
Inhaltsverzeichnis

Integreat	2
Frag Integreat	2
Was ist "Frag Integreat"? - mit Chatberatung	2
Was ist "Frag Integreat"?	3
Hjælp til medicinske nødsituationer	4
Hjælp til psykologiske nødsituationer	5
Hjælp til psykologiske nødsituationer for børn og unge	6
Hjælp til psykologiske nødsituationer i Bayern	8
Hjælp til vold	8
Arbejde	9
Indvandring af kvalificeret arbejdskraft	9
For professionelle	9
Til træning og studier	10
Blåt EU-kort	11
Find et job	12
Adgang til arbejdsmarkedet	12
Arbejdskontrakt	13
Ansøgninger og jobsamtaler	15
At finde arbejde med onlineplatformen socialbee	16
Sikkert i skole	17

Integreat

Frag Integreat

Was ist "Frag Integreat"? - mit Chatberatung

- **Frag Integreat** er en ny funktion i Integreat.
- **Frag Integreat** Den fungerer som en chat. Du stiller dit spørgsmål og får et nyttigt svar i løbet af få sekunder.
- **Frag Integreat** er i øjeblikket kun tilgængelig på hjemmesiden integreat.app. Den er endnu ikke tilgængelig i de apps, der er installeret via Google Play Store eller Apple App Store.
- Du kan finde chatten fra **Frag Integreat** ved at klikke på taleboble-ikonet nederst til højre på din skærm:



Sådan fungerer Frag Integreat:

Stil dit spørgsmål. **Frag Integreat** Integreat vil derefter søge i alt indholdet i Integreat-appen og give dig det bedste svar. Det kan tage op til et minut. **Vær venligst tålmodig.**

Svarene fra **Frag Integreat** er udelukkende baseret på de officielle oplysninger fra den respektive region. På den måde får du altid pålidelige og korrekte svar.



Robotten ved siden af svaret angiver, at **Frag Integreat** automatisk har fundet et passende svar til dig i Integreat-indholdet. Du er velkommen til at stille yderligere spørgsmål. Hvis der ikke er noget passende svar, vil du også blive informeret om dette.

Du kan også skrive i chatten, at du gerne vil skrive til en **person**. Eksperter på stedet kan læse og besvare din besked. Når du har skrevet, at du gerne vil skrive til en person, kan det være, at du skal vente et par dage på svar. Det afhænger af, hvornår eksperterne er online.



Billedet af en person ved siden af svaret indikerer, at en person har givet dig et svar. Du kan også skrive et svar eller stille et nyt spørgsmål. En anden person vil så svare dig.

Sørg for, at du vælger det rigtige sprog, og at din valgte region

Frag Integreat kan tale alle de sprog, der er tilgængelige i Integreat. Det er vigtigt, at det sprog, du stiller dit spørgsmål på, også er indstillet i øjeblikket - ellers fungerer det ikke korrekt. **Frag Integreat** vil ikke fungere korrekt.

Hvis dette sker, skal du gøre følgende:

- Luk chatvinduet
- Vælg det ønskede sprog fra sprogetallet øverst.
- Åbn **Frag Integreat** og stil dit spørgsmål

Frag Integreat kan kun få adgang til indholdet i den region, du har valgt. Hvis du har brug for oplysninger fra en anden region, skal du først vælge denne region og derefter stille dit spørgsmål. Chatbotten er endnu ikke tilgængelig i alle regioner.

Dine data er også Frag Integreat sikre.

Du behøver ikke at logge ind på **Frag Integreat** for at bruge den. Ingen personlige data gemmes. Du bedes dog ikke indtaste følsomme oplysninger i chatten. Hvis dit spørgsmål er meget specifikt, vil vi **Frag Integreat** forsøge at anbefale et passende rådgivningscenter. Der kan du så trygt drøfte dine personlige bekymringer og dokumenter.

Vi beskytter dine data og dit privatliv og giver dem aldrig videre. Vi har samlet alle oplysninger om databeskyttelse på denne hjemmeside: [Hjemmeside med information om databeskyttelse](#). Efter 6 måneder sletter vi dine chatdata helt fra vores servere.

Hjælp os med at blive Frag Integreat bedre!

Frag Integreat bliver hele tiden forbedret. Hvis et svar er uforståeligt, eller du opdager en fejl, ser vi frem til din feedback. Og hvis du har ideer til, hvordan vi kan gøre chatten endnu mere nyttig, så lad os det vide. Du kan skrive en besked ved hjælp af feedback-funktionen. Du kan også nå os via info@integreat-app.de.

Tak fordi du bruger **Frag Integreat** bruge chatten!

Was ist "Frag Integreat"?


