

İçindekiler

Acil bir durumda yardım	2
Acil durum numaraları - SOS	2
Tıbbi acil servis, eczane acil servisi	2
Polis	3
Kendinizi dolandırıcılardan nasıl korursunuz?	3
Almanya'da Polis	4
Ingolstadt polis karakolu	5
Sivil koruma	6
Siren ve hoparlör uyarısı	6
Sivil koruma uygulamaları	7
Gölde ve nehirde yüzmek için güvenlik ipuçları	8
Gölde ve nehirde buz için güvenlik ipuçları	9
Travma, akut krizler ve psikolojik stres	11
Şiddet ve istismara karşı yardım - İhtiyaç sahibi bir kadın mısınız?	13
Herkes için değişim ve ağ oluşturma	16
Aile içi sorunlar	18
(Yaklaşan) zorla evlendirme durumunda destek, danışmanlık ve yardım	18
Çocuklar ve gençler için destek	19
Erkekler ve erkek çocuklar için destek	19
Barınma sorunları ile ilgili yardım, evsiz kalma tehlikesi ile ilgili yardım, evsizler için yardım	21
Dünya Doktorları - Münih Danışma Merkezi	26

Acil bir durumda yardım

Acil durum numaraları - SOS

Acil durum, sağlığa yönelik akut bir tehdittir. Bir acil durum doktoruna veya ambulans servisine yalnızca acil bir durum veya akut bir sağlık tehdidi durumunda başvurursunuz.

Acil durum irtibatları

☎ **Polis** [110](#)

☎ **İtfaiye, kurtarma servisi** [112](#)

☎ **Ambulans, acil doktor** [112](#)

Zehir acil çağrı Nürnberg [0911/3982451](#)

Zehir acil durum numarası Münih [089/19240](#)

💡 Cep telefonlarındaki acil durum numaraları, kontör/para içermeyen bir ön ödemeli kartınız olsa bile her zaman çalışır!

🌐 Ayrıca ilginç: [Acil bir durumda cep telefonu ile yer bulma nasıl çalışır - Konum gönder.](#)

Acil durum çağrısı için önemli bilgiler

- **Kim** arıyor (adınız)?
- **Nerede** bir şey oldu (adres)?
- **Ne** oldu?
- **Kaç** yaralı veya hasta var?
- **Ne tür** hastalıklar veya yaralanmalar var?
- Başka sorular için **bekleyin!**

Sakinliğinizi koruyun. Daha iyi anlaşılabilmeniz için yavaş ve net konuşun. Aramayı sonlandırmayın. Acil çağrı merkezi / polis, tüm önemli bilgiler iletdikten sonra aramayı sonlandıracaktır.

💡 Hastaneye gittiğinizde kimlik kartınızı veya varış belgenizi unutmayın! Bir sağlık sigortası şirketine kayıtlıysanız, sigorta kartınızı yanınızda getirin.

👥 Bir sığınmacı olarak, sadece acil durumlarda tedavi fişi olmadan hastaneye gidebilirsiniz. Hastanede, varış belgenizle birlikte sığınmacı olduğunuzu göstermelisiniz ve masraflar Sosyal İşler Dairesi aracılığıyla karşılanacaktır.

Tıbbi acil servis, eczane acil servisi

Nöbetçi doktor hizmeti

Gece geç saatlerde mi, Pazar günü mü ya da resmi tatil mi?
Bir doktora mı ihtiyacınız var? Kendinizi iyi hissetmiyorsunuz.
Doktorunuz açık değil mi?

Burayı arayabilirsiniz. ☎ Numara: [116 117](#)
Nöbetçi doktor isteyin.

Ama acil durumlar için değil!

Hayatı tehdit eden acil durum veya kaza

Zehirlendiniz mi, ciddi bir kaza mı geçirdiniz veya kötü kanayan bir yaranız mı var?

☎ Acil durum numarasını arayın: [112](tel:112)

Ya da hastaneye gidin:

[GOIN-Ärztliche Bereitschaftspraxis Ingolstadt](#)

Acil servis Klinikum Ingolstadt GmbH:

📍 [Levelingstraße 21](#), 85049 Ingolstadt

☎ [0841/8802750](tel:08418802750)

Acil Servis Kliniği Dr Maul GmbH:

📍 [Östliche Ringstraße 4](#), 85049 Ingolstadt

☎ [0841/93580](tel:084193580)

Diş acil servis hizmeti

Dişle ilgili acil bir durum mu?

Örneğin, ağrı, kanama, kaza?

Diş hekiminiz açık değil mi?

Acil servis nerede? 🌐 [Buraya](#) bir göz atın

Eczane acil servisi

Ingolstadt'ta hangi eczane hafta sonu veya gece açık?

Burada arama yapın: [Acil servis eczanesi](#)

Polis

Kendinizi dolandırıcılardan nasıl korursunuz?

Torun numaralarından sahte polis memurlarına

Dolandırıcılar değerli eşyalarınızı ele geçirmek için her zaman yeni numaralar buluyorlar. Genellikle yaşlı insanların sağlığından yararlanırlar. Esnaf, sahte polis memuru veya bağış toplayıcı gibi davranırlar.

- Bu nedenle kapıyı sadece tanıdığınız kişilere açın.
- Önce kapınıza kimin geldiğini öğrenin.
- Bu kişiyi şahsen tanıyor musunuz?
- Eğer yabancı biriye, her durumda dikkatli olun.
- Kapı kilidiniz var mı?

- Bu, ön kapıyı sadece bir aralık açabileceğiniz ve izniniz olmadan kimsenin evinize giremeyeceği anlamına gelir.
- Eller serbest sisteminiz var mı?
 - Kapıyı açmadan önce sorun, ancak şüpheli olun.
- Suçlular önceden bilgi alabilir ve yanlış bilgi iddia edebilirler.
 - Örneğin, komşularınızdan biri belirli nedenlerle bunları size göndermiş olabilir.
- Her durumda, kişiyi göremiyorsanız şüpheli olun. Birçok kötü numara var.

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

Torun numarası

Aradığınız kişiyi tanımiyorsanız asla telefonda herhangi bir bilgi vermeyin. Bir konuşmaya dahil olmadan önce telefonu kapatmak daha iyidir. Böyle bir numaraya kanmadan ve birine para aktarmadan önce torunlarınıza veya çocuklarınıza danışacağınızı söylemek en iyisidir.

Sahte polis memurları

Torun numarasının yerini giderek sahte polis memurları alıyor.

Sözde bir **polis memuru** sizi arıyor:

- Telefonunuzun ekranında **sahte arayan kimliği** olarak "**110**" numarası beliriyor.
- Sözde polis memuru mahallenizde bir hırsızlık olduğunu iddia ediyor.
- Arayan kişi hırsızların yakalandığını ve hırsızların girdiği adreslerin bir listesinin bulunduğunu bildiriyor.
- Bu nedenle polisin değerli eşyaları geri almak için evinizi kontrol etmesi gerekecektir.

