- información sobre instalaciones de ocio,
- consejos y ayuda para la vida cotidiana en la vejez.

☐ Envejecer en Ingolstadt

□ Ingolstadt es una ciudad joven: aquí viven muchos niños y jóvenes.
Pero en Ingolstadt también viven muchas personas mayores, y cada vez son más.

□ **Envejecer significa:**

- nuevas oportunidades para una buena vida,
- pero también nuevas tareas y retos.

□ **¿Qué es importante en la vejez?**

- □ Contactos sociales
- □ Actividades conjuntas
- □□□□ Encuentros con otras generaciones
- □ Participación y pertenencia
- □ Cultura y educación
- □ Aprender y seguir formándose
- □ Ayudar en la sociedad - por ejemplo en clubes y sociedades

□ Hay muchas oportunidades para ello.

□ **Red "Envejecer de forma autodeterminada".**

- □ Hay una red en Ingolstadt.
- □ Muchas organizaciones colaboran allí.
- □ Objetivo: mejorar aún más los servicios para las personas mayores.

Seniorenbüro - die Kontaktstelle in Ingolstadt für alle Fragen rund ums Älter werden

📍 [Fechtgasse 6, 85049 Ingolstadt](#)

@ seniorenbuero@ingolstadt.de

☎ [+498413052830](tel:+498413052830)

🌐 <http://www.ingolstadt.de/buergerhaus>

□□♂ **Salud, educación y ocio**

En la página web de la ciudad de Ingolstadt www.ingolstadt.de/Leben/Senioren/Gesund-fit-aktiv encontrarás

- □ Persona de contacto para preguntas,
- □ Consejos para actividades de ocio,
- □ Información y ayuda sobre cómo envejecer.

Intercambios y redes

Ingolstadt ofrece muchas oportunidades para la creación de redes y el intercambio mutuo.

Centros de barrio en Ingolstadt

En Ingolstadt hay varios centros de barrio. Ofrecen diversos servicios, como asesoramiento, cursos y eventos. Los servicios suelen ser gratuitos o cuestan poco dinero a los vecinos del barrio.

¿Vive en el barrio de Piusviertel?

Stadtteiltreff Piusviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Piusviertel , Sie sind herzlich willkommen

 [Pfitznerstr. 19a, 85057 Ingolstadt](#)

 @stadtteiltreff-piusviertel@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 84130545840](tel:+49(0)84130545840)

 [https://www.ingolstadt.de/Stadtteiltreff Piusvier...](https://www.ingolstadt.de/Stadtteiltreff_Piusvier...)

En el punto de encuentro del barrio de Piusviertel hay diversas ofertas para el vecindario. Si tiene preguntas o simplemente quiere conocer a gente del barrio, aquí será bienvenido. Encontrará más información sobre las ofertas actuales y los horarios de apertura en la [página web](#).

¿Vive en el barrio de Augustinviertel? ¿O vive en el barrio de Monika?

Stadtteiltreff im Augustinviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Augustin- und Monikaviertel , Sie sind herzlich willkommen

 [Stollstrasse 2, 85053 IngolstadtIngolstadt](#)

 @stadtteiltreff-augustinviertel@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 84130545820](tel:+49(0)84130545820)

 <https://www.ingolstadt.de/Leben/Soziales-Wohnen/S...>

También hay un punto de encuentro vecinal en el Augustinviertel. Aquí puede participar en eventos. Puede obtener asesoramiento o simplemente encontrar un lugar donde socializar. Encontrará más información en la [página web](#) del centro de encuentro.

¿Vive en el Konradviertel?

Stadtteiltreff im Konradviertel | Sozialer Treffpunkt für alle Bewohner aus dem Konradviertel , Sie sind herzlich willkommen

📍 [Oberer Taubentalweg 65, 85055 Ingolstadt](#)

@ stadtteiltreff-konradviertel@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130545830](tel:+49(0)84130545830)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Konradviertel>

En el Konradviertel también se celebran muchos actos y cursos. Ya sea joven o mayor, hay algo para todos los gustos. Encontrará las ofertas exactas y los horarios de apertura en la [página web](#) del centro de reunión del barrio.

Café Internacional

☕ ¿Qué es el Café Internacional?

☐☐☐☐ Café International es un lugar de encuentro abierto a todas las personas, independientemente de su país, idioma o religión.

☐ La gente lleva reuniéndose allí desde 2016 para pasar tiempo juntos.

☐ El café está organizado conjuntamente por:
el servicio de migración juvenil ☐☐,
la Oficina de Asuntos Sociales de la ciudad de Ingolstadt ☐,
la Cantina Internacional ☐,
y voluntarios ☐♂☐♀.

¿Cuándo y dónde?

Atención: los lugares cambian. Puede consultar los horarios en



[Café International.](#)

☐ Lugar: Vestíbulo del taller en el Teatro Municipal de Ingolstadt ☐.

☐ Días: lunes y miércoles

☐ Hora: de 15:00 a 17:30

Stadttheater Ingolstadt | Café International

📍 [Schloßlande 1, 85049 Ingolstadt](#)

@ integrationslotsin@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550298](tel:+49(0)84130550298)

🌐 <https://theater.ingolstadt.de/mitmachen-vermittlu...>

Centro comunitario - centro multigeneracional de la ciudad de Ingolstadt

Bürgerhaus Neuburger Kasten | Familienbildung

📍 [Fechtgasse 6, 85049 Ingolstadt](#)

@ buergerhaus@ingolstadt.de

☎ [+4984130550053](tel:+4984130550053)

🌐 <http://www.buergerhaus-ingolstadt.de/Organizer.as...>

Bürgerhaus "Alte Post" | Treffpunkt

📍 [Kreuzstraße 12, 85049 Ingolstadt](#)

@ buergerhaus@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 84130550051](tel:+49(0)84130550051)

🌐 <http://www.buergerhaus-ingolstadt.de/Index.aspx?M...>

En el centro comunitario se reúnen personas de todas las edades y culturas. Es un lugar donde todo el mundo es bienvenido. Encontrará más información en la [página web](#)

IN VIA Bayern e.V. - Realidad de la vida en Baviera

Esta asociación apoya a niñas y mujeres mediante [programas y proyectos sociales](#). Los actos están dirigidos a mujeres y niños de todas las nacionalidades.

IN VIA Bayern e.V. | Veranstaltungen für Frauen und Kinder aller Nationalitäten

📍 [Maistraße 5, 80337 München](#)

@ info@invia-bayern.de

☎ [+49 \(0\) 89512661911](tel:+49(0)89512661911)

🌐 <https://www.invia-bayern.de/angebote/migration-in...>

Encontrará información [aquí](#).

Asociaciones y clubes culturales

En Ingolstadt hay muchas asociaciones que ofrecen proyectos culturales y sociales. El responsable de integración de la ciudad colabora estrechamente con el Consejo de Migración y otros organismos para coordinar estos programas.

Encontrará una lista de las organizaciones culturales de Ingolstadt en la [página web](#) de la ciudad.

Saludable, en forma y activo en la vejez

Saludable, en forma y activo en la vejez

El ejercicio mantiene el cuerpo y la mente sanos. Ningún medicamento puede sustituirlo. Si haces ejercicio con regularidad, te mantienes en forma. El ejercicio fortalece la coordinación y mejora la calidad de vida.

La ciudad de Ingolstadt ayuda a las personas mayores a mantenerse activas. Se ofrecen muchos programas. Encontrará apoyo en los ámbitos de la salud, la educación y el ocio.

Nuestras ofertas de un vistazo:

Oficina de la Tercera Edad: Aquí encontrará respuesta a todas sus preguntas sobre la vejez. El asesoramiento es amable y competente.

Centro de contacto de autoayuda: Aquí se reúnen afectados, especialistas y grupos de autoayuda. El intercambio ayuda y fortalece.

Salud y deporte: Hay muchos cursos de salud y programas deportivos. El baile sentado es especialmente popular. Esta forma de ejercicio está pensada para personas que ya no pueden estar de pie. La música, los pasos sencillos y las pequeñas coreografías son divertidos. Fortalecen los músculos, la coordinación y la resistencia. Al mismo tiempo, entrenan la memoria.

IngolstadtPass: Con el IngolstadtPass obtendrá descuentos. El folleto "[IngolstadtPass - Información para mayores](#)" muestra todas las ventajas.

Asesoramiento psicosocial: Las personas que sufren enfermedades o adicciones pueden obtener ayuda aquí. Los familiares también pueden encontrar apoyo.

Asesoramiento **para personas con discapacidad:** Este asesoramiento está dirigido a personas mayores y enfermos crónicos. Facilita la vida cotidiana.