- **Frag Integreat** er en ny funktion i Integreat.
- **Frag Integreat** Den fungerer som en chat. Du stiller dit spørgsmål og får et nyttigt svar i løbet af få sekunder.
- **Frag Integreat** er i øjeblikket kun tilgængelig på hjemmesiden integreat.app. Den er endnu ikke tilgængelig i de apps, der er installeret via Google Play Store eller Apple App Store.
- Du kan finde chatten fra **Frag Integreat** ved at klikke på taleboble-ikonet nederst til højre på din skærm:



Sådan fungerer det Frag Integreat:

Stil dit spørgsmål. **Frag Integreat** Integreat vil derefter søge gennem alt indholdet i Integreat-appen og give dig det bedste svar. Det kan tage op til et minut. **Vær venligst tålmodig.**

Svarene fra **Frag Integreat** er udelukkende baseret på de officielle oplysninger fra den respektive region. På den måde får du altid pålidelige og korrekte svar.

 Robotten ved siden af svaret angiver, at **Frag Integreat** automatisk har fundet et passende svar til dig i Integreat-indholdet. Du er velkommen til at stille yderligere spørgsmål. Hvis der ikke er noget passende svar, vil du også blive informeret om dette.

Sørg for, at du vælger det rigtige sprog, og at din valgte region

Frag Integreat kan tale alle sprog i Integreat-appen. Det er vigtigt, at det sprog, du stiller dit spørgsmål på, også er indstillet i øjeblikket - ellers fungerer det ikke korrekt. **Frag Integreat** vil ikke fungere korrekt.

Hvis dette sker, skal du gøre følgende:

- Luk chatvinduet
- Vælg det ønskede sprog fra sprogvalget øverst.
- Åbn **Frag Integreat** og stil dit spørgsmål

Frag Integreat kan kun få adgang til indholdet i den region, du har valgt. Hvis du har brug for oplysninger fra en anden region, skal du først vælge denne region og derefter stille dit spørgsmål. Chatbotten er endnu ikke tilgængelig i alle regioner.

Dine data er også Frag Integreat sikre.

Du behøver ikke at logge ind på **Frag Integreat** for at bruge den. Ingen personlige data gemmes. Du bedes dog ikke indtaste følsomme oplysninger i chatten. Hvis dit spørgsmål er meget specifikt, vil vi **Frag Integreat** forsøge at anbefale et passende rådgivningscenter. Der kan du så trygt drøfte dine personlige bekymringer og dokumenter.

Vi beskytter dine data og dit privatliv og giver dem aldrig videre. Vi har samlet alle oplysninger om databeskyttelse på denne hjemmeside: [Hjemmeside med information om databeskyttelse](#). Efter 6 måneder sletter vi dine chatdata helt fra vores servere.

Hjælp os med at blive Frag Integreat bedre!

Frag Integreat bliver hele tiden forbedret. Hvis et svar er uforståeligt, eller du opdager en fejl, ser vi frem til din feedback. Og hvis du har ideer til, hvordan vi kan gøre chatten endnu mere nyttig, så lad os det vide. Du kan skrive en besked ved hjælp af feedback-funktionen. Du kan også nå os via info@integreat-app.de.

Tak fordi du bruger **Frag Integreat** bruge chatten!

Hjælp til medicinske nødsituationer

I tilfælde af **ulykker** eller **livstruende tilstande** skal du ringe til **nødnummeret**  [112](tel:112)

Det er **vigtigt**, at du giver disse oplysninger:

- **Hvem** ringer?
- **Hvor** er det sket?
- **Hvad** er der sket?
- **Hvor mange** mennesker er skadet eller syge?
- **Hvilke** skader eller sygdomme er der tale om?
- **Vent** på yderligere spørgsmål.


Forbliv altid rolig og tal tydeligt, så du bedre kan blive forstået. **Afslut ikke opkaldet.** Alarmcentralen eller politiet afslutter opkaldet, når alle nødvendige oplysninger er givet.

Nødnumre er **gratis** og kan ringes op fra **alle telefoner**, selv **uden forudbetalt kredit**. Du **har ikke brug for en adgangskode**.

Det er **ikke** en **nødsituation**, hvis du f.eks. har brug for en sygemelding eller vil undgå ventetid hos lægen.

Hvis situationen er akut, men ikke livstruende, skal du tage på **skadestuen** på det nærmeste hospital.

Ikke en akut nødsituation - men du har brug for en læge

Hvis du har brug for lægehjælp uden for konsultationstiden (f.eks. om natten, i weekenden eller på helligdage) og ikke kan vente, til din praktiserende læge er tilgængelig igen, kan du ringe **til lægevagten** på  [116 117](tel:116117).

Især hvis du har familie, er det godt at vide, hvordan du kan hjælpe dig selv, før der kommer professionel hjælp. Det kan du lære på **førstehjælpskurser**. Mange organisationer og uddannelsesinstitutioner tilbyder førstehjælpskurser.