Benzer durumlarda, **sözde** bir **banka çalışanı** arar ve hesabınızda usulsüzlük olup olmadığını kontrol etmek ister.

- Hiçbir koşul altında PIN kodunuzu vermemelisiniz.
- Banka kartınızı ya da PIN numaranızı bir zarfa koyup kapıda sözde bir banka çalışanına teslim etmek gibi başka talepleri kabul etmeyin."



Ardından hemen polisi arayın ve dolandırıcılığı  **110** adresine bildirin.

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

Almanya'da Polis

Polis Almanya'da iç güvenliği ve düzeni korur.

Birinin yasalara uyup uymadığını araştırmalı ve suçluların cezalandırılmasını sağlamalıdır.

Suç mağdurlarıyla ilgilenir.

Ayrıca önceden yardımcı olur ve insanlara, örneğin hırsızlar gibi, kendilerini suçlardan nasıl koruyabilecekleri konusunda tavsiyelerde bulunur.

Mağdurların polise gidip ne olduğunu ya da ne gördüklerini anlatmaları önemlidir. Ancak bu şekilde polis failleri bulabilir ve cezalandırabilir.

Her eyaletin polis teşkilatının kendine özgü ulusal renkleri ve yapıları vardır. Ancak görevleri genel olarak tüm Almanya'da aynıdır.

Bu görevler aşağıdakileri içerir:

- Suçların ve trafik suçlarının önlenmesi;
- Cezai suçlarla mücadele ve soruşturma (§ 163 StPO)
- Karayolu trafiğinin düzenlenmesi, trafik kazalarının kaydedilmesi ve soruşturulması (§ 44 Para. 2 StVO);
- Siber suçların araştırılması ve siber suçlarla mücadele;
- Kıdemsiz polis memurlarının eğitimi

Kendiniz veya başkaları için tehlikeli durumlarda ☎ [110](tel:110) acil durum numarasını arayın.

Ingolstadt polis karakolu

Sorumluluk alanı:

Ingolstadt Belediyesi ve şu belediyeler

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

Kendiniz veya başkaları için tehlike söz konusu olduğunda ☎ [110](tel:110) acil durum numarasını arayın.

Önemli şeyleri söyleyin

- Ne oldu?
- Acil durum veya kaza nerede meydana geldi?
- Kaç kişi yaralandı?
- Ne tür bir yaralanma?
- Kurtarma kontrol merkezinin sorularını bekleyin!

Polizeiinspektion Ingolstadt | Polizei

📍 [Esplanade 40, 85049 Ingolstadt](https://www.polizei.bayern.de/wir-ueber-uns/organ...)

☎ [+49 \(0\) 84193430](tel:+49084193430)

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

Sivil koruma

Siren ve hoparlör uyarısı

Ingolstadt'ta siren testleri ve önemi

Ingolstadt'ta her ay siren testleri yapılmaktadır. Bu, sirenlerin test edildiği anlamına gelmektedir.

Sirenler ayrıca ulusal uyarı günlerinde de test edilir.  [Son Haberler](#)



[Son Haberler](#) bulabilirsiniz.

Sirenler ne anlama geliyor

Sirenler bizi yangın veya diğer acil durumlar gibi tehlikelere karşı uyarır. Sivil koruma için de önemlidirler.

Siren sinyalleri:



 **Üç sürekli ses tonu ([12 saniye açık, 12 saniye duraklama, üç kez](#)):**

- Bu, itfaiyenin alarma geçirildiği anlamına gelir.



 **Uzun, yükselen ve alçalan feryat sesi([1 dakika](#)):**

- Büyük bir tehlike var.
- Bilgi için radyo dinleyin veya televizyon izleyin.
- Yerel tehlike riskine bağlı olarak, tüm pencere ve kapıların derhal kapatılması gerektiği anlamına da gelir.
- Kivılcımları tutuşturmayın, örneğin gazlı ocakta.
- Sigara içmeyin.
- Klimayı kapatın.
- Açık havada kalmayın.
- Çocuklarınızı kreşe ya da okula bırakın.
- Yoldan geçen diğer savunmasız kişilere yardım edin ve onları içeri alın.
- Telefon hatları aşırı yükleneceğinden, yalnızca mutlak acil durumlarda telefon görüşmesi yapın.
- Sadece 110 ve 112 acil durum numaralarını kullanın.

Her şey yolunda:

- Bir dakika boyunca sabit bir ses.
- Tehlike sona ermiştir.

Alarmları ve testleri test edin

- Bavyera genelinde yılda iki kez test alarmları yapılmaktadır.
- NINA ve KATWARN gibi uyarı uygulamaları da test edilmektedir.
- Uyarılar cep telefonlarına anlık bildirim olarak da gönderilmektedir.
- Bavyera İçişleri Bakanlığı testlerin ne zaman yapılacağını önceden duyurur.
- Bu testler tehlikeli değildir.

Daha fazla bilgi

💡📅Tarihler ve daha fazla bilgi [Bavyera İçişleri Bakanlığı'nın web sitesinde](#) bulunabilir.

💡 Federal Sivil Koruma Dairesi'nin acil durumlar için ipuçları içeren bir broşürü bulunmaktadır. 📄 Broşürün adı "[Katastrophen Alarm](#)" olup Almanca, İngilizce ve Fransızca dillerinde mevcuttur.

Sivil koruma uygulamaları

Sivil koruma uygulamaları: KATWARN ve NINA

Polis, itfaiye ve yetkililer, halkı saldırılar, doğal tehlikeler veya bombalar konusunda uyarmak için uygulamaları kullanır.

Uyarılar radyo, televizyon veya polis hoparlörleri aracılığıyla yapılır. Ayrıca sirenler ya da sosyal medya aracılığıyla da. Ayrıca afet önleme uygulamaları da vardır. Kural olarak, uyarı mesajları mümkün olduğunca çok şekilde yayılmalıdır. Bu, mümkün olduğunca fazla nüfusa ulaşılmasını sağlar.

NINA uygulaması (acil durum, bilgi ve haber uygulaması) Federal Sivil Koruma ve Afet Yardımı Dairesi tarafından işletilmektedir. Uygulama şunları içerir

- Sivil koruma hizmetlerinden alınan bilgiler,
- Alman Meteoroloji Servisi,
- federal eyaletlerin durum merkezleri ve
- şehirlerin ve belediyelerin bağlı yangın ve kurtarma kontrol merkezleri.

📱[Android akıllı telefonlar için uygulama için buraya tıklayın.](#)

📱[NINA'yı iPhone'lar için buradan indirebilirsiniz.](#)

KATWARN uygulaması kamu sigortacıları adına geliştirilmiştir. KATWARN uygulaması, Alman Meteoroloji Servisi'nin ülke çapındaki uyarılarına ek olarak, Bavyera çapında veya bölgesel mesajlar da dağıtmaktadır. KATWARN ayrıca federal hükümetin modüler uyarı sisteminden (MoWaS) de mesajlar gönderir ve uluslararası alanda da kullanılır.