El ejercicio proporciona más satisfacción.



Las actividades conjuntas, como el baile sentado, no sólo favorecen la salud. También unen a las personas.



De este modo, la vida en la vejez sigue siendo activa, sana y llena de alegría.



Programas deportivos

Deporte en Ingolstadt

El ejercicio aporta alegría. El deporte aporta aún más.

Cuando haces deporte, enseguida conoces a gente nueva. El deporte es una forma sencilla de socializar. Las reglas son las mismas en todas partes. La gente se entiende, aunque no hable el mismo idioma. El deporte conecta y abre puertas.

El [portal de deportes de Ingolstadt](#) muestra los programas deportivos disponibles. Puede ver todos los programas en un mapa. Puede saber qué clubes hay.

💡 Puede buscar en el portal de deportes. Seleccione su deporte. Seleccione el grupo destinatario y el distrito de la ciudad.

💡 También puedes visitar la página ["Deporte y ocio"](#).

Esto es lo que encontrarás allí:

- Información actual sobre deporte y ocio
- Eventos y fechas
- Instalaciones de ocio, parques infantiles y parques
- Clubes deportivos, deportes e instalaciones deportivas en Ingolstadt
- Ofertas de los clubes deportivos de Ingolstadt
- Ayuda y servicio para deportistas y clubes
- Todas las fechas del calendario de eventos

Saludable, en forma y activo en la vejez

Saludable, en forma y activo en la vejez

El ejercicio mantiene el cuerpo y la mente sanos. Ningún medicamento puede sustituirlo. Si haces ejercicio con regularidad, te mantienes en forma. El ejercicio fortalece la coordinación y mejora la calidad de vida.

La ciudad de Ingolstadt ayuda a las personas mayores a mantenerse activas. Se ofrecen muchos programas. Encontrará apoyo en los ámbitos de la salud, la educación y el ocio.

Nuestras ofertas de un vistazo:

Oficina de la Tercera Edad: Aquí encontrará respuesta a todas sus preguntas sobre la vejez. El asesoramiento es amable y competente.

Centro de contacto de autoayuda: Aquí se reúnen afectados, especialistas y grupos de autoayuda. El intercambio ayuda y fortalece.

Salud y deporte: Hay muchos cursos de salud y programas deportivos. El baile sentado es especialmente popular. Esta forma de ejercicio está pensada para personas que ya no pueden estar de pie. La música, los pasos sencillos y las pequeñas coreografías son divertidos. Fortalecen los músculos, la coordinación y la resistencia. Al mismo tiempo, entrenan la memoria.

IngolstadtPass: Con el IngolstadtPass obtendrá descuentos. El folleto ["IngolstadtPass - Información para mayores"](#) muestra todas las ventajas.

Asesoramiento psicosocial: Las personas que sufren enfermedades o adicciones pueden obtener ayuda aquí. Los familiares también pueden encontrar apoyo.

Asesoramiento **para personas con discapacidad**: Este asesoramiento está dirigido a personas mayores y enfermos crónicos. Facilita la vida cotidiana.

💡 El ejercicio proporciona más satisfacción.

💡 Las actividades conjuntas, como el baile sentado, no sólo favorecen la salud. También unen a las personas.



De este modo, la vida en la vejez sigue siendo activa, sana y llena de alegría.



Historia y costumbres

Ingolstadt: historia y costumbres

Historia y costumbres: le interesa su nuevo hogar. Entonces ha llegado al lugar adecuado. Aquí encontrará todo sobre

- conservación de monumentos
- Historia de la fortaleza de Ingolstadt: Las dos aplicaciones "[Map App](#)" y "[Story Map](#)" le ofrecen una visión completa de la historia y los edificios de la "Fortaleza de Ingolstadt" desde 1250 hasta 1919.
- Archivo de la ciudad
- Historia de la ciudad
- Patrimonio de la ciudad

¿Qué lugares, museos, parques y otros monumentos merecen una visita?

Aquí le revelamos lo que debería ver y experimentar en Ingolstadt:

- [erlebe.bayern/listicles/sehenswuerdigkeiten-ingol...](#)
- [Rutas por la ciudad](#)
- [museos](#)

Tiempo de cosecha

Ahora es tiempo de cosechar fruta

En muchas partes de la ciudad crecen árboles frutales.
Cualquiera puede recoger fruta allí, gratuitamente.
La fruta es **sólo para uso personal**.

¿Qué fruta puedo recoger?

Por ejemplo, hay

- Manzanas
- cerezas
- membrillos
- peras
- ciruelas
- Saúco
- endrinas
- Avellanos y nogales

Estos árboles y arbustos crecen en parques y a lo largo de caminos.
En Ingolstadt hay unos 30 en total.

Algunos tipos de fruta son muy conocidos.
Otros son raros o buenos para las personas alérgicas.

¿Dónde puedo encontrar la fruta?

En la página web de la ciudad de Ingolstadt hay un resumen:

- Vaya al geoportal de la ciudad: [Plano de la ciudad](#)
- Haga clic en la sección Medio ambiente y naturaleza.
- Seleccione el punto Fruta en la ciudad.

Allí encontrará un mapa con símbolos de manzanas.
Los símbolos indican dónde se puede recoger fruta.
También hay fotos y descripciones de las variedades de fruta.

También puede ir directamente a la página web del centro de jardinería.

[Centro de jardinería](#)



Importante:

El huerto del centro de jardinería ya no está abierto.
Ya no está permitido recoger fruta allí.
El motivo: seguridad y responsabilidad.

Por favor, respete las siguientes normas al recoger fruta:

- Coge sólo la fruta que necesites.
- Manipule los árboles y los prados con cuidado.
- Recoge bajo tu propia responsabilidad.
- 💡 Nadie es responsable si te haces daño.

LGBTQIA+ Lesbianas, Gays, Bisexuales, Transexuales/Transgénero*, Queer, Inter* y Asexuales

💡 [15 consejos importantes para refugiados queer en Alemania \(1\).pdf](#)

¿Qué significa LGBTQIA+? Explicado de forma sencilla

¿Qué significa LGBTQIA+? Explicado de forma sencilla

"LGBTQIA+": probablemente hayas oído o leído estas letras. Probablemente se haya preguntado qué significan. Estas letras representan a distintos grupos de personas que expresan su orientación sexual o identidad de género. He aquí una explicación sencilla y comprensible.

¿Qué hay detrás de LGBTQIA+?

LGBTQIA+ es una abreviatura que engloba varios términos. Cada letra significa algo diferente, y juntas representan a una diversidad de personas. He aquí una explicación sencilla:

- **L** significa Lesbiana: mujeres que se enamoran de otras mujeres.
- **G** significa Gay: Hombres que se enamoran de otros hombres.
- **B** es de bisexual: personas que pueden enamorarse tanto de hombres como de mujeres.
- **T** de transgénero: personas cuyo género (es decir, si nacieron niño o niña) no coincide con el género que sienten.
- **Q** de Queer: término paraguas para todas las personas que no quieren ser categorizadas según las ideas tradicionales de género y sexualidad.
- **I** de intersexual: personas que han nacido con características físicas que no pueden clasificarse claramente como masculinas o femeninas.
- **A** significa Asexual: personas que tienen poco o ningún interés en las relaciones sexuales.
- El "+" al final indica que existen aún más identidades, no todas las que se enumeran aquí. Esta abreviatura pretende incluir a todas las personas que se sienten diferentes de la mayoría.

¿Por qué es importante?

La comunidad LGBTQIA+ lucha a menudo contra la discriminación y los prejuicios. Es importante comprender que la orientación sexual y la identidad de género son aspectos personales que las personas no pueden controlar. Nadie debe ser discriminado o maltratado por estos aspectos.

Los jóvenes LGBTQIA+ en particular suelen enfrentarse a retos especiales. Quieren descubrirse a sí mismos y al mismo tiempo se enfrentan a los prejuicios e inseguridades de los demás. Comprender el concepto LGBTQIA+ puede ayudar a crear un entorno de apoyo e inclusión en el que los jóvenes puedan aceptarse a sí mismos.

Derechos LGBTQIA

Homosexualidad / Identidad sexual

En Alemania, cada persona es libre de vivir su orientación sexual. La homosexualidad está permitida. Por ejemplo, las mujeres pueden ser lesbianas y los hombres pueden ser gays o las personas pueden ser bisexuales. Lesbianas, gays y personas trans* pueden ser abiertos y conocerse.

Las parejas del mismo sexo pueden vivir juntas y pueden casarse desde 2017. Algunas también crían hijos juntos; estas familias se llaman familias arco iris.