Hjælp til psykologiske nødsituationer

Hvad kan være tegn på psykisk sygdom?

- Du har det ikke godt.
- Du har bekymringer.
- Dårlige minder eller tanker.
- Du har hjemve.
- Du kan ikke sove.
- Din koncentration er dårlig.
- Du er ofte bange.

Psykiske sygdomme er depression, angstlidelser, afhængighed eller traumer.

Der er hjælp at hente!

Der findes speciallæger til psykiske sygdomme. Eller en terapeut.

Du kan også gå til en migrationsrådgiver. Nogle rådgivere kan også hjælpe dig med psykologiske problemer og traumer.

Du finder tilbud her på siden, som du kan kontakte direkte nu.

Hjælp alle dage og på alle tidspunkter

Telefonrådgivning - gratis hjælp til alle

Telefonrådgivningen er en gratis hjælpetjeneste i Tyskland. Du kan få hjælp der, hvis du:

- Er ked af det eller ensom


-
- er bange
 - Har problemer med din familie
 - Har mistet dit job
 - Har andre alvorlige problemer


Vigtigt: Hjælpen er gratis, anonym og tilgængelig døgnet rundt. Du kan ringe, chatte eller maile til telefonrådgivningen og blive henvist til et rådgivningscenter.

Ring til telefonrådgivningen

Altid tilgængelig - 24 timer i døgnet, 7 dage om ugen

Telefonnumre (alle tre telefonnumre er fra telefonrådgivningen):

 [0800 111 01 11](tel:08001110111)

 [0800 111 02 22](tel:08001110222)

 [116 123](tel:116123)

Alle opkald er gratis.

Du forbliver anonym.

Selv om natten og i weekenden.

Chat eller skriv e-mails med telefonrådgivningen

Hvis du ikke har lyst til at ringe, kan du også skrive. Telefonrådgivningen tilbyder to muligheder for skriftlig rådgivning:

- Chat til øjeblikkelig hjælp
- E-mail til detaljerede diskussioner

Begge tjenester er gratis og helt anonyme. Du skal kun bruge en e-mailadresse for at få adgang til dem - dine personlige data forbliver beskyttet. I livechatten kan du skrive direkte til en rådgiver og få svar med det samme. Med e-mailrådgivning kan du skrive detaljeret om dine bekymringer og få et personligt svar inden for 48 timer.

Alle beskeder er sikkert krypterede. Du kan finde adgang til begge tjenester på hjemmesiden

 www.telefonseelsorge.de.

Hjælp til psykologiske nødsituationer for børn og unge

Der findes mange tilbud til børn og unge, som har det svært. Vi har samlet et udvalg af de tjenester, du kan henvende dig til, her.

Krisechat - hjælp døgnet rundt via chat

Krisechatten er altid tilgængelig - 24 timer i døgnet, 7 dage om ugen.

Veluddannede rådgivere hjælper dig via fortrolige sms-beskeder.


Krisechatten er gratis, og der er ingen lange ventetider.

Sådan fungerer krisechatten:

-
1. Gå til www.krisenchat.de
 2. Start en chat
 3. Skriv om dine problemer
 4. En rådgiver svarer dig hurtigt

"Nummer mod sorg" for børn og unge op til 20 år

Rådgiverne lytter til dig og tager dine bekymringer alvorligt. Du kan tale om alle emner. Rådgivningen er gratis, anonym og fortrolig. Unge rådgivere i alderen 16-21 år tilbyder også rådgivning om lørdagen.

 [116 111](tel:116111)

 Mandag til lørdag: 14:00 til 20:00

 [www.numm](http://www.numm.ergegenkummer.de) ergegenkummer.de

U25 Tyskland - e-mailrådgivning for unge i alvorlige kriser

U25 er gratis, anonym og hjælper dig med alvorlige kriser og selvmordstanker. Du skriver e-mails med rådgiverne. De tager sig god tid til detaljerede diskussioner. Der er ikke altid ledige tider i den gratis rådgivning - hvis du har brug for hurtig hjælp, kan du bruge andre tilbud, som du også kan finde her på siden.

 www.u25-deutschland.de og klik på "Skriv en hjælpemail"

JugendNotmail - Professionel e-mailrådgivning til børn og unge i svære situationer

JugendNotmail er en gratis online-rådgivningstjeneste, der drives af frivillige eksperter. De er uddannet i psykologi og socialpædagogik. JugendNotmail er fortrolig og anonym. Du får et kaldenavn. Jugendnotmail vil forsøge at svare dig inden for 24 til 48 timer, dvs. inden for maksimalt 2 dage. De vil hjælpe dig med rådgivning om emner som depression, selvskade og vold.

 www.jugendnotmail.de klik på "Start now" og registrer dig.

bke online counselling - støtte til unge i alderen 14-21 år



Du er kommet til det rette sted for små og store bekymringer, skænderier eller problemer med forældre, problemer med dig selv, med venner eller i skolen. Du er kommet til det rette sted for hjertesorg og hemmeligheder, der ligger dig på sinde. I bke's ungdomsrådgivning finder du mange andre unge, som du kan tale med, og erfarne rådgivere, som vil støtte dig.