📱[Apple App Store'daki bağlantı için buraya](#) tıklayın.

📱[Google Play'deki bağlantı için buraya](#) tıklayın.

Alman Hava Durumu Servisi'nden DWD Warn Weather uygulaması. Kullanıcılarına mevcut hava durumu hakkında bilgi sağlar. Almanya genelinde veya bölgelerde. Seçilen konumlar veya kendi konumunuz için bilgilere abone olabilirsiniz. Bu uygulama, aşağıdakiler gibi şiddetli

hava koşullarına karşı uyarır

1. Fırtına, kar ve buzlanma koşulları,
2. seller, fırtına dalgalanmaları, çığlar ve sıcaklık.
3. Elbette uygulamada hava tahminleri, yağış ve hava durumu haritaları da yer almaktadır.
4. Bu uygulamadan gelen uyarılar NINA ve KATWARN'a da aktarılmaktadır.

 [Google Playstore'da DWD Warn Wetter için buraya tıklayın.](#)

 [Apple cihazları için DWD Warn Wetter uygulaması](#) için buraya tıklayın.

 Ayrıca ilginç: [Acil bir durumda cep telefonuyla konum belirleme bu şekilde çalışır - konum gönder.](#)

Gölde ve nehirde yüzmek için güvenlik ipuçları

Bir gölde veya nehirde yüzmek çok eğlenceli olabilir, ancak güvende olmak önemlidir. İşte akılda tutulması gereken bazı basit ipuçları:

1. **Yalnız yüzmeyin:** Yüzmeye her zaman arkadaşlarınızla gidin. Yardıma ihtiyacınız olursa, başka kimse yardım edemez.
2. **Hava durumuna dikkat edin:** Fırtınalı veya sert rüzgarlı havalarda yüzmeyin. Bu tehlikelidir.
3. **Sadece güvenli yerlerde yüzün:** Sadece izin verilen ve başkalarının yüzdüğü yerlerde suya girin. Genellikle nerede yüzmenize izin verildiğini gösteren işaretler vardır.
4. **Suyun derinliğini kontrol edin:** Bilmediğiniz suya asla atlamayın. Su çok sığ olabilir veya suyun içinde taşlar olabilir.
5. **Çok uzaklara yüzmeyin:** Kıyıya yakın durun. Yorulursanız, geri dönmek daha kolay olacaktır.
6. **Akıntılara dikkat edin:** Nehirlerde genellikle sizi sürükleyebilecek akıntılar vardır. Dikkatli olun ve akıntıya karşı yüzmeyin.
7. **Çocuklara dikkat edin:** Çocuklar suda oynarken her zaman yetişkin gözetimi altında olmalıdır.
8. **Yüzme yardımcılarını kullanın:** İyi bir yüzücü değilseniz, can yeleği veya su kanatları kullanın.
9. **Kendi vücudunuzu dinleyin:** Üşüyorsanız veya yorgun hissediyorsanız, bunun yerine sudan çıkın. Vücudunuzun bir molaya ihtiyacı vardır.
10. **Yanınıza cam şişe almayın:** Cam kırılabilir ve yaralanmaya neden olabilir. Bunun yerine plastik şişe veya teneke kutu kullanın.

 Bu ipuçlarıyla gölde veya nehirde güvenle yüzebilir ve yazın tadını çıkarabilirsiniz. Dikkatli olun ve kendinize iyi bakın!



Stadt Ingolstadt

Vorsicht! • Caution Prudence • الحذر

im Sommer
in summer

en été
في الصيف



Gölde ve nehirde buz için güvenlik ipuçları

Göller ve nehirler kışın donabilir. Bu güzel görünebilir ve eğlenceli olabilir, ancak aynı zamanda tehlikelidir. İşte güvende kalmak için bazı basit ipuçları:

1. **Buzu kontrol edin:** Sadece yeterince kalınsa buzun üzerine çıkın. En az 10 santimetre kalınlığında olmalıdır. Buzun güvenli olup olmadığını bilen birine sorun.
2. **Buza tek başınıza çıkmayın:** Buza her zaman biriyle birlikte çıkın. Bu şekilde, bir şey olursa birisi size yardım edebilir.
3. **Buzlu alanlardan kaçının:** Köprülerin, sazlıkların veya akan suyun olduğu yerlerin yakınına gitmeyin. Buralarda buz genellikle daha incedir.
4. **Uyarı işaretlerine dikkat edin:** Buzun güvenli olmadığı durumlarda sizi uyan işaretlere dikkat edin. Buralarda buzun üzerine çıkmayın.

5. **Sıcak tutan giysiler giyin:** Donmamak için sıkı**giyinin**. Birkaç kat giysi giyin.
6. **Yanınıza kurtarma ekipmanı alın:** Yanınıza bir ip veya sırık alın. Birisi buzun içine düşerse, yardım etmek için bunları kullanabilirsiniz.
7. **Çatlaklara dikkat edin:** Buzda çatlaklar görürseniz veya buz çatlarsa, **hemen** kıyıya geri dönün.
8. **Çocukları denetleyin:** Çocuklar asla yetişkin gözetimi olmadan buza çıkmamalıdır.
9. **Karanlıkta buzlu alanlardan kaçınin:** Karanlıkta buza çıkmayın. Tehlikeleri görmek ve görölmek daha zordur.
10. **İlk yardımı bilin:** Birisi buzun üzerine düşerse ne yapacağınızı biliyor musunuz? **Hemen** yardım çağırın ve kişiyi bir ip veya sopayla sudan çıkarmaya çalışın.

💡 Bu ipuçlarıyla buz üzerinde güvende kalabilir ve kışın tadını çıkarabilirsiniz. Dikkatli olun ve kendinize ve başkalarına iyi bakın!



Stadt Ingolstadt

Vorsicht! • Caution
Prudence • الحذر

im Winter
In winter

en hiver
في الشتاء



Travma, akut krizler ve psikolojik stres

Kaçış ve göç, insanlar savaş ve şiddetten kaçmak zorunda kaldıklarında gerçekleşir. Bu da onları çok zor durumlara sokar. Birçok insan hayatlarının geri kalanında bunun sonuçlarına katlanır. Bazıları ise ancak geç bir aşamada yardım alabilmektedir. Travma desteği bir terapi değildir. Ancak insanların travmanın sonuçlarıyla birlikte yaşamalarına yardımcı olabilir.

İnsanlara yardımcı olmak için tasarlanmış broşürler vardır. Bunlar dayanılmaz durumlar yaşamış kişiler içindir. Bazıları etkilenen çocuklara veya gençlere bakan kişiler içindir. Diğerleri ise bizzat etkilenen yetişkinler içindir. Bu broşürler, insanların bu tür olaylardan sonra günlük yaşamla daha iyi başa çıkmalarına yardımcı olmak için tasarlanmıştır. Yeni durumla nasıl daha iyi başa çıkılabileceğine dair pratik ipuçları ve tavsiyeler sunarlar.