La SBGG facilitará a las personas transgénero, intersexuales y no binarias el cambio de registro de género y de nombre de pila. La ley entrará en vigor en su totalidad el 1 de noviembre de 2024.

Lesbianas y gays no deben ser discriminados. Existen leyes al respecto. Puede encontrar información al respecto en

 [Ley General de Igualdad de Trato \(AGG\)](#) y [Ley de Autodeterminación con respecto al Registro de Género \(SBGG\)](#)

Personas transgénero, no binarias e intersexuales / identidad de género

En Alemania, todas las personas tienen los mismos derechos, independientemente de su sexo. Esto significa que en Alemania las personas no pueden ser ni mujeres ni hombres, sino que pueden declarar su género como "diverso" o "no especificado". Las personas trans* pueden vivir abiertamente en Alemania y recibir tratamiento médico; se les permite cambiar de género. Tampoco se puede discriminar a ninguna de estas personas.  Puedes encontrar información al respecto [aquí](#).

Encontrará información sobre muchos temas relacionados con el colectivo LGBTQIA+ en

- [¿Qué significa LGBTQIA+?](#)
- [Asesoramiento y contactos](#)
- [Motivo de huida queer](#)

Asesoramiento y contactos para personas queer - LGBTQIA+

LGBTIQ

En Alemania, todo el mundo es libre de vivir su orientación sexual. Las parejas del mismo sexo pueden casarse desde el 1 de octubre de 2017. Esta ley apoya la libertad, la igualdad de derechos y la igualdad de trato de las personas. Independientemente de la sexualidad o el estilo de vida.

A las mujeres en Alemania se les permite amar y casarse con otras mujeres. Y a los hombres se les permite amar y casarse con otros hombres.

Además de los dos géneros "masculino" y "femenino", Alemania ha introducido recientemente un tercer género, "diverso". Las personas transexuales pueden cambiar su género y su nombre en Alemania.

Muchas personas LGBTQI* han venido a Alemania. No pueden vivir libremente en su país de origen o son perseguidas. Muchas organizaciones LGBTQI de Baviera les apoyan y ofrecen contactos e información.

También en la ciudad de Ingolstadt encontrarás aceptación y apoyo. Aquí hay organizaciones que se ocupan del colectivo LGBTQI*.

Se trata de:

- Igualdad de derechos y de trato

- Lucha contra la discriminación y la misantropía
- Educar al colectivo LGBTIQ

💡 **Línea directa de asesoramiento para gays, bisexuales, queer y trans*.**
☎ [089/856 346 42](tel:08985634642)

Estas organizaciones ofrecen asesoramiento y defienden los intereses de las personas LGBTIQ*:

pro familia Ingolstadt e.V.

📍 [Holzmarkt 2](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841/379 289 0](tel:08413792890)

@ ingolstadt@profamilia.de

🌐 www.profamilia.de/angebot-vor-ort/bayern/ingolstadt

QueerUferlos en Radio Lora

📻 Queeruferlos.de emite cada 1er a 3er jueves del mes de 21:00 a 22:00 en Radio Lora Múnich en DAB+ y FM 92.4 y en línea en lora924.de.

Trans-Ident Ingolstadt

Grupo de autoayuda para personas con sentimientos transgénero:

Se trata de personas que físicamente pertenecen al género masculino o femenino. Sin embargo, se perciben a sí mismas como pertenecientes al sexo opuesto.

💡📻 Puede ponerse en contacto [aquí](#).

El centro de asesoramiento LGBTIQ+ de Cáritas en Alta Baviera

El Centro de Asesoramiento LGBTIQ+ de Alta Baviera es una oficina a tiempo completo en Alta Baviera que ofrece asesoramiento psicosocial y trabajo en red en el contexto de la diversidad sexual y de género.

Todo el mundo es bienvenido

- independientemente de su sexo
- edad (a partir de 18 años),
- origen y cultura,
- nacionalidad y religión,
- discapacidad
- o identidad sexual o de género.

El asesoramiento es gratuito y puede ser anónimo si se desea. Por lo general, el asesor está obligado a mantener la confidencialidad.

🌐 Al [Centro de Asesoramiento LGBTIQ+ de](#) Alta Baviera pueden acudir todas las personas interesadas de Alta Baviera. Por lo tanto, las sesiones de asesoramiento pueden tener lugar en línea o en persona.

Para el contacto por videollamada: haga clic en el botón Asesoramiento en línea. Se le redirigirá a la plataforma en línea de la Asociación Cáritas.

En Múnich y en las ciudades que ya disponen de servicios de asesoramiento, diríjase allí.

Aquí encontrará más asesoramiento y apoyo:

 [Red Queer Baviera Ingolstadt](#)

Motivo de la huida queer: Queer Refugees Germany

El proyecto "Queer Reason for Flight: Queer Refugees Germany" (Motivo de huida: refugiados homosexuales en Alemania)

El proyecto ayuda a los refugiados queer en Alemania. Pone en contacto a la gente, da consejos y ofrece apoyo.

El sitio web "[Queer Refugees Welcome](#)" está dirigido a lesbianas, gays, bisexuales, trans*, inter* y personas queer.

Ofrece información clara y ayuda práctica.

En el sitio web encontrará

- direcciones de centros de asesoramiento en su zona
- información sobre asilo, salud y protección contra la discriminación,
- contactos de personas y organizaciones de ayuda.
- El sitio está disponible en varios idiomas.

Puede consultar toda la información importante organizada por temas. Eche un vistazo a estos enlaces:

 [queerrefugeeswelcome.de](#)

 [queer-refugees.com](#)

 [prideplanet.com](#)

Los programas fortalecen a los refugiados queer y facilitan su vida cotidiana en Alemania.

□ ¿Por qué es importante?

Muchos refugiados LGBTIQ+ sufren persecución o violencia en sus países de origen.

En Alemania, a menudo se enfrentan a cargas adicionales: Procedimientos de asilo, idioma, nueva cultura y, a veces, discriminación.

Necesitan buena información, asesoramiento y lugares seguros para poder vivir con seguridad aquí.

i Instrucciones de uso

Los servicios suelen ser gratuitos y confidenciales.

Pida ayuda en su idioma: muchos centros ofrecen asesoramiento multilingüe o disponen de intérpretes.

Si es posible, utilice materiales en lenguaje sencillo. Así le resultará más fácil empezar en Alemania.

¿Qué pueden hacer los refugiados queer contra la violencia y el acoso?

Puntos de contacto

🌐 En Alemania hay numerosos [puntos](#) de [contacto](#) con diversos servicios para refugiados LGBTI.

¿Qué puedes hacer como refugiado queer para combatir la violencia y el acoso?

Las personas queer con antecedentes de huida que experimentan hostilidad LGBTIQ* tienen muchas más probabilidades de verse afectadas por la depresión, el estrés y un menor nivel de satisfacción.

¿Eres tú o alguien cercano a ti víctima de hostilidad, discriminación o violencia LGBTIQ*? Puedes denunciar los incidentes y buscar asesoramiento. En situaciones de peligro, te aconsejamos que llames a la policía.



🌐 [Agencia Federal contra la Discriminación](#)

Aquí encontrará información sobre el tema de la discriminación. Puede denunciar casos y obtener asesoramiento jurídico.

Le informaremos sobre sus derechos y cómo puede hacerlos valer. En los casos que se presten a una solución amistosa, podemos intentar resolver el conflicto.

Nuestro servicio de asesoramiento no puede sustituir al asesoramiento jurídico en casos individuales. No podemos inspeccionar expedientes ni aportar pruebas. Sin embargo, podemos indicarle si existen otras posibilidades de apoyo local. Puede tratarse, por ejemplo, de centros de asesoramiento que colaboran con abogados o que pueden asistirle ante los tribunales.

Material

🌐 Puede encontrar [información](#) para refugiados LGBTI en . También hay información disponible para las personas que trabajan con ellos o les prestan apoyo.

Vídeos

🌐 [Aquí](#) encontrará vídeos con información sobre lo que debe tener en cuenta en el procedimiento de asilo y alojamiento.

[Alemán](#), [Inglés](#), [Français](#), [Русский](#), [Español](#), [Türkçe](#)

[فارسی](#) - [farsi](#), [عربي](#) - [árabe](#), [اردو](#) - [urdu](#)

Más sitios web queer

Sitios web útiles para temas queer

Hay sitios web especiales que ayudan a la gente cuando tiene preguntas sobre temas queer.

Queer significa que las personas pueden amar o sentir de forma diferente a lo que cabría esperar.

En estos sitios puedes encontrar mucha información y consejos útiles. También puedes encontrar contactos con grupos o expertos que pueden ayudarte.