I **mailrådgivningen** kan du skrive dine tanker og bekymringer i fred og ro og uden tidspres. De svarer på din første henvendelse inden for 48 timer (på arbejdsdage). Du vil altid være sammen med den samme professionelle under rådgivningssessionen. Helt fortroligt og læsbart.

 Du kan registrere dig på <https://www.bke-beratung.de/jugendberatung/online...>

I **chatrådgivningen** har du flere muligheder for at komme i kontakt med rådgivningsteamet med det samme og direkte: I livechatten uden registrering, i den individuelle chatrådgivning


med registrering og i gruppe- eller emnechatten. I gruppe- og emnechattene kan du tale med andre unge og med rådgiverne.

 <https://www.bke-beratung.de/jugendberatung/chatte...> Du kan også finde chatternes åbningstider her 

Hjælp til psykologiske nødsituationer i Bayern

Krisendienst Bayern - Gratis hjælp til alle i Bayern

De bayerske krisetjenester hjælper med psykiske kriser. De tilbyder gratis og fortrolig telefonisk støtte til mennesker i psykisk nød eller selvmordskriser på over 120 sprog.

Ring til nummeret  [0800 / 655 3000](tel:08006553000) . Der er tolke til rådighed for rådgivning på andre sprog end tysk. Du skal blot sige dit foretrukne sprog, så snart du bliver stillet om til rådgiverne. Tolkene er normalt på linjen inden for få minutter.

Opkaldet til Crisis Services Bavaria er altid gratis. Tolken er også gratis.

Den bayerske krisetjeneste er altid tilgængelig - 24 timer i døgnet, 7 dage om ugen.

Vigtigt: Krisetjenesterne i Bayern kan kun kontaktes telefonisk, hvis opkaldet foretages fra en mobiltelefon eller fastnettelefon i Bayern.

Hvis du ikke bor i Bayern, anbefaler vi, at du ringer til krisetelefonen på din nuværende bopæl. Du kan finde flere oplysninger på den [bayerske kris](#) etjenestes hjemmeside.

 [0800 655 3000](tel:08006553000)


 [https:// www.krisendienste.bayern/mental-health-support-in-over-120-languages/](https://www.krisendienste.bayern/mental-health-support-in-over-120-languages/)


Hjælp til vold

Vold kan antage mange former - fysisk, psykisk eller seksualiseret - og den kan ramme mennesker af alle køn og i alle aldre. Der findes kontaktpunkter, hvor du kan få hjælp - anonymt, gratis og på flere sprog, hvis du ønsker det. Du er ikke alene.

Hjælpelinjen "Vold mod kvinder"

- Tilgængelig døgnet rundt (24/7)
- Gratis og anonym
- Rådgivning på tysk og på anmodning på 18 andre sprog via tolkeservice.
- For kvinder, der er berørt eller truet af vold - også for pårørende og fagfolk
- Sprog: Tysk, engelsk, arabisk, tyrkisk, ukrainsk, russisk, spansk, fransk, italiensk, portugisisk, kurmanji, rumænsk, polsk, albansk, bulgarsk, serbisk, vietnamesisk, kinesisk


 [08000 116 016](tel:08000116016)

 til enhver tid døgnet rundt


 www.hilf-telefon.de

Kvindekrisecentre - beskyttelse og indkvartering

Kvindekrisecentre tilbyder sikkert husly til kvinder og deres børn.
Der er normalt adgang døgnet rundt.
De får også støtte til at håndtere myndighederne, finde bolig, separation og traumer.
Regionale henvisninger kan foretages via hjælpelinjen (08000 116 016).


 [08000 116 016](tel:08000116016)


 når som helst døgnet rundt


 [ww.frau](http://ww.frau.enhauskoordinierung.de) enhauskoordinierung.de

Hjælpelinje for mænd - hjælp til vold

- Rådgivning til mænd, der oplever eller har oplevet vold
- Fortrolig, gratis, anonym
- Mulighed for online-rådgivning
- Bemærk: Telefonrådgivningen foregår i øjeblikket på tysk. Hvis der er sproglige barrierer, anbefaler vi at bruge en betroet person eller et rådgivningscenter med oversættelsesservice.

 [0800 123 99 00](tel:08001239900)

 Mandag til torsdag: 8.00-20.00, fredag: 8.00-15.00.

 [ww.maen](http://ww.maen.nerhilfetelefon.de) nerhilfetelefon.de

I akutte nødsituationer skal du ringe til politiet 110


 [110](tel:110) Nødopkald til politiet

Hvis du er i fare eller er vidne til vold: Ring straks til politiet.