İşte travma desteği için bazı yararlı bilgiler ve irtibat bilgileri. Özellikle mülteciler ve diğer etkilenen kişiler için:

Genel bilgi ve yardım

[Travma geçiren mültecilere yardım](#)

- Çeşitli dillerde bilgiler.
- Kendi kendine yardım için ipuçları.

[Cevrimiçi psikoterapi](#)

- "Ilajnafsy" programı internet üzerinden psikolojik destek sunmaktadır.
- Özellikle Arapça konuşulan dünyadan insanlar için.
- Depresyon ve travmadan muzdarip insanlar için.
- İngilizce, Almanca ve Arapça dillerinde mevcuttur.

[Travma resimli kitabı](#)

- Birçok dilde mevcuttur.
- Çocukların deneyimlerini anlamalarına yardımcı olur.

[Travma geçirmiş çocuklar için yardım](#)

- Ebeveynler için çocuklarına nasıl yardımcı olabileceklerine dair ipuçları.

Unfallkasse Berlin'den "Travma - ne yapmalı?" konulu [broşürler](#), çeşitli dillerde de mevcuttur.

- Travma geçirmiş çocukların ve gençlerin yakınları ve yardımcıları için bilgiler: Travma geçirmiş çocukların ve gençlerin davranışlarını açıklar. Onlarla nasıl başa çıkılacağına dair ipuçları verir.
- Akut etkilenen yetişkinler ve yakınları için bilgiler: Travmatik bir olaydan sonra günlük yaşamla başa çıkma broşürü.

[Mülteciler için ebeveyn rehberi](#)

- Travma geçirmiş çocuklar yaşlarına bağlı olarak nasıl davranırlar?
- Ve ebeveynler nasıl doğru tepki verebilir?

Burada ayrıca telefonla danışmanlık ve kriz desteği için irtibat bilgileri bulabilirsiniz.

Psikiyatrik kriz servisi:

Telefonla danışmanlık ve kriz desteği

 [+49 \(0\) 8006553000](tel:+49(0)8006553000) ücretsiz

Danuvius Klinik Ingolstadt

Travma polikliniği



[Preysingstraße 3-5](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 8419339800](#)

Ingolstadt Hastanesi
Travma polikliniği



[Krumenauerstr. 25](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 8418800](#) / [+49 \(0\) 8418802205](#)

Şiddet ve istismara karşı yardım - İhtiyaç sahibi bir kadın mısınız?

Şiddet ve istismara karşı yardım:

İhtiyaç sahibi bir kadın mısınız?

Bir kadın olarak aşağıdaki merkezlere başvurabilirsiniz:

- şiddet tehdidi altındaysanız veya
- istismar mağduru:

Caritas Ingolstadt Bölge Merkezi - Kadın Sığınma Evi

📍 [Jesuitenstr. 1](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841/309 700](#)



[0841/309 799](#)

@f [rauenhaus](#) us@caritas-ingolstadt.de

🌐 [Caritas Kadın Sığınma Evi](#)

Kadın sığınma evi Ingolstadt'taki Caritas bölge merkezine bağlıdır, ancak merkezi burada değildir. İlgili kadınların korunması için merkezin adresi verilmemiştir.

📞 Günün her saati (7/24) telefonla ulaşılabilir (Pazar günleri ve resmi tatiller dahil):

☎ [0841/309-700](#)

Acil durum telefon irtibatı

"Kadına yönelik şiddet" yardım hattı

Ücretsiz ve anonim danışmanlık hizmeti 17 dilde

☎ 📞 [1 60 16](#) 00:00 - 24:00 (24/7)

🌐 [www.hilf](#) etelefon.de

Siz veya başkaları **yakın tehlike altında mısınız ?**

 Hemen **polis acil durum numarasını** arayın : [110](tel:110)

Aile içi şiddet için danışma merkezleri:

Caritas Ingolstadt Bölge Merkezi

Aile içi şiddet müdahale merkezi

 [Jesuitenstraße 1](#)

85049 Ingolstadt

 [0841/309-199](tel:0841309199)

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

Wirbelwind Ingolstadt e.V.

Cinselleştirilmiş şiddet için uzman danışmanlık

[Am Stein 5](#)

85049 Ingolstadt

 [0841/17353](tel:084117353)

@ [beratung](mailto:beratung@wirbelwind-ingolstadt.de) sstelle@wirbelwind-ingolstadt.de

 [www.wirb](http://www.wirbelwind-ingolstadt.de) elwind-ingolstadt.de

 Sadece randevu ile randevu

Telefonla ulaşılabilirlik:

Pazartesi

Salı 09:00 - 10:00

Çarşamba 18:00 - 19:00

Perşembe 16:00 - 17:00

Cuma 10:00 - 11:00

Katolik Kadınlar Sosyal Hizmeti e.V. Ingolstadt

Aile ve yaşam danışmanlığı merkezi

[Schrannenstr. 1a](#)

85049 Ingolstadt

 [0841/93755-0](tel:0841937550)



[0841/93755-30](tel:08419375530)

@ [nfo@skf](mailto:nfo@skf-ingolstadt.de) -ingolstadt.de

Diakonie Ingolstadt - Kadınlar için danışmanlık

Danışma Merkezi

[Schulstr. 14](#)

85049 Ingolstadt

 [0841/37 08 303](tel:08413708303)

Pazartesi 08:00 - 12:00, 13:00 - 19:00

Salı 08:00 - 12:00, 13:00 - 17:00

Çarşamba 08:00 - 12:00, 13:00 - 15:00

Perşembe 08:00 - 12:00, 13:00 - 17:00

Cuma 08:00 - 12:00, 13:00 - 15:00

Şiddet veya ayrımcılık durumunda danışma merkezleri

Fırsat Eşitliği Merkezi - Ingolstadt Belediyesi

[Belediye Binası Meydanı 4](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841/305-1166](tel:08413051166)



0841 305-1169

@g leichestellungsstelle@ingolstadt.de

Ayrımcılıkla Mücadele Merkezi

[Belediye Binası Meydanı 4](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841/305-1165](tel:08413051165)

@a ntidiskriminierungsstelle@ingolstadt.de

Telefonla yardım ve danışmanlık

Protestan telefon danışmanlık hizmeti: [0800/11 10 111](tel:08001110111) (ücretsiz)

📞Günün her saati - 24 saat

@veya sohbet: www.telefonseelsorge.de

Katolik telefonla danışmanlık hizmeti: [0800/11 10 222](tel:08001110222) (ücretsiz)

📞Günün her saati - 24 saat

@veya sohbet: www.telefonseelsorge.de

Müslüman danışma hattı (MuTeS)

☎ [030 / 443 50 98 21](tel:030443509821)

📞Günde 24 saat

🌐w [www.mute](http://www.mute.de) s.de

Müslüman Pastoral Bakım Yardım Hattı hem kişisel görüşmelerde hem de sohbet yoluyla danışmanlık ve destek sağlamaktadır. Almanca, Türkçe, Arapça, İngilizce, Fransızca, Boşnakça, Kürtçe, Urduca / Hintçe, Farsça, Bengalce, Somalice, Fasça ve Endonezyaca konuşuyoruz. Diğer diller istek üzerine. Kalifiye Müslümanlar burada gönüllü olarak günün her saati çalışmaktadır.