Sitios web importantes:

- LSVD - Asociación para la Diversidad Queer: www.lsvd.de
- dgti - Sociedad Alemana de Transexualidad e Intersexualidad e.V.: www.dgti.org
- Intersex people e.V.: www.im-ev.de
- Bundesverband Trans e.V. : www.bundesverband-trans.de

También hay sitios web diseñados específicamente para personas queer mayores:

Para personas mayores queer:

- Dachverband Lesben und Alter e.V. : www.lesbenundalter.de

Para personas mayores queer:

- BISS - Bundesinteressenvertretung Schwuler Senioren e.V. : www.schwuleundalter.de

¿Qué puedes encontrar allí?

En estas páginas web recibirás

- Apoyo y asesoramiento en diversas áreas.
- Respuestas a sus preguntas.
- Contactos con organizaciones o expertos que pueden ayudarte.

Otros [contactos importantes para refugiados queer en Alemania \(1\).pdf](#)

Alianza de Ingolstadt para la Democracia, la Diversidad y la Tolerancia

Ingolstadt es colorida y abierta

En Ingolstadt viven más de 140.000 personas de 140 países. Conviven pacíficamente.

No importa de dónde vengan. No importa el color de su piel. No importa en qué religión crean. Todos pertenecen a Ingolstadt.

La "[Alianza de Ingolstadt para la Democracia, la Diversidad y la Tolerancia](#)" se compromete a ello. Muchos grupos están implicados: Asociaciones, empresas, universidades, iglesias, sindicatos, grupos juveniles y partidos políticos.

💡 Todas las organizaciones de Ingolstadt pueden participar. Juntos lo demuestran: Ingolstadt es colorida y abierta.

💡 Todavía es posible que se unan clubes, organizaciones y empresas. Envíe un correo electrónico a buendnis@ingolstadt.de.



Discapacidad (inclusión), asistencia y pensiones

En toda Alemania, alrededor del 9,8% de las personas tienen una discapacidad. Las personas con discapacidad deben poder vivir una vida autodeterminada.

Toda persona con discapacidad física, psíquica o emocional tiene derecho a recibir ayuda. O que corran el riesgo de sufrir una discapacidad de este tipo. La ley prohíbe discriminar a las personas por su discapacidad.

Las personas con discapacidad quieren tener las mismas oportunidades que los demás. Quieren ser independientes y poder hacer frente a la vida cotidiana sin ayuda externa.

La ciudad de Ingolstadt les ofrece asesoramiento y apoyo:

- Personas con discapacidad
- Grupos de autoayuda
- Personas con enfermedades que duran más de 6 meses
- Personas que necesitan cuidados
- y sus familias

👤👤👤 El [representante para la inclusión](#), el [departamento de salud](#) y la [casa multigeneracional](#) de la ciudad de Ingolstadt están a su disposición. 🗺️ Encontrará más información [aquí](#).

🗎 Necesita asesoramiento y apoyo para [personas mayores](#) y [personas con problemas de salud](#). 🗎
Encontrará más información [aquí](#).

Encontrará información general sobre derechos y ayudas para personas con discapacidad aquí:

🗎 [Manual de Alemania](#): la información está disponible en 9 idiomas.

🗎 [Centro de Igualdad para los trabajadores de la UE](#): Panorama de diversas ayudas para personas con discapacidad. La información está disponible en 11 lenguas.

🗎 [EUTB](#): Asesoramiento para personas con discapacidad o enfermedades crónicas

Centros de asesoramiento sobre discapacidad e inclusión

🗎 Personas con restricciones de salud

Muchas personas tienen problemas físicos o mentales.

Algunas padecen enfermedades crónicas.

Esto significa que están enfermas durante mucho tiempo o repetidamente.

Ejemplos:

- Algunas personas no pueden ver. Son ciegas.
- Algunas no pueden oír. Son sordas.
- Algunas personas son muy pequeñas o tienen otras características físicas.
- Algunas no pueden andar o sólo pueden hacerlo con ayuda.
- Otras tienen dificultades en el trabajo.

🗎 Derecho a ayuda

Toda persona discapacitada física, psíquica o emocionalmente tiene derecho a recibir ayuda.

Este derecho también se aplica si alguien puede desarrollar pronto una discapacidad.

Nadie puede verse perjudicado por una discapacidad.

Así lo establece la legislación alemana.

🗎 ¿Qué significa inclusión?

Inclusión significa que todo el mundo pertenece.

Todo el mundo puede participar en todas partes, incluso con una discapacidad.

Ejemplos de inclusión:

- Ayuda en el trabajo
- Apoyo temprano a los niños pequeños
- Programas especiales en la guardería o la escuela

El carné de discapacitado grave

Las personas con un grado de discapacidad igual o superior al 50 pueden obtener el carné de discapacitado grave: www.zbfs.bayern.de/menschen_mit_behinderung/faq/#...

Ventajas de la tarjeta:

- Pagar menos impuestos
- Viajes en autobús y tren gratuitos o más baratos
- Más ayudas: en función del tipo de discapacidad

❏ ¿Dónde puedo solicitar el carné?

Puede solicitar el carné de identidad en el Centro Familiar y Social de Baviera.
Hay muchos centros de asesoramiento.
Te ayudarán a rellenar el impreso de solicitud.

También proporcionan información sobre:

- Trabajo
- vivienda
- derechos
- Ayudas del Estado

Esta información también está disponible en varios idiomas: bvkm.de/unsere-themen

Servicezentrum München | Schwerbehindertenausweis

📍 [Bayerstraße 32, 80335 München](#)

✉ [@poststelle.mfr@zbfs.bayern.de](mailto:poststelle.mfr@zbfs.bayern.de)

☎ [+49 \(0\) 89189660](tel:+49089189660)

🌐 https://www.zbfs.bayern.de/menschen_mit_behinderu...

También puede encontrar centros de asesoramiento en la ciudad de Ingolstadt en 🌐 [aquí](#).

Die Inklusionsbeauftragte der Stadt Ingolstadt

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉ [@inklusion@ingolstadt.de](mailto:inklusion@ingolstadt.de)

☎ [+49 \(0\) 8413051205](tel:+4908413051205)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Inklusion>

Bürgeramt | amtliche Beglaubigung, Wahlen, Einbürgerung, Meldeamt, Führungszeugnis, Ausweis, Reisepass,

📍 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

✉ [@buergeramt@ingolstadt.de](mailto:buergeramt@ingolstadt.de)

☎ [+498413051500](tel:+498413051500)

 <https://www.ingolstadt.de/buergeramt>

Amt für Verkehrsmanagement und Geoinformation | Parkausweise für Menschen mit Behinderung

 [Spitalstraße 3, 85049 Ingolstadt](#)

 bewohnerparken@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 8413052333](tel:+49(0)8413052333)

 <https://www.ingolstadt.de/?object=tx%7c465.1872.1>

EUTB Beratungsstelle IN | Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)

 [Prinz-Leopold-Str. 7, 85051 Ingolstadt](#)

 ingolstadt_eichstaett@eutb-by.de

 [+49 \(0\) 43317700333](tel:+49(0)43317700333)

 <https://eutb-by.de/standorte/#contact-person-sect...>

Versicherungsamt - Angelegenheiten der gesetzlichen Rentenversicherung

 [Auf der Schanz 39, 85049 Ingolstadt](#)

 versicherungsamt@ingolstadt.de

 [+4984130550245](tel:+4984130550245)

 <https://www.ingolstadt.de/Versicherungsamt>

Grupo de autoayuda para autistas Ingolstadt

 [08454 914164](tel:08454914164)

 [0841 305-1465](tel:08413051465) (centro de contacto de autoayuda)

 utismus.shg.ingolstadt@gmx.de

 [Grupo de autoayuda para el autismo Ingolstadt](#)

autkom - Autismuskompetenzzentrum Oberbayern gemeinnützige GmbH | Autismus-Beratungsstellen

 [Zamdorfer Straße 100, 81677 München](#)

 info@autkom-obb.de

 [+49 \(0\) 8945225870](tel:+49(0)8945225870)

 <https://www.autkom-obb.de/kontakt>

AWO-Sozialtherapeutischen Einrichtung Ingolstadt | professioneller Dienstleister für Menschen, die aufgrund ihrer psychischer Erkrankung in verschiedenen Lebensbereichen Hilfe und Unterstützung benötigen

📍 [Nürnberger Str. 32b, 85055 Ingolstadt](#)

✉ el@ste-in.awo-obb.de

☎ [+49 \(0\) 84199332350](tel:+49(0)84199332350)

🌐 <https://awo-obb.de/sozialpsychiatrie/einrichtung/...>

Beratungsstelle Barrierefreiheit der Bayerischen Architektenkammer | Beratung barrierefreies Wohnen

📍 [Spitalstraße 3, 85049 Ingolstadt](#)

✉ info@beratungsstelle-barrierefreiheit.de

☎ [+49 \(0\) 8913988080](tel:+49(0)8913988080)

🌐 <https://www.beratungsstelle-barrierefreiheit.de/s...>

Servicestelle des Bezirks Oberbayern | Beratung zu den sozialen Leistungen des Bezirks Oberbayern

📍 [Prinzregentenstraße 14, 80538 München](#)

✉ servicestelle@bezirk-oberbayern.de

☎ [+49 \(0\) 89219821010](tel:+49(0)89219821010)

🌐 <https://www.bezirk-oberbayern.de/Service/Service-...>

Responsable de Inclusión de la ciudad de Ingolstadt

Personas con discapacidad

☐☐ El responsable de discapacidad de la ciudad de Ingolstadt

☐ Asesoramiento a la ciudad

El comisario ayuda a la ciudad de Ingolstadt.