Arbejde

Indvandring af kvalificeret arbejdskraft

For professionelle

 **Definition af specialist:** Har du en universitetsuddannelse? Eller har du gennemført en erhvervsuddannelse? Varede din uddannelse mindst to år? Kvalificerer den dig til et erhverv? Så er du faglært. Ønsker du at blive officielt anerkendt som faglært? Så skal du ansøge om det. Dine kvalifikationer skal anerkendes af den kompetente myndighed i Tyskland.

Jobsøgning

Indtræden på arbejdsmarkedet:

Det er nemmere at komme ind på arbejdsmarkedet: Som faglært skal du kunne fremvise tre ting. Du skal have en ansættelseskontrakt. Du skal have et konkret jobtilbud. Og du skal have en kvalifikation, som er anerkendt i Tyskland. Det bliver ikke længere kontrolleret, om der er en tysker til jobbet. Det føderale beskæftigelsesagentur vil fortsat kontrollere arbejdsforholdene.

Faglærte med en universitetsgrad:

Faglærte med en universitetsuddannelse kan arbejde inden for ethvert kvalificeret erhverv. Det betyder, at faglærte skal arbejde inden for et erhverv, der kræver uddannelse/studier. For at få det blå EU-kort skal du have et job, der svarer til dine kvalifikationer.

Faglærte med en erhvervsuddannelse:

Faglærte med en erhvervsuddannelse kan arbejde inden for ethvert kvalificeret erhverv. Det betyder, at faglærte skal arbejde inden for et erhverv, der kræver uddannelse.

Regler for indrejse

Adgang for at søge beskæftigelse:

Faglærte med en erhvervsuddannelse kan rejse ind i Tyskland. Du kan rejse ind i landet for at finde et job her. De får opholdstilladelse i op til seks måneder. Deres kvalifikationer skal være anerkendt i Tyskland. Du skal kunne forsørge dig selv under dit ophold. Du skal allerede tale tysk godt nok til at kunne arbejde inden for dit fag. Normalt kræves der tyskkundskaber på niveau B1 eller bedre. Vil du gerne prøve et job først? Så kan du arbejde op til 10 timer om ugen. På den måde kan du finde ud af, om du kan lide jobbet. Din arbejdsgiver kan lære dig at kende. Faglærte med en anerkendt akademisk uddannelse kan også komme i arbejdsprøvning. Du kan finde mere information på [Make-It-In-Germany](#).

Bliv til opkvalificeringstiltag:

Du får flere muligheder for at kvalificere dig i Tyskland. Har du forsøgt at få dine kvalifikationer anerkendt? Har myndighederne identificeret problemer? Dine kvalifikationer matcher ikke de tyske? Så har du brug for tilstrækkelige tyskkundskaber. Det er viden på niveau A2. Så kan du ansøge om et visum. Med dette visum kan du komme til Tyskland i 18 måneder. Du kan erhverve dig kvalifikationer i løbet af denne periode. Myndighederne kan forlænge visummet én gang med 6 måneder. Derefter kan du ansøge om et andet visum. For eksempel til en læreplads. Eller til at studere. Eller til arbejde. Du kan finde flere oplysninger på [Make-It-In-Germany](#).

Bosættelsestilladelse for faglærte fra udlandet:

Udenlandske faglærte kan få opholdstilladelse i Tyskland efter blot fire år. Du kan finde flere oplysninger [her](#). Der er nogle gange forskellige betingelser for faglærte arbejdere og indehavere af det blå EU-kort.

Til træning og studier

Indrejse i landet for at søge læreplads: Vil du gerne i lære? Så kan du rejse ind i landet for at lede efter en læreplads. Du skal have tyskkundskaber på niveau B2. Du skal også have en studentereksamen, som giver dig ret til at tage en videregående uddannelse. Du må ikke være mere end 25 år gammel. Du skal være i stand til at betale for dine egne leveomkostninger i Tyskland.

Udvidede overførselsmuligheder for internationale studerende i Tyskland:

Internationale studerende kan få en ny opholdstilladelse, før de har afsluttet deres studier. For eksempel: Du vil lære et erhverv efter dine studier. Så får du en opholdstilladelse til det. Den nye lov for faglærte gør denne ændring lettere: Studerer du? Og du vil gerne have et job? Så kan du tage et job. For at gøre det skal du opfylde særlige betingelser. Det føderale beskæftigelsesagentur fastsætter disse betingelser. Når alt er blevet kontrolleret, får du en ny opholdstilladelse.

Bosætningstilladelse for kandidater fra en erhvervsuddannelse i Tyskland: Ifølge den nye lov kan udenlandske kandidater fra en erhvervsuddannelse i Tyskland, ligesom universitetskandidater, få bosætningstilladelse efter kun to år.