Telefon Doweria

☎ [030 / 440 30 84 54](tel:030440308454)

📞Günde 24 saat

🌐w www.diakonie-portal.de/telefon-doweria

Telefon Doweria, Diakonisches Werk Berlin Brandenburg tarafından yürütülen Rusça bir telefonla danışma hizmetidir. Birçoğu kendileri de göçmen olan ve bazıları Yahudi olan eğitilmiş, gönüllü telefon danışmanları tarafından 24 saat hizmet vermektedir.

 **Weißer Ring - mağdur hattı:** [116 006](tel:116 006), sabah 7'den akşam 10'a kadar (ülke çapında ücretsiz)

Gençlik ve Aile Ofisi / Genel Sosyal Hizmetler:

 [0841305-45717](tel:0841305-45717)

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

Salı 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:00

Çarşamba 08:00 - 12:30, 13:30 - 16:30

Perşembe 08:00 - 12:30, 13:30 - 17:30

Cuma 08:00 - 12:30

Çalışma saatleri dışında polis aracılığıyla çağrı üzerine hizmet

Suç mağdurları için danışma hattı:

 Yukarı Bavyera Kuzey Emniyet Müdürlüğü: [0841/9343-1077](tel:0841/9343-1077)

Psikiyatrik kriz servisi:

Telefonla danışmanlık ve kriz desteği

 [0800/655 30 00](tel:0800/655 30 00) Ücretsiz

Herkes için değişim ve ağ oluşturma

Ingolstadt'taki semt merkezleri

Ingolstadt'ta çok sayıda semt merkezi bulunmaktadır. Bu merkezler danışmanlık, kurslar ve etkinlikler gibi çeşitli hizmetler sunmaktadır. Hizmetler genellikle ücretsizdir veya mahalle sakinleri için çok az maliyetlidir.

Piusviertel mahallesinde mi yaşıyorsunuz?

Piusviertel mahalle merkezi

Adres [Pfitznerstraße 19a](#), 85057 Ingolstadt

Telefon: [+49 \(0\) 84130545840](tel:+49(0)84130545840) veya [+49 \(0\) 84130545849](tel:+49(0)84130545849)

Stadtteiltreff Piusviertel'de mahalle için çeşitli teklifler bulunmaktadır. İster sorularınız olsun, ister sadece mahalleden insanlarla tanışmak isteyin - burada hoş karşılanırsınız. Güncel programlar ve çalışma saatleri hakkında daha fazla bilgiyi [web sitesinde](#) bulabilirsiniz.

Augustinviertel'de mi yaşıyorsunuz?

Mahalle merkezi Augustinviertel

Adres [Stollstraße 2](#), 85053 Ingolstadt

Telefon: [+49 \(0\) 84130545820](tel:+49(0)84130545820) veya [+49 \(0\) 84130545829](tel:+49(0)84130545829)

Ayrıca Augustinviertel'de bir mahalle buluşma noktası da bulunmaktadır. Buradaki etkinliklere katılabilirsiniz. Tavsiye alabilir veya sadece sosyalleşmek için bir yer bulabilirsiniz. Buluşma noktasının [web sitesinde](#) daha fazla bilgi bulabilirsiniz.

Konradviertel'de mi yaşıyorsunuz?

Konradviertel mahalle buluşma noktası

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

Telefon: [+49 \(0\) 84130545830](tel:+49(0)84130545830) veya [+49 \(0\) 84130545839](tel:+49(0)84130545839)

Konradviertel mahallesinde de birçok etkinlik ve kurs düzenlenmektedir. İster genç ister yaşlı

olsun, herkes için bir şeyler vardır. Kesin teklifler ve açılış saatleri bölge merkezinin [web sitesinde](#) bulunabilir.

Café International

Adres Ingolstadt Şehir Tiyatrosu - Fuaye Atölye Sahnesi, [Schlosslände 1](#), 85049 Ingolstadt
Çalışma saatleri: Pazartesi ve Çarşamba, 15:00 - 17:30 (tatil günlerinde kapalıdır)

Önemli not:

2024 yazında Café International başka yerlerde de düzenlenecektir. 29.07. - 14.08. ve 02.09. - 11.09.2024 tarihleri arasında kafe Bürgerhaus'ta bulunabilir. [Flyer-Bürgerhaus Neuburger Kasten -Yaz.pdf](#)

Café International nedir?

[Café International](#), farklı kültürlerden gelen insanlar için bir buluşma yeridir. Herkesin hoş karşılandığını hissettiği bir yerdir. İster kadın ister erkek olsun, ister burada doğmuş ister başka bir ülkeden gelmiş olsun - herkese kapımız açık.

İnsanlar burada bir araya gelerek

- fikir alışverişi,
- birlikte vakit geçirmek,
- danışmanlık almak,
- yeni arkadaşlar bulmak.

Ayrıca özel gezilerin veya projelerin düzenlendiği [özel toplantılar](#) da vardır. Bu etkinlikler ayda bir kez gerçekleştirilmektedir.

Toplum merkezi - Ingolstadt şehrinin çok kuşaklı merkezi

- Kreuzstraße 12 (Alte Post toplum merkezi)
- Fechtgasse 6 (Neuburger Kasten toplum merkezi)
Telefon: [+49 \(0\) 8413052800](#) veya [+49 \(0\) 8413052830](#)
E-posta: buergerhaus@ingolstadt.de

Toplum merkezinde her yaştan ve kültürden insan bir araya gelmektedir. Burası herkesin hoş karşılandığı bir yerdir. Daha fazla bilgi için [web sitesini](#) ziyaret edebilirsiniz.

IN VIA Bayern e.V. - Bavyera'da Yaşam Gerçekliği

Bu dernek, [sosyal programlar ve projeler](#) aracılığıyla kız çocuklarını ve kadınları desteklemektedir. Etkinlikler her milletten kadın ve çocuklara yöneliktir.

Bilgileri [burada bulabilirsiniz](#).

Kültürel kulüpler ve dernekler

Ingolstadt'ta kültürel ve sosyal projeler sunan çok sayıda dernek bulunmaktadır. Kentin Entegrasyon Görevlisi, bu programları koordine etmek için Göç Konseyi ve diğer kurumlarla

yakın işbirliği içinde çalışmaktadır.

Ingolstadt'taki kültürel kuruluşların bir listesini kentin [web sitesinde](#) bulabilirsiniz.

Aile içi sorunlar

Aile içi sorunlar

Aile içinde büyük sorunlarınız mı var? Çocuklarınızla kötü bir tartışma mı yaşıyorsunuz? Burayı arayın.