Presta atención a una ley importante.

La ley se llama Ley Bávara de Igualdad de las Personas con Discapacidad.

Protege a las personas con discapacidad.

Garantiza la igualdad de derechos para todos.

☐♀ Ayuda a las personas con discapacidad

La representante es una persona de contacto.
Las personas con discapacidad pueden hablar con ella.
Facilita información.
Ayuda con las preguntas.
Ayuda con los problemas.

Compromiso con la justicia

Las mujeres y los hombres deben tener los mismos derechos.
Las mujeres con discapacidad tampoco deben estar en desventaja.
La representante se compromete a ello.
Previene las desventajas.
También ayuda cuando ya existen.

La accesibilidad es importante

Accesibilidad significa:
Todo el mundo puede moverse con facilidad.
Incluso en silla de ruedas o con bastón.
La accesibilidad es importante en la construcción.
También es importante en el transporte.
El comisario presta atención a este aspecto.

Participación en la ciudad

El representante participa en muchos asuntos.
Se fija mucho.
Especialmente cuando se trata de personas con discapacidad.
Aporta sus propias ideas.
Es independiente.
Nadie le dice lo que tiene que hacer.

Trabajo en red e información

La representante habla con mucha gente.
Da a conocer su trabajo.
Reúne a la gente.
Esto se llama: Trabajo en red.
Es la mejor manera de ayudar.

 Más [información](#) sobre ayuda a discapacitados.

Die Inklusionsbeauftragte der Stadt Ingolstadt

 [Rathausplatz 4, 85049 Ingolstadt](#)

@inklusion@ingolstadt.de

[+49 \(0\) 8413051205](tel:+49(0)8413051205)

<https://www.ingolstadt.de/Inklusion>

Centros de asesoramiento para personas con discapacidad:

⇒ En la página web de la ciudad de Ingolstadt hay una [lista de centros de asesoramiento](#)

⇒ [Asesoramiento, contactos y ofertas en Ingolstadt](#)

Guía familiar para personas con discapacidad

La guía de la familia

www.familienratgeber.de

Aktion Mensch publica una guía familiar. La guía familiar está dirigida a las personas con discapacidad. Y a sus familias. Proporciona información y direcciones. También hay una página web. En ella encontrará información importante sobre la vida con una discapacidad.

Esta información está disponible en alemán sencillo y fácil de entender:

- Embarazo y nacimiento,
- de la escuela
- sobre el trabajo
- tiempo libre,
- accesibilidad,
- derechos,
- vivienda,
- asesoramiento,
- seguro de enfermedad y asistencia y mucho más.

Mi hijo tiene una discapacidad o una enfermedad crónica

Si un hijo tiene una discapacidad o padece una enfermedad crónica, los padres necesitan apoyo en la vida cotidiana.

[Guía para familias con un hijo discapacitado o enfermo crónico](#)

¿Qué derechos tiene un niño discapacitado? ¿Cómo se puede aliviar a la familia en la vida cotidiana? ¿Dónde puedo encontrar información sobre enfermedades raras?

Este sitio web le ayudará a orientarse en el laberinto de "puntos de contacto". Aquí encontrará información sobre cuestiones generales y específicas:

- sobre una discapacidad
- sobre opciones de apoyo
- sobre apoyo familiar

- sus derechos y mucho más. También encontrará asesoramiento y ayuda de expertos.

Las organizaciones especializadas y los grupos de autoayuda ofrecen apoyo en aspectos y cuestiones específicas. Los padres pueden encontrar aquí servicios especializados relacionados con la discapacidad o la enfermedad crónica del niño en casos individuales concretos.

El **folleto "Mi hijo es discapacitado - qué ayuda hay"**. De la Bundesverband für körperlich- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.:

No siempre es fácil para las personas discapacitadas y sus familias encontrar el apoyo y la ayuda adecuados. Esta guía jurídica ofrece una primera visión general de las prestaciones a las que tienen derecho las personas con discapacidad. Si además existen problemas lingüísticos a la hora de utilizar las prestaciones sociales, surgen barreras adicionales. Por ello, la guía se ha traducido a otros idiomas.

- [alemán](#),
- [inglés](#),
- [francés](#),
- [turco](#),
- [árabe](#) y
- [ruso](#)

Centros de asesoramiento para niños pequeños, alumnos, aprendices y estudiantes con discapacidades

Las personas con discapacidades físicas, mentales o psicológicas reciben ayuda y apoyo.

Esta ayuda también se presta a las personas amenazadas por tales discapacidades. Nadie debe recibir un trato menos favorable o estar en desventaja por su discapacidad. Las leyes alemanas protegen estos derechos. Todo el mundo debe recibir la ayuda que necesita.

 **Inclusión** significa que todo el mundo debe pertenecer a algo. Todos deben poder participar en todo, aunque tengan limitaciones debidas a una enfermedad o discapacidad. Hay muchas ayudas diferentes para los niños que necesitan un apoyo especial. Estas ayudas garantizan que estén presentes en todas partes y puedan participar. Los niños con necesidades especiales no deben sentirse excluidos. Deben tener las mismas oportunidades que los demás.

Identificación para discapacitados graves:

También es importante para los niños y jóvenes con discapacidad: Necesitan un documento de identidad. Sólo así pueden recibir determinadas ayudas. Deben solicitar el DNI en el Centro Familiar y Social de Baviera. Los centros de asesoramiento pueden ayudar con la solicitud. Allí también puedes obtener información y apoyo. También puedes preguntarles cómo solicitar otras formas de ayuda. [Aquí](#) encontrará información en varios idiomas .

 **Zentrum Bayern Familie und Soziales - Centro de Servicios de Múnich**

 **Bayerstraße 32**, 80335 Múnich

 **089 18966-0**

 **Lunes a viernes 08:00 - 12:00**

@p [oststel](mailto:oststel.le.mfr@zbfs.bayern.de) le.mfr@zbfs.bayern.de

Los centros de asesoramiento de la ciudad de Ingolstadt pueden consultarse en  [aquí](#).

Bebés con discapacidad (0 - 6 años)

También los niños pequeños pueden recibir ayuda temprana. Existen centros especiales para niños con discapacidad. Estos centros ofrecen apoyo y cuidados especiales. Los niños reciben allí la ayuda que necesitan. Los profesionales que trabajan aquí están muy familiarizados con las necesidades de los niños discapacitados. Pero también puedes matricular a tu hijo en una guardería normal. Busca ayuda en un centro de asesoramiento. También puede encontrar información sobre personas de contacto en  ["Frühe Förderung"](#).

Oficina de Juventud y Familia - Centro de Coordinación de la Primera Infancia

Ayuntamiento de asuntos sociales



[Adolf-Kolping-Straße 10/I.](#)

85049 Ingolstadt

 [0841 305-45815](tel:0841 305-45815)



[0841 305-45409](tel:0841 305-45409)

Centro educativo

Grupo de apoyo + Haus Miteinander gGmbH



[Harderstraße 35](#)

85049 Ingolstadt

 [0841 4913 0](tel:0841 4913 0)

@i [nfo@pz-](mailto:nfo@pz-in.de) in.de

Centro de intervención precoz

Centro Caritas St.Vinzenz



[Friedrich-Ebert-Straße 2 1/2](#)

85055 Ingolstadt

 [0841 953996106](tel:0841 953996106)



[0841 953996111](tel:0841_953996111)

@s [t.vinze](mailto:t.vinze@caritas-ingolstadt.de) nz@caritas-ingolstadt.de

🌐w [www.vinz](http://www.vinz-enz-online.de) enz-online.de

Encontrará más información sobre el tema de las guarderías en

- 🌐 [Buscar una guardería](#) o
- 🌐 [Guarderías Información general Preguntas frecuentes](#)

👤Alumnos con discapacidad

Encontrará información para alumnos con discapacidad en las siguientes páginas:

🌐 [Escuela, estudio y educación](#)

👤Trabajo y formación para personas con discapacidad

Algunas personas buscan trabajo o formación. A menudo es difícil.