💡 **Tyskkursus** som forberedelse til uddannelse: Har du det rigtige visum? Så kan du deltage i et tyskkursus. Dette tyskkursus vil forberede dig på din uddannelse.

Blåt EU-kort

Det blå EU-kort er en opholdstilladelse til personer med en universitetsgrad, som ikke kommer fra EU, og som ønsker at arbejde i Tyskland. Det kræver en universitetsgrad og en ansættelseskontrakt med en vis minimumsløn.

- For flaskehals erhverv og karrierestartere: mindst 45.934,20 euro om året (2026).
- For alle andre erhverv: mindst 50.700 euro om året (2026).

Hvem kan få det blå EU-kort?

Har du en anerkendt universitetsgrad?

Hvis du har studeret i udlandet, skal din uddannelse være anerkendt eller tilsvarende i Tyskland.

Tip: Du kan tjekke, om din uddannelse er anerkendt, på hjemmesiden "[anabin](#)".

Har du ikke en universitetsuddannelse?

Så skal du have gennemført mindst tre års uddannelse efter endt skolegang. Den skal svare til mindst niveau 6 i det tyske eller europæiske uddannelsessystem - f.eks. som håndværksmester eller pædagog.

Ansættelseskontrakt eller bindende jobtilbud i Tyskland:

- Jobbet skal vare mindst seks måneder.
- Arbejdet skal matche din uddannelse.
- Lønnen skal være mindst 50.700 euro om året (2026).

For mangelyrker er en løn på 45.934,20 euro (2026) også tilstrækkelig, hvis Federal Employment Agency er enig. Du kan finde en liste over disse erhverv [her](#).

Særlige tilfælde for karrierestartere

Hvis din uddannelse er mindre end tre år gammel, kan du få det blå EU-kort med en løn på 45.934,20 euro (2026) - uanset erhverv. Også her skal du have godkendelse fra Federal Employment Agency.

Særligt tilfælde for IT-specialister uden uddannelse

Er du IT-specialist eller IT-manager uden en officiel uddannelse? Så kan du stadig få det blå EU-kort, hvis:

- Du har et konkret jobtilbud inden for IT i Tyskland (mindst 6 måneder).

-
- Du tjener mindst 45.934,20 euro om året (2026).
 - du har haft mindst 3 års erhvervs erfaring på højt niveau inden for IT i de sidste 7 år.

Fremtidsudsigter med det blå EU-kort

Det blå EU-kort er gyldigt i lige så lang tid som din ansættelseskontrakt plus tre måneder - i maksimalt fire år. Det kan forlænges. Når du har arbejdet i Tyskland i 27 måneder, kan du søge om permanent opholdstilladelse. Hvis du taler tysk på niveau B1, er det muligt allerede efter 21 måneder. Du kan forlade Tyskland med dine familiemedlemmer i op til 12 måneder, uden at dit blå EU-kort bliver ugyldigt. Efter et år med det blå EU-sygesikringskort kan du også flytte til et andet EU-land (undtagen Irland og Danmark) og ansøge om et nyt blå EU-sygesikringskort der inden for en måned.

Har du et blå EU-kort og vil gerne skifte job?

Det er muligt. Du kan arbejde for en ny arbejdsgiver med dit gyldige blå kort. Vigtigt: Hvis du skifter job i løbet af det første år, skal du informere Immigration Office. Myndigheden vil så tjekke, om du stadig opfylder alle betingelserne for det nye job. Hvis ikke, kan du få en anden opholdstilladelse.

Find et job

Adgang til arbejdsmarkedet

EU-borgere og personer med opholdstilladelse

💡 Kommer du fra **EU**? Bor du nu i Tyskland? Og vil du gerne arbejde? Så kan du gøre det uden problemer. Som EU-borger kan alle arbejde i Tyskland. Uden begrænsninger.

💡 Hvis du er blevet **anerkendt** af BAMF som en person, der har ret til asyl, flygtningestatus eller subsidieret beskyttelse, vil udlændingemyndighederne udstede en opholdstilladelse til dig. Den giver dig ret til at udøve enhver form for lønnet beskæftigelse og giver dig dermed fuld adgang til arbejdsmarkedet.

Asylansøgere eller personer på tålt ophold

Er du flygtet til Tyskland? Så er din opholdsstatus vigtig. Den afgør, om du har lov til at arbejde. Vi forklarer forskellene nedenfor. Du finder også de relevante rådgivningscentre nedenfor.

Asylansøgere med ankomstbevis eller opholdstilladelse:

Vil du gerne arbejde? Udlændingemyndigheden kan give dig tilladelse til det. Du skal indsende en ansøgning der. Bundesagentur für Arbeit (BA) skal give sin godkendelse. Du skal overholde følgende regler, så myndigheden kan træffe en beslutning.