Ebeveyn yardım hattı (anonim, ücretsiz):

 [0800/1110550](tel:08001110550)

 www.numm.ergegenkummer.de

Çocuğunuzun büyük sorunları mı var? Bazen bir yabancıyla konuşmak daha kolaydır. Çocuğunuz burada yardım bulabilir.

Çocuk ve gençlik yardım hattı (anonim, ücretsiz):

 [116 111](tel:116111)

 www.numm.ergegenkummer.de

 www.116111.eu

(Yaklaşan) zorla evlendirme durumunda destek, danışmanlık ve yardım

Zorla evlendirilme ve namus adına şiddet uygulanması durumunda destek, tavsiye ve yardım

Terre des femmes sekiz dilde bir ebeveynlik broşürü yayınladı ve ebeveynleri çocuklarının refahına ve mutluluğuna odaklanmaya teşvik ediyor.

Broşürde haklar ve terminoloji açıklanmaktadır. Dini önyargılara açıklık getirmekte ve her şeyden önce evlilikte şiddet tehlikesine dikkat çekmektedir.

Broşür Almanca, İngilizce, Fransızca, Türkçe, Kürtçe, Arapça, Romanca ve Farsça dillerinde mevcuttur:

 [TERRE DES FEMMES - Menschenrechte für die Frau e.V.: Sekiz dilde ebeveyn broşürü "Güçlü ailelerin güçlü kızları olur" \(frauenrechte.de\)](http://www.terredesfemmes.de)

Ülke çapında destek **Papatya - Kaçırılmaya Karşı Koordinasyon Merkezi** tarafından sunulmaktadır.

Doğrudan mağdur kızlara ve arkadaşları gibi çevrelerindeki kişilere yöneliktir.

Kadınlar için ülke çapında yardım hattı

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

 Günün 24 saati 17 dilde ücretsiz ve istenirse anonim olarak.

Soruları yanıtlar ve somut yardım sağlar. Telefonda, internette ve sohbette:

 www.hilf.etelefon.de

Ülke çapındaki erkek yardım hattı da yardım sağlar

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

Pazartesi'den Cuma'ya - ücretsiz ve talep üzerine anonim, çünkü erkekler de zorla evlilikten etkilenebilir.

 ww.maen.nerhilfetelefon.de

Çocuklar ve gençler için destek

Evde çatışmalar ve hatta şiddet olduğunda, çocukların ve gençlerin yardıma ihtiyacı vardır.

Almanya'da ebeveynler de dahil olmak üzere herkesin

- fiziksel veya duygusal olarak istismar eden veya
- Cinsel taciz ve istismar.

Danışmanlık ücretsizdir ve çocuklar ve gençler isimlerini gizli tutabilirler. Aile üyeleri veya arkadaşlar da öne çıkabilir.

Danışmanlık

Kedere karşı numara - çocuk ve genç yardım hattı

Aile, okul, arkadaşlar, depresyon, zorbalık, istismar, bağımlılık vb. sorunlar için telefon danışmanlığı. Ücretsiz ve anonim, ayrıca çevrimiçi danışmanlık.

 [116 111](http://116111)

 ww.numm.ergegenkummer.de

 Pazartesi - Cumartesi 14:00 - 20:00

İhtiyaç sahibi çocuklar

Diaconia Ingolstadt

Danışma merkezi, açık gençlik çalışması

[Schrannenstr. 5](#)

85049 Ingolstadt

 [0841/93 30 90](http://0841/933090)

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

 Pazartesi - Cuma: Sabah 8:00 - Öğleden sonra 12:00

 Pazartesi - Perşembe: 13:00 - 16:00

Erkekler ve erkek çocuklar için destek

Erkekler ve erkek çocuklar için destek

Stres ve yaklaşan kontrol kaybı için ipuçları

Koronavirüs krizine cevaben baskı altındaki erkekler için bir broşür yazıldı. Bununla birlikte, broşürdeki ipuçları diğer stres ve kriz durumları için de uygundur. Kontrol kaybını ve başkalarına yönelik şiddeti önlemeye yardımcı olurlar.

 [Survival kit for men under pressure.pdf](#)

Almanya'da iletişim:

Bundesforum Männer , www.maennerberatungsnetz.de portalı üzerinden danışmanlık ve yardım seçeneklerinin aranmasını desteklemektedir . SKM şiddet danışmanlığı(<https://www.skmev.de/beratung-hilfe/>) veya BAG Täterarbeit(www.bag-taeterarbeit.de) aracılığıyla şiddet uygulayan veya şiddet uygulamaktan korkan erkekler ve erkekler için başka danışma merkezleri bulabilirsiniz.

İhtiyaç sahibi erkekler

Kültür, sosyal sınıf veya köken farkı gözetmeksizin, çocuklarıyla birlikte erkekler için anonim sığınak, sınıf veya köken.

Riposo - Caritas Nürnberg

Bize telefon veya e-posta yoluyla ulaşın.



[Obstmarkt 28](#), 90403 Nürnberg (posta adresi)

 +49 (0) 9112354235

 @riposo@caritas-nuernberg.de

 [Riposo erkek sığınma evi Caritas Nürnberg](#)

Ülke çapında yardım hattı: Erkeklerle yönelik şiddet

 **Ücretsiz 08001239900**

Pazartesi - Perşembe 08:00 - 20:00, Cuma 08:00 - 15:00

Sohbet danışmanlığı saatleri: Pazartesi - Perşembe öğlen 12:00 - öğleden sonra 15:00, akşam 17:00 - 19:00

 www.maennergewaltschutz.de

 @beratung@maennerhilfetelefon.de

Diğer danışma merkezleri:

MIM

Münih Erkekler için Bilgi Merkezi e.V.



[Feldmochinger Str. 6](#)

80992 Münih

 +49 (0) 895439556



[+49 \(0\) 895439662](#)

Pazartesi 10:00 - 12:00

Salı 10:00 - 12:00

Çarşamba 12:00 - 14:00

Perşembe 12:00 - 14:00

@i nfo@mae nnerzentrum.de

MIM - Ingolstadt şubesi

Suçlulara yönelik çalışmalar için uzman merkez

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

Pazartesi 09:00 -10.00

Çarşamba 09:00 -10.00

Cuma 10:00 - 12:00

Kendi kendine yardım grupları -

Toplum merkezi, Ingolstadt şehrinin çok kuşaklı evi



[Kreuzstr. 12](#) (Eski Postane Toplum Merkezi)



[Fechtgasse 6](#) (Neuburger Kasten toplum merkezi)

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

@b uergerh aus@ingolstadt.de

Teklifler ve daha fazla bilgi için: www.buergerhaus-ingolstadt.de

İhtiyaç sahibi çocuklar

Diaconia Ingolstadt

Danışma merkezi, açık gençlik çalışması



[Schrannenstr. 5](#)

85049 Ingolstadt

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

@i [nfo@dw-](mailto:nfo@dw-in.de) in.de

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

Salı 08:00 - 12:00, 13:00 - 16:00

Çarşamba 08:00 - 12:00, 13:00 - 16:00

Perşembe 08:00 - 12:00, 13:00 - 16:00

Cuma 08:00 - 12:00

Barınma sorunları ile ilgili yardım, evsiz kalma tehlikesi ile ilgili yardım, evsizler için yardım

Konut sorunları - harekete geçme zamanı

Ev sahibinizle sorun yaşarsanız ya da kira veya hizmet bedellerini ödeyemezseniz, borç batağına düşebilirsiniz, tahliye edilebilir ve nihayetinde evsiz kalabilirsiniz. Çok geç olana kadar beklemeyin! Hala bir şeyleri değiştirme şansınız varken hemen yardım isteyin. Danışmanlık ve destek için çeşitli seçenekler vardır.