El Centro de Asesoramiento puede ayudarle. Allí trabajan especialistas. Hablan con la gente.

Escuchan con atención. Saben mucho sobre trabajo y formación.

Los expertos también saben mucho sobre discapacidad.

Dan consejos. Dicen lo que es importante. Le ayudan a empezar a trabajar o a formarse.

Integra Social Service gGmbH

📍 [Ottostrasse 3](#)

85080 Gaimersheim

📞 [08458 60303-0](tel:08458_60303-0)



[08458 60303-099](tel:08458_60303-099)

@i [nfo@int](mailto:nfo@integra-soziale-dienste.de) egra-soziale-dienste.de

🌐 integra-soziale-dienste.de

Servicio especializado en integración Munich-Freising gGmbH

Delegación de Ingolstadt

Formación y trabajo



[Calle Haunwöhrer 11](#)

85051 Ingolstadt

📞 [0841 142670-11](tel:0841_142670-11)



[0841 142670-10](tel:0841_142670-10)

@i [nfo@ifd](mailto:nfo@ifd-muenchen-freising.de) -muenchen-freising.de

 www.ifd-muenchen-freising.de

Estudiantes con discapacidad o enfermedades crónicas

Universidad Católica de Eichstätt Ingolstadt



[Ostenstraße 26](#)

85072 Eichstätt

 [08421 93-21554](tel:084219321554) (Representante para la inclusión)

 [08421 93-0](tel:08421930)

 [Estudiar con una discapacidad y una enfermedad crónica](#)

Contacto para estudiantes con discapacidad y enfermedades crónicas (KIS)

Asesoramiento suprarregional para (futuros) estudiantes

Edificio Z5



[Am Hubland 74](#)

97074 Würzburg

 [0931 931-84052](tel:093193184052)

 is@uni-wuerzburg.de

Centros de asesoramiento para personas necesitadas de cuidados y sus familiares

Centros de asesoramiento para personas necesitadas de cuidados y sus familiares

Los centros de asesoramiento ofrecen información y apoyo sobre todos los aspectos del envejecimiento. Los centros de asesoramiento están dirigidos a las personas mayores, pero también a los familiares. Los cuidados y la demencia suelen ser situaciones estresantes para las familias. Es posible que no conozca este tipo de apoyo en su país de origen. En Alemania hay muchos servicios. Solicite asesoramiento y apoyo gratuitos. Recibirá ayuda para tomar una decisión. Al final, usted decide lo que quiere hacer.

Recibirá asesoramiento y apoyo sobre temas como

- La demencia y otras enfermedades relacionadas con la edad,
- prestaciones del seguro de dependencia,
- planificación y financiación de la asistencia domiciliar o residencial,
- Asistencia financiera,

- contacto con las autoridades,
- discapacidad grave,
- Cuidados y testamentos vitales
 - Cuidados significa que alguien le ayuda y toma decisiones por usted cuando ya no puede hacerlo por sí mismo. Esto puede ocurrir, por ejemplo, si está muy enfermo o ya no puede pensar bien.
 - Un testamento vital es un documento en el que usted escribe lo que quiere que hagan los médicos si está muy enfermo y ya no puede hablar. Por ejemplo, puede decir si quiere o no que le den respiración artificial. Esto ayuda a los médicos y a su familia a saber lo que usted quiere si ya no puede decirlo.

y mucho más.

Centro de asistencia de Ingolstadt



[Fechtgasse 6](#)

85049 Ingolstadt

 [0841 305 500 40](tel:084130550040)

 p_flegest@uetzpunkt-ingolstadt.de

 [www.pfle gestuetzpunkt-ingolstadt.de](http://www.pfle-gestuetzpunkt-ingolstadt.de)

 [Guía de cuidados segunda edición.pdf](#)

[Folleto para descargar](#)

[Centro de asistencia Ingolstadt](#)

[Centro de asistencia Ingolstadt en un idioma sencillo](#)

[Idiomas extranjeros](#)

[Folleto en inglés](#)

[Folleto en turco](#)

[Folleto en ruso](#)

[Folleto en árabe](#)

El asesoramiento asistencial también puede prestarse en lenguas extranjeras previa cita. Si no hay ninguna persona de su entorno social disponible para traducir, se organizará una persona para interpretar.

 **Horario de atención al público**

Lunes 09:00 - 12:00, 14:00 - 16:00

Martes 09:00 - 12:00, 14:00 - 16:00

Miércoles cerrado

Jueves 09:00 - 12:00, 14:00 - 18:00

Viernes 09:00 - 12:00

Servicios de asesoramiento adicionales en el centro de apoyo asistencial

- El día de consulta sobre las prestaciones sociales del distrito de Alta Baviera es todos los jueves de 10.00 a 12.00 horas sobre los temas de ayuda a la integración para personas con discapacidad y ayuda a la asistencia para personas necesitadas de cuidados.
☎@Concierte una cita: [089-219821057](tel:089-219821057) o a través de beratung-in@bezirk-oberbayern.de.
- El centro especializado para familiares cuidadores de la Alzheimer Gesellschaft Ingolstadt e.V. ofrece asesoramiento sobre los temas de apoyo a familiares cuidadores y tratamiento de la demencia en el centro de apoyo asistencial los martes con cita previa entre las 9.00 y las 12.00 horas.
☎@Para concertar una cita: [0841-8817732](tel:0841-8817732) o a través de info@alzheimer-ingolstadt.de.
- La EUTB - Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung asesora todos los últimos jueves de mes entre las 14 y las 17 horas en las instalaciones del centro de asistencia de Ingolstadt.
☎@Se ruega concertar cita: [0841-99476451](tel:0841-99476451) o a través de margit.retzer.eutb@ospe-ev.de.
- La Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. (Asociación Bávara de Ciegos y Deficientes Visuales) ofrece asesoramiento todos los últimos martes de mes, con cita previa, entre las 9.00 y las 16.00 horas, en las instalaciones del Centro de Asistencia de Ingolstadt.
☎@Para concertar una cita: [089-55988116](tel:089-55988116) o a través de sabine.ruhstorfer@bbsb.org.

💡📍Encontrará más centros de información y asesoramiento en la ciudad de Ingolstadt [aquí](#).

La asociación de enfermos terminales ayuda a los enfermos graves y moribundos y a sus familiares en su salida de la vida. Conferencias, seminarios y actos ofrecen una buena oportunidad para dar respuesta a preguntas sobre la muerte y el duelo. También puedes participar en la asociación de hospicios.

Asociación de Hospicios de Ingolstadt e.V.



[Levelingstr. 102](#)

85049 Ingolstadt

☎[0841/17111](tel:0841/17111)



[0841/17175](tel:0841/17175)

@i nfo@hos pizverein-in.de

🌐w ww.hosp izverein-in.de



Horario de oficina:

De lunes a viernes: de 09.00 a 12.00 horas

💡 Puede ponerse en contacto con nosotros por teléfono en cualquier momento en casos urgentes.

📺[Aquí](#) encontrará vídeos explicativos sobre **cuidados paliativos** en varios idiomas.

📺Encontrará más información sobre **las voluntades anticipadas** [aquí](#).

Centro especializado en centros de asistencia y discapacidad - Desarrollo y supervisión de la calidad (FQA)

El Centro especializado en centros para la asistencia y la discapacidad - Desarrollo y supervisión de la calidad (FQA) de Baviera desempeña importantes tareas.

Estas tareas contribuyen a garantizar el buen funcionamiento de los centros de asistencia y de atención a las personas discapacitadas, así como la atención a las personas.

Realizar inspecciones:

La FQA visita periódicamente los centros de asistencia y para discapacitados. Durante estas visitas, comprueban si todo va bien. Por ejemplo, comprueban si los residentes están bien atendidos y si se cumplen las normas.

Ofrecer asesoramiento:

La FQA da consejos y asesoramiento a los centros. Esto ayuda a los centros a mejorar su trabajo. Por ejemplo, les explica cómo organizar mejor los cuidados o cómo formar bien al personal.

Garantizar la calidad:

La FQA vela por que la calidad de los centros siga siendo buena o mejore. Comprueba si los cuidadores están bien formados y si los centros cuentan con personal suficiente.