📍 Bor du i et indledende modtagelsescenter (EAE)? Så gælder følgende:

- 6 måneders arbejdsforbud fra indrejse

-
- Derefter har du normalt lov til at arbejde. Indsend en ansøgning til din myndighed.
 - BA vil derefter kontrollere arbejdsforholdene.

💡 Er din asylansøgning blevet afvist som åbenlyst ubegrundet eller uantagelig? Så må du ikke arbejde.

📍 Bor du i dit eget hjem eller hos din familie? Så gælder følgende:

- 3 måneders arbejdsforbud fra indrejse
- Derefter har du normalt lov til at arbejde. Send en ansøgning til din lokale myndighed.
- BA vil derefter kontrollere arbejdsforholdene.

Asylansøgere fra sikre oprindelseslande

Kommer du fra et sikkert oprindelsesland? Disse omfatter Albanien, Bosnien-Hercegovina, Georgien, Ghana, Kosovo, Nordmakedonien, Montenegro, Republikken Moldova, Senegal og Serbien. Har du søgt om asyl efter den 31. august 2015? Så må du ikke arbejde.

Tolererede mennesker

Det er altid udlændingemyndigheden, der afgør, om du må arbejde. Du skal derfor indsende en ansøgning til udlændingemyndigheden. Udlændingemyndigheden kan give dig et generelt arbejdsforbud. Der er visse regler, som du skal overholde.

💡 Personer med tålt ophold på grund af uklar identitet (§ 60b AufenthG) har altid forbud mod at arbejde.

📍 Bor du i et indledende modtagelsescenter (EAE)? Så gælder følgende:

- 6 måneders arbejdsforbud
- Har dit tålte ophold allerede varet 6 måneder? Så vil udlændingemyndigheden beslutte, om du må arbejde. Indsend en ansøgning til din myndighed.
- Det føderale arbejdsagentur vil kontrollere dine arbejdsforhold.

📍 Bor du i eget hjem eller hos familie? Så gælder følgende:

- 3 måneders arbejdsforbud
- Har din tålte opholdstilladelse allerede varet 3 måneder? Så er det udlændingemyndigheden, der afgør, om du må arbejde. Indsend en ansøgning til din myndighed.
- Det føderale arbejdsagentur vil kontrollere arbejdsforholdene.

Men det er vigtigt!

💡 Der gælder andre regler for selvstændig virksomhed! Forudsætningen for ovenstående ansøgninger er ALTID et konkret jobtilbud.

Arbejdskontrakt

Alle, der starter på et job, får en ansættelseskontrakt. Den regulerer de vigtigste betingelser for dit arbejde. Den angiver, hvornår du arbejder. Hvor meget ferie du får. Den angiver, hvor mange penge du vil modtage. Begge parter - arbejdstager og arbejdsgiver - skal overholde disse aftaler. Kontrakten bliver juridisk bindende, når du underskriver den. Skriv først under, når du har forstået indholdet fuldt ud.

Typer af kontrakter:

Tidsubegrænset ansættelseskontrakt

Der er normalt en prøvetid på tre eller seks måneder. I denne periode kan et ansættelsesforhold normalt opsiges inden for to uger. Arbejdsgiveren kan opsiges kontrakten. Du som medarbejder kan også sige op. Når prøvetiden er slut, begynder et fast ansættelsesforhold. Dette har længere beskyttelse mod afskedigelse. Arbejdstiden er normalt højst 40 timer om ugen.

Tidsbegrænset ansættelseskontrakt

Ansættelsesforholdet ophører på det aftalte tidspunkt uden behov for opsigelse.

Mini-job

Den maksimale indtjening pr. måned er 603 € og er skattefri.

Arbejdsret:

Der er mange love i Tyskland, som regulerer og sikrer medarbejdernes rettigheder. Disse omfatter f.eks.

- Regulering af arbejdstid
- mindsteløn
- ret til ferie
- Beskyttelse mod afskedigelse
- Virksomhedens interessevaretagelse (samarbejdsudvalg)
- Regulering af fagforeningers arbejde
- og nogle flere

Skatter og sociale bidrag:

Alle ansatte i Tyskland betaler en del af deres løn i skat. De føderale, statslige og lokale myndigheder bruger dette til at finansiere deres udgifter. Arbejdsgiverne er til gengæld forpligtet til at betale socialsikringsbidrag for deres ansatte. Disse sociale bidrag finansierer det sociale sikringsystem i Tyskland. Systemet garanterer, at du får penge fra staten, hvis du bliver arbejdsløs.

Skatteidentifikationsnummer:

Skatte-ID'et er et 11-cifret nummer, som bruges til indkomstskat. Nummeret er gyldigt hele livet. Myndighederne kan altid identificere dig med dette nummer. Din arbejdsplads kræver dette nummer. Har du ikke dette nummer i dine dokumenter? Du kan få det ved personligt fremmøde på registreringskontoret. Eller ved at udfylde en formular hos [Federal Central Tax Office](#).