💡 "[Evinizi korumak" broşürünü](#) burada bulabilirsiniz.

Terimlerin tanımı

👤 Kalacak yeriniz yok mu? Geceyi sokakta geçirmek zorunda mısınız ya da kalacak mısınız? O halde **evsizsiniz** ve size kalacak yer sağlanması gerekiyor. Bu barınma, insani barınma gerekliliklerini karşılamalıdır. Temel fiziksel bütünlük hakkına saygı gösterilmelidir.

👤 Bir kişi, güvenli bir kira sözleşmesi veya uygun bir konuta sahip değilse **evsizdir**. Ya da sadece kurumsal olarak barındırılan kişiler.

👤 Ev sahibinin evden çıkma ihtarı veya tahliye davası nedeniyle evini kaybetme **riski altında** olan herkes **evsiz kalma tehlikesiyle karşı karşıyadır**.

Yerel makamlardan yardım

Yerel makamlar size çeşitli şekillerde yardım sağlayabilir:

- Evinizi kaybetme tehlikesiyle karşı karşıyaysanız
- ve kendi başınıza yeni bir konaklama yeri bulamıyorsanız,
- ya da ani bir olay nedeniyle evsiz kaldınız.

📄 [Düz broşürünüzü saklayın.PDF](#)

Ne yapmam gerekiyor?

Ingolstadt bölgesinde yaşayan veya kalan ve evsizlik tehdidi altında olan kişiler

- mümkün olan en kısa sürede Ingolstadt Belediyesi'nin evsizliği önleme uzmanlık merkezi ile iletişime geçmelidir
- Mevcut evinizi elinizde tutmak veya yeni bir ev bulmak için elinizden gelen her şeyi yapmalısınız
- Ingolstadt şehrinin konut ofisine başvurarak [konut hak belgesi](#) ve/veya [konut yardımı](#) için başvuruda bulunmalıdır.

Ingolstadt Belediyesi - Evsizliğin ve yurtsuzluğun önlenmesi için uzman merkez

📍 [Auf der Schanz 39](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841-305 50 205](#), [-305 50 206](#), [-305 50 207](#)



[0841-305 50 239](tel:0841-305 50 239)

@o [bdachlo](mailto:bdachlo@ingolstadt.de) senhilfe@ingolstadt.de

www.ingolstadt.de/wohnungslosigkeit

- Evinizi yeni mi kaybettiniz?
- Ev sahibinizle sorunlarınız mı var?
- Kira veya enerji faturası borcunuz mu var veya mahkemeden bir tahliye bildirimi (sarı mektup) mi aldınız?
- Uzun süredir evsizsiniz ve yatacak bir yere mi ihtiyacınız var?

💡 Ingolstadt Belediyesi'nin evsizliği önleme uzmanlık merkezi ile iletişime geçin.

Uzman merkez, evinizle ilgili sorunları netleştirmenize yardımcı olacaktır. Şu anda evsizseniz, Ingolstadt Belediyesi size kalacak bir yer sağlayacaktır.

💡 **Önemli: Uzmanlık merkezi konut ayarlamamaktadır.**

 Bu danışma saatlerine randevu almadan gelebilirsiniz:

Pazartesi 08:00 - 09:00, 14:00 - 15:00

Salı 08:00 - 09:00, 14:00 - 15:00

Çarşamba 08:00 - 09:00

Perşembe 08:00 - 09:00, 14:00 - 15:00

Cuma 08:00 - 09:00, 11:00 - 12:00

💡 Geçerli bir kimlik ve mevcut konut durumunuzla ilgili tüm belgelerinizi getirin.

💡 Mesai saatleri dışında da ayrı bir danışma randevusu ayarlayabilirsiniz.

💡 Almanca veya İngilizce bilmiyorsanız, lütfen yanınızda bir tercüman getirin.

Önemli irtibat kişileri

Ingolstadt ve Çevresi Kiracılar Derneği

📍 [Mauthstrasse 2](#)

85049 Ingolstadt

📞 [0841 17744](tel:0841 17744)



[0841 17734](tel:0841 17734)

@i nfo@mie terverein-ingolstadt.de

www.mieterverein-ingolstadt.de

Üye olmanız veya üye olmanız ve bir ücret ödemeniz gerekmektedir.

Kimler üye olabilir?

Her kiracı üye olabilir. Kiracı, bir kiracılık sözleşmesi imzalayan veya imzalamış olan herkeştir. Sadece bir kişi üye olabilir. Üyelik ücretlerini ana sayfada görebilirsiniz.

Nasıl üye olabilirim?

En kolay yol online üyeliktir. Ya da mesai saatleri içinde Mauthstraße 2 adresindeki ofisimize gelerek üyelik başvuru formunu doldurabilirsiniz.

Karşılığında ne alacağım?

Deneyimli hukuk danışmanlarımız ve avukatlarımız, kiracılık hukuku ile ilgili tüm konularda size ücretsiz danışmanlık hizmeti verecektir:

- İşletme maliyet tabloları
- Konut kusurları
- kira artışı
- Kira sözleşmesi
- Ev sahibi iptali
- Kira depozitosu
- Kozmetik onarımlar
- Kiracı bülteni: Kiracı bültenini çevrimiçi baskı olarak veya geleneksel kağıt formunda da alabilirsiniz.
- Kiracılar için yasal gider sigortası: Güçlü bir yasal gider sigortası poliçesi, mahkemeye gitmeniz gerektiğinde size yardımcı olacaktır.
- Bilgilendirme ve halkla ilişkiler çalışmaları: Sunumlar yapıyoruz. Eyalet ve federal derneğimiz aracılığıyla siyaseti etkiliyoruz.

Daha fazla destek için fırsatlar da mevcuttur:

St Francis Sokak Ambulansı

 [Moritzstr. 2](#)

85049 Ingolstadt

 [0841 14 28 784](tel:0841 14 28 784)

@ [ruder-m](mailto:ruder-m@artin-ambulanz@web.de) artin-ambulanz@web.de

 [www.stra](http://www.stra.ssenambulanz-ingolstadt.de) ssenambulanz-ingolstadt.de

 Çalışma saatleri:

Pazartesi - Cuma 09.00 - 17.00

Sokaktaki poliklinikte ucuz yemek yiyebilir, duş alabilir ve çamaşırlarınızı yıkayabilirsiniz. Tıbbi ve hemşirelik bakımı alıyorlar ve birçok alanda destekleniyorlar.