Tramitar las quejas:

Si los residentes o sus familias no están satisfechos, pueden presentar una queja a la FQA. La FQA investiga las quejas y ayuda a encontrar soluciones.

Proteger a los residentes:

La FQA vela por la seguridad de los residentes en los centros. Se asegura de que nadie sea maltratado y de que se respeten los derechos de los residentes.

Por tanto, la FQA trabaja para garantizar el bienestar de las personas que se encuentran en centros de asistencia y para discapacitados. Inspecciona, asesora, garantiza la calidad, tramita las quejas y protege a los residentes. La FQA hace todo esto en Baviera.

💡 [Aquí](#) encontrará más información sobre los centros asistenciales de Ingolstadt.

Fachstelle Pflege- und Behinderteneinrichtungen - Qualitätsentwicklung und Aufsicht (FQA) | Heimaufsicht

📍 [Esplanade 29, 85049 Ingolstadt](#)

✉ @fqa@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413052507](tel:+49(0)8413052507)

 <https://www.ingolstadt.de/Rathaus/Verwaltung-Bete...>

 Sólo con cita previa.

Centro de asistencia Ingolstadt

El centro de asistencia de Ingolstadt es un lugar donde puede recibir asesoramiento gratuito. Nuestros asesores estarán encantados de ayudarle.

Nuestro trabajo está establecido en la [ley](#). Debemos guardar silencio si usted nos cuenta algo.

El centro de asistencia de Ingolstadt cuenta con el apoyo de diversas organizaciones:

- Las cajas del seguro de enfermedad y asistencia
- El distrito de Alta Baviera
- La ciudad de Ingolstadt

[Aquí](#) también puede descargar folletos. Están disponibles en 4 idiomas y en lenguaje sencillo.

Pflegestützpunkt Ingolstadt | Pflegeberatung

 [Fechtgasse 6, 85049 Ingolstadt](#)

 pflegestuetzpunkt@ingolstadt.de

 [+49 \(0\) 84130550040](tel:+49(0)84130550040)

 <https://www.pflegestuetzpunkt-ingolstadt.de/>

Horario de atención al público

Lunes y martes: de 09:00 a 12:00, de 14:00 a 16:00

Miércoles: cerrado

Jueves: de 09:00 a 12:00, de 14:00 a 18:00

Viernes: de 09:00 a 12:00

Asesoramiento adicional en el centro de apoyo asistencial:

Jornada de consulta sobre las prestaciones sociales del distrito de Alta Baviera:

- Cuándo: Todos los jueves de 10.00 a 12.00 horas
- Temas: Ayudas a la integración para personas con discapacidad y ayudas para personas necesitadas de cuidados
- Para concertar una cita: [089 219 821 057](tel:089219821057) o beratung-in@bezirk-oberbayern.de

Centro especializado para familiares cuidadores de la Alzheimer Gesellschaft Ingolstadt e.V.:

- Cuándo: Sólo con cita previa. Martes entre las 09:00 y las 12:00 horas

- Temas: Apoyo a familiares cuidadores y tratamiento de la demencia
- Para pedir cita: [0841-8817732](tel:0841-8817732) o info@alzheimer-ingolstadt.de

Asesoramiento complementario de participación independiente (EUTB):

- Cuándo: El último jueves de cada mes, de 14.00 a 17.00 horas.
- Dónde: En el centro de asistencia de Ingolstadt
- Para concertar una cita: [0841 994 764 51](tel:0841 994 764 51) o margit.retzer.eutb@ospe-ev.de

Asociación bávara de ciegos y deficientes visuales:

Cuándo: Sólo con cita previa. El último martes de cada mes, de 9.00 a 16.00 horas.
Dónde: En el centro de asistencia de Ingolstadt
Para concertar una cita: [089 559 881 16](tel:089 559 881 16) o sabine.pia@bbsb.org

Departamento de Sanidad: Asesoramiento a personas con discapacidad y a ancianos o enfermos crónicos.

El Departamento de Salud de Ingolstadt ayuda a personas con discapacidad, ancianos y enfermos crónicos.

Puede llamarles o visitarles en persona para recibir ayuda. Si lo desea, también puede permanecer en el anonimato. Sus datos serán confidenciales.

El departamento de salud le ayudará si está en crisis o necesita ayuda para conseguir cosas que puedan ayudarle. También pueden ir a su casa si lo desea.

Si necesita más ayuda, pueden remitirle a otros lugares donde puede obtener más apoyo, como servicios ambulatorios, la autoridad asistencial u hogares de acogida.

Puede ponerse en contacto con el Departamento de Salud por teléfono o correo electrónico si tiene alguna duda o necesita ayuda.

¿Necesita más información o tiene preguntas concretas?

Puede encontrar más información en

 [Personas con discapacidad](#)

 [Grupos de autoayuda.](#)

El Departamento de Salud Pública también ofrece [asesoramiento psicosocial](#) para

- enfermos mentales agudos o crónicos, incluidos los adictos,
- sus familiares y
- familiares y conocidos.

Gesundheitsamt der Stadt Ingolstadt | Beratung für Menschen mit Behinderung sowie für ältere oder chronisch Kranke

📍 [Esplanade 29, 85049 Ingolstadt](#)

@ gesundheitsamt@ingolstadt.de

☎ [+49 \(0\) 8413051461](tel:+4908413051461)

🌐 <https://www.ingolstadt.de/Gesundheitsberatung/ind...>

Solicitar el abono para personas con discapacidad grave en Ingolstadt

Existe una discapacidad en el sentido de la ley ([Sección 2 \(1\) SGBIX](#)) si la

- función física,
- la capacidad mental o
- salud mental
- durante más de seis meses
- se desvían del estado típico para la edad de la persona y
- por lo tanto, su participación en la sociedad se ve afectada.

La gravedad de la discapacidad se caracteriza por el grado de minusvalía (GdB). Por tanto, una persona sufre una discapacidad grave si

- tienen un GdB de al menos 50 y
- residen legalmente y de forma habitual en Alemania.

💡 Las personas con una discapacidad grave pueden solicitar un carné de discapacitado.

🌐 El [Zentrum Bayern Familie und Soziales \(Versorgungsamt\)](#) determina si existe una discapacidad reconocible.

Puede solicitarlo

- 🌐 [en línea](#)
- 🌐 en [el Bürgeramt de la ciudad de Ingolstadt](#) o
- 🌐 en el [Zentrum Bayern Familie und Soziales \(Centro](#) Bávaro de Familia y Bienestar Social).

Necesita el DNI para recibir determinadas prestaciones. Diversos centros de asesoramiento pueden ayudarle en este sentido. También encontrará mucha información sobre trabajo, vivienda y derechos. Los centros de asesoramiento también le proporcionarán información y le ayudarán a solicitar diversos tipos de servicios de apoyo. 🌐 Encontrará información en varios idiomas [en](#).



Vacunación a partir de los 60: prevención para un envejecimiento saludable

EUTB: Asesoramiento para personas con discapacidad o enfermedades crónicas

EUTB: Asesoramiento para personas con discapacidad o enfermedades crónicas

Asesoramiento complementario para la participación independiente ("EUTB")

El asesoramiento EUTB está dirigido a personas con discapacidad o enfermedades crónicas. El servicio es gratuito. Las preguntas para el asesoramiento pueden ser, por ejemplo

- ¿Dónde y cómo obtener ayudas médicas y terapéuticas?
- ¿Quién paga ayudas como una silla de ruedas o un audífono?
- ¿A qué escuela o jardín de infancia puede ir mi hijo discapacitado?
- Mi hijo o yo necesitamos apoyo (ayuda) relacionado con la discapacidad, por ejemplo para el cuidado o para ir a la guardería o a la escuela.
- ¿Dónde puedo conseguirlo?
- ¿Qué formación o profesión podemos aprender o ejercer mi hijo o yo en Alemania a pesar de nuestra discapacidad? ¿Qué ayudas existen?
- ¿Qué posibilidades de asistencia hay en casa o en una institución especial y quién las paga?
- Necesito ayuda técnica o personal para trabajar con mi discapacidad. ¿Dónde puedo obtenerla?

💡 En esta página puede encontrar un centro de asesoramiento cercano: [Centros de asesoramiento "EUTB"](#)

Asuntos relacionados con el seguro obligatorio de pensiones

Seguro obligatorio de pensiones

Contacto en Ingolstadt

Seguro de pensiones alemán

El Seguro Alemán de Pensiones ayuda en todas las cuestiones relacionadas con las pensiones.

Muchos lo llaman abreviadamente DRV.

El DRV explica la pensión legal.

También explica las cotizaciones, los periodos y los derechos.

Responde a preguntas sobre todo tipo de pensiones.

Puede obtener asesoramiento en el sitio web de la DRV.

Allí también encontrará los datos de contacto.

La página se llama:

[Asesoramiento y contacto | Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd](#)

Solicitudes al seguro de pensiones alemán

Las solicitudes se presentan directamente en la DRV.

También puede hacerlo por Internet.

La página web para las solicitudes es

<https://www.eservice-drv.de/eantrag/startseite.se...>

En esta página encontrará varios formularios.

Seleccione el formulario adecuado.

A continuación, rellene el formulario paso a paso.

Asesores de seguros en Ingolstadt y alrededores

En Ingolstadt trabajan asesores de seguros.

También hay asesores en los alrededores.

Los asesores ayudan en persona.

Responden a preguntas sobre pensiones.

Explican formularios y notificaciones.

Encontrará las direcciones y los números de teléfono en la página web de la DRV.

La sección se llama

[Ancianos asegurados y asesores | Deutsche Rentenversicherung](#)

Oficina de seguros de la ciudad de Ingolstadt

La oficina de seguros asesora a las personas que viven en Ingolstadt.

Las demás personas no reciben asesoramiento allí.

Una visita sólo es posible con cita previa.

No es posible recibir asesoramiento sin cita previa.

Por favor, utilice primero el sistema de citas online.

Es la forma más sencilla.

Si el sistema de citas en línea no funciona, envíenos un correo electrónico.

Escriba su solicitud en el correo electrónico.

Incluya también su número de teléfono.

La dirección de correo electrónico es

versicherungsamt@ingolstadt.de

En casos especiales, también es posible una llamada telefónica.

El número de teléfono es

[+49 \(0\) 84130550245](tel:+49(0)84130550245)

Información sobre pensiones y rehabilitación

El Seguro Alemán de Pensiones también ofrece información sobre otros temas.

Entre ellos figuran diversos tipos de pensión.

Esto incluye también la rehabilitación.

Encontrará información sobre las pensiones de vejez en:

[Tipos de pensión y prestaciones.](#)

Encontrará información sobre las pensiones por capacidad laboral reducida en:

[Pensiones por capacidad laboral reducida.](#)

Encontrará información sobre las pensiones de supervivencia en:

[Pensiones de supervivencia.](#)

Encontrará información sobre la rehabilitación médica en: Rehabilitación médica:

[Rehabilitación médica.](#)

Encontrará información sobre la readaptación profesional en: Readaptación profesional:

[Rehabilitación profesional.](#)

Consejo de Inclusión de la ciudad de Ingolstadt

¿Las personas con discapacidad también tienen derecho a tomar decisiones?  Para apoyar a estas personas se creó en Ingolstadt un [consejo de inclusión](#). Sabe que está formado por representantes de la política, la asistencia social, grupos de autoayuda y afectados como expertos por derecho propio.

¿Qué es un consejo de inclusión?

Este consejo se compromete a garantizar que todas las personas puedan participar en igualdad de condiciones en la vida de la comunidad. Apoya especialmente a las personas con discapacidad. Esto les permite tener las mismas oportunidades que los demás. El Consejo colabora con las autoridades públicas. Y también con otras organizaciones. El objetivo es derribar barreras y promover la inclusión.

¿Tiene el Consejo alguna pregunta sobre discapacidad o inclusión? El Consejo de Inclusión realiza consultas. El consejo está formado por representantes de la política. También incluye organizaciones asistenciales, grupos de autoayuda y afectados como expertos en su propio nombre.

¿Conoce las tareas y obligaciones del Consejo de Inclusión? He aquí algunas de ellas :

- El Consejo de Inclusión hace sugerencias y recomendaciones en materia de
 - asistencia a los discapacitados,
 - inclusión e
 - igualdad de los afectados.
- El Consejo apoya a la ciudad de Ingolstadt y a sus comités a título consultivo.
- El Consejo apoya al responsable de inclusión. También es el punto de contacto para los afectados.

Actividades del Consejo de Inclusión

Las personas con discapacidad deben poder participar en la vida laboral con igualdad de derechos y autodeterminación. El trabajo conduce a la participación social y a la participación en la educación. Sólo así se logrará una sociedad inclusiva. Las personas con discapacidad recibirán aún más apoyo para que puedan buscar un empleo remunerado en el mercado laboral primario. Atraer a las personas con discapacidad al mercado laboral es una cuestión infravalorada. Ante la escasez de mano de obra cualificada, se trata de una medida crucial. Con este fin se creó el grupo de trabajo "Feria del Empleo Inclusivo".

 ¿Necesita más información sobre derechos? ¿O busca formas de apoyar a las personas con discapacidad? Los siguientes enlaces pueden ayudarte:

 [Manual Alemania](#): Personas con discapacidad. La información está disponible en 9 idiomas.

 [Centro de Igualdad para trabajadores de la UE](#): ¿Busca información sobre prestaciones para personas con discapacidad? Esta página le ayudará con una visión general. La información está disponible en 11 idiomas.

 [EUTB: Asesoramiento para personas con discapacidad o enfermedades crónicas](#)

Centros de asesoramiento sobre delegación de la asistencia sanitaria / directiva asistencial / asistencia jurídica

¿Necesita ayuda porque usted o sus familiares ya no pueden ocuparse de las cosas por sí mismos?

Puede deberse a una enfermedad o a una discapacidad. Entonces puede necesitar un cuidador legal. Un tribunal nombra a este cuidador. También puede ser un familiar.

También puede hacer sus propios planes.

Usted otorga un poder notarial a una persona de su elección. Este poder se aplica si usted ya no puede tomar decisiones por sí mismo.

Los centros de asistencia le ayudarán con estas cuestiones:

- ¿Cuándo necesita un cuidador?
- ¿Cómo hace bien su trabajo un cuidador?
- ¿Cómo se redacta un poder sanitario?
- ¿Qué debe incluirse en un testamento vital?

Los centros de asistencia también confirmarán su firma en sus poderes.

El personal acudirá a usted cuando concierte una cita. Se desplazarán a su domicilio, hospital o residencia.

Puede encontrar el centro de asistencia aquí:

Oficina de Asuntos Sociales - Centro de Asistencia

📍 [Auf der Schanz 39](#)

85049 Ingolstadt

Teléfono: [+49 \(0\) 84130550220](tel:+49084130550220)

Correo electrónico: betreuungsstelle@ingolstadt.de

Internet: www.ingolstadt.de/Rechtliche-Betreuung

Las asociaciones de tutela ofrecen ayuda adicional

Las asociaciones de tutela ofrecen asesoramiento sobre poderes notariales, tutela y testamentos vitales. Ayudan a cuidadores, representantes autorizados y afectados. Ofrecen cursos para cuidadores nuevos y experimentados.

Aquí encontrará las asociaciones de cuidadores:

Asociación de asesoramiento de Cáritas

📍 [Jesuitenstraße 1](#)

85049 Ingolstadt

Teléfono: [+49 \(0\) 841309189](tel:+490841309189), [+49 \(0\) 841309124](tel:+490841309124)

Correo electrónico: vereinsbetreuung@caritas-ingolstadt.de

Internet: www.caritas-kreisstellen.de/ingolstadt

Organización de apoyo SKF - Servicio Social de Mujeres Católicas

📍 [Schrannenstraße 1a](#)

85049 Ingolstadt

Teléfono: [+49 \(0\) 841937550](tel:+490841937550)

Correo electrónico: info@skf-ingolstadt.de

Internet: www.skf-ingolstadt.de

Apoderamiento sanitario o poder notarial / directriz de cuidados

Diferencia entre poder sanitario y tutela

- Un poder sanitario no necesita un tribunal. El representante autorizado actúa en nombre de la persona afectada si ésta ya no puede actuar por sí misma. Por regla general, el tribunal no examina la idoneidad o las decisiones del representante autorizado.
- No ocurre lo mismo con el poder de asistencia. El tribunal comprueba la idoneidad del cuidador. El cuidador necesita la aprobación del tribunal para tomar decisiones importantes. El tribunal también puede nombrar a otro cuidador si es necesario.

Ventajas e inconvenientes de la directiva de cuidados

Ventajas:

- Usted decide quién toma las decisiones por usted.
- Puede designar a varias personas.
- La directiva puede revocarse en cualquier momento.
- El tribunal puede designar a una persona de su elección.
- El control del tribunal limita los abusos.

Desventajas:

- Interviene el tribunal.
- El procedimiento tarda más en ser válido.
- Existe control por parte del tribunal.
- Control limitado sobre los propios bienes, especialmente en el caso de los cónyuges.

Puede encontrar más información y documentos [aquí](#).