Villa Johannes - Caritas bölge merkezi Ingolstadt

 [Gaimersheimer Caddesi 15 ½](#)

85057 Ingolstadt

☎ [0841 309-177](tel:0841 309-177)



[0841 309-179](tel:0841 309-179)

@v illa-jo hannes@caritas-ingolstadt.de

🌐 [http://w](http://www.villa-johannes.de) www.villa-johannes.de

📅 **Açılış ve danışma saatleri:**

Pazartesi 08:00 - 16:00

Salı 08:00 - 16:00

Çarşamba 08:00 - 16:00

Perşembe 08:00 - 16:00

Cuma 08:00 - 13:30

Villa Johannes, bağımlılıktan muzdarip kişiler için bir gündüz merkezidir. Merkez, düşük maliyetli kahvaltı ve öğle yemeği, aktiviteler ve çamaşır makinesi kullanımı gibi pratik yardımlar sunmaktadır. Ayrıca bağımlılığın tüm yönleri hakkında danışmanlık ve destek alacaksınız.

Café NeuHaus - SkF Ingolstadt e.V.

📍 [Schrannenstr. 1a](#)

85049 Ingolstadt

☎ 0841 93755-0

@c afe.neu haus@skf-ingolstadt.de

🌐 www.skf-ingolstadt.de/cafe-neuhaus

📅 **Çalışma saatleri**

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

Salı 09:00 - 11:30, 13:00 - 17:00

Çarşamba 09:00 - 11:30, 13:00 - 17:00

Perşembe 09:00 - 11:30, 13:00 - 17:00

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

Café NeuHaus, evini kaybetmek üzere olan ya da evsiz ve sokakta yaşayan tüm kadınlara güvenli bir yer sunmaktadır.

Burada danışmanlık, değişim, huzur ve destek bulacaksınız. Kadınlardan kadınlar için.

Burada sadece kahve içip kek yemekle kalmaz, aynı zamanda çamaşır yıkayabilir, posta alabilir ya da danışmanlık hizmeti alabilirsiniz. Kafe personeli idari konularda da size yardımcı olabilir.

[Kadın kafesi broşürü](#)

Tren istasyonu görevi Ingolstadt ana istasyonu

📍 [İstasyon caddesi 8](#)

Merkez İstasyon / Platform 1

85051 Ingolstadt

☎ [0841 309-500](tel:0841 309-500)



[0841 309-509](tel:0841309509)

@b ahnhoofs_mission@caritas-ingolstadt.de

www.bahnhofsmission.de

Çalışma saatleri:

Pazartesi 09.00 - 17.00

Salı 09.00 - 17.00

Çarşamba 09.00 - 17.00

Perşembe 09.00 - 17.00

Cuma 09.00 - 17.00

Cumartesi ve Pazar günleri **kapalıdır**.

Ayrıca resmi tatillerde ve 24 ve 31 Aralık tarihlerinde de **kapalıdır**.

İstasyon görevi aşağıdaki durumlarda yardımcı olur

- bitkin.
- aç veya susuzsanız.
- yaralı, hasta veya zayıfsanız.
- sizi rahatsız eden bir şey var ve destek ya da tavsiye arıyorsunuz.
- kendinizle veya inancınızla bir an düşünmeye ihtiyaç duyuyorsanız.
- çocuğunuzun altını değiştirecek veya emzirecek bir yer bulamıyorsanız.
- bir aksilik nedeniyle giysilerinize zarar verdiyseniz.
- acilen bir telefon görüşmesi yapmanız gerekiyorsa.
- Uyuyacak yeriniz yok.
- soyulduysanız.

💡 İstasyon misyonu ayrıca Bavyera içindeki bölgesel güzergahlarda seyahat yardımı da sunmaktadır.

Dünya Doktorları - Münih Danışma Merkezi

Dünya Doktorları - Münih Danışma Merkezi

Birçok dildeki bilgi sayfalarına buradan ulaşabilirsiniz:

- Broşür "[Cinsel sağlık ve cinsel özerklik, hamilelik ve doğum, toplumsal cinsiyete dayalı şiddete karşı korunma: mülteciler için bilgiler](#)"
- Broşür "[İltica prosedüründeki haklarım, Alman sağlık sistemi, Ruh sağlığı: Yukarı Bavyera'daki mülteciler için bilgiler](#)"

Sağlık sigortası olmayan kişiler

Almanya'da herkesin sağlık sigortası yok. Birçok kadın, erkek ve çocuğun tıbbi bakıma erişimi yok. "Dünya Doktorları" Münih, Stuttgart, Hamburg ve Berlin'de ücretsiz olarak yardımcı olmaktadır.

Göçmenler ve mülteciler

Aralarında çok sayıda çocuğun da bulunduğu milyonlarca insan dünya çapında kaçıyor. "Doctors of the World" birçok ülkede göçmen ve mültecilere yardım ediyor. Tıbbi bakım ve danışmanlık hizmeti sunuyoruz.

Kriz mağdurları

Doğal afetler ve çatışmalar geçim kaynaklarını yok ediyor. "Doctors of the World" acil yardım sağlıyor ve yeniden yapılanmaya yardımcı oluyor.

Kadınlar ve çocuklar

Hamile kadınlar, anneler ve çocuklar özel korumaya ihtiyaç duymaktadır. Birçoğu doktor olmadığı ya da tedavi çok pahalı olduğu için hastalanıyor. "Dünya Doktorları" onların sağlığını iyileştiriyor ve haklarını güçlendiriyor.

Risk grupları

Sokak çocukları, uyuşturucu kullanıcıları ve gündelik işçiler yüksek sağlık risklerine sahiptir. "Doctors of the World" dünya çapındaki projelere yardımcı oluyor.

Hastalar için yardım

Almanya'da sağlık sistemine erişimi olmayan kişilere tıbbi yardım sunuyoruz. Örnekler arasında Münih, Berlin ve Hamburg'daki "open.med" ve Stuttgart'taki "MedMobil" yer almaktadır.

Şiddet mağdurları - mülteciler için danışmanlık

Almanya'da yaşayan herkes sağlık hakkına sahiptir. Ancak, yeni gelenler genellikle sistemle ilgili zorluklar yaşamaktadır. Tıbbi bakım için sosyal yardım dairesinden sertifika almaları gerekiyor ve bu da genellikle sadece acil durumları kapsıyor.

Bavyera'daki barınma merkezleri de dahil olmak üzere mülteciler sıklıkla şiddete maruz kalmaktadır. Dil engelleri ve ayrımcılık yardıma erişimi zorlaştırmakta ve işleri daha da kötüleştirmektedir.

"Dünyanın doktorları"

Münih ofisi:

[Landsberger Str. 428](https://www.landsberger-str.428.de)

81241 Münih

 [+498945230810](tel:+498945230810)

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

 www.aerztderwelt.org