Nationalt forsikringsnummer:

Du har brug for et nationalt forsikringsnummer for at få et job. Du kan få det fra dit sygeforsikringsselskab (f.eks. AOK, DAK).

Ulovligt arbejde:

Du har et job, der er lønnet. Men dette arbejde er ikke registreret hos skattevæsenet og sygesikringen. Du betaler derfor ikke skat og sociale bidrag. Det er **ulovligt**. Du kan risikere bøder og fængselsstraf! Modtager du sociale ydelser eller arbejdsløshedsunderstøttelse? Men du arbejder stadig? Har du ikke fortalt det til socialkontoret, arbejdsformidlingen eller jobcentret? Det er også **ulovligt**. Du modtager uretmæssigt offentlige ydelser, selv om du er i lønnet arbejde.

Ansøgninger og jobsamtaler

Vil du gerne i lære eller arbejde i Tyskland? Så skal du ansøge skriftligt. Mange virksomheder offentliggør jobannoncer. Enten i avisen eller på internettet. Virksomheden søger altså nye medarbejdere. I jobannoncen står der, hvilken slags arbejde eller uddannelse der er tale om. Det fremgår også, hvilke forventninger virksomheden har til den nye medarbejder. Du finder oplysninger om, hvor og hvordan du skal ansøge.

Er du blevet inviteret til en samtale? Så er virksomheden interesseret i dig. Du kan præsentere dig selv ved samtalen. Afsæt god tid til rejsen til samtalen. Sørg for at komme i god tid til samtalen. Det er bedst at forberede sig grundigt til samtalen på forhånd. Du kan også indsamle vigtige oplysninger om virksomheden. Besøg hjemmesiden og læs virksomhedens historie. Find ud af mere om produkterne eller tjenesterne. Vil du vise din interesse for jobbet? Så stil spørgsmål under samtalen. Det viser, at du har gjort din research. Du viser, at du er motiveret.

En ansøgning består normalt af tre dele:

En ansøgning: I din personlige ansøgning præsenterer du kort dig selv. Du forklarer, hvorfor du er egnet til den ledige stilling. Beskriv f.eks. hvilke erfaringer du allerede har gjort dig i dit hjemland. Find ud af mere om virksomheden, og beskriv, hvorfor du gerne vil arbejde der. Din ansøgning skal fylde én side. Underskriv din ansøgning. Der findes mange skabeloner og hjælpemidler på internettet. Det er vigtigt, at du ikke bare kopierer og indsætter. Din ansøgning skal passe til dig og til stillingen.

Curriculum vitae: CV'et er en liste over alle dine erfaringer. Det er struktureret som en stor tabel. Skriv fra hvornår til hvornår du har arbejdet i hvilken virksomhed. Skriv, hvor du afsluttede din uddannelse eller dine studier. Skriv, hvor du gik i skole, og hvilken studentereksamen du fik. Du behøver ikke at have et foto med i dit CV, men mange virksomheder kan godt lide, hvis du har det. Du kan få lavet dit CV på [Europass' hjemmeside](#). Siden er tilgængelig på mange sprog. Du indtaster dine oplysninger. Du skriver din erfaring ned. Til sidst får du et CV. CV'er ser forskellige ud i alle lande. Det er vigtigt, at du bruger det format, der bruges i Tyskland. Det kan du vælge på Europass.

Certifikater og dokumentation: Det er vigtigt, at du sender kopier af dine eksamensbeviser (ingen originaler!). Certifikater er dit afgangsbetrag fra skolen, din eksamen og arbejdsreferencer fra tidligere. Certifikaterne skal være på tysk eller engelsk, ellers skal de

oversættes. Du bør også sende beviser for praktikophold, videreuddannelse, der er relevant for jobbet, eller certifikater fra dit tyskkursus.

💡 Jobannoncen fortæller dig, hvordan du skal ansøge. Læs den omhyggeligt.

Skriftligt: Køb en flot ansøgningsmappe, og læg din ansøgning, dit CV og dine eksamensbeviser i den. Send derefter ansøgningen til den adresse, der er angivet i jobannoncen.

E-mail: Mange ansøgninger sendes nu via e-mail. Saml din ansøgning, dit CV og dine referencer i én PDF-fil, og send den som en vedhæftet fil til e-mailen. I e-mailen skal du skrive en kort tekst til den person, der skal modtage din ansøgning.

Online: Store virksomheder har deres egen hjemmeside, hvor du skal ansøge. Du skal registrere dig der med din e-mailadresse og kan så sende din ansøgning der.

🌐 Du kan finde nyttige tips til din ansøgning på [Planet Beruf](#).

🌐 [Europass](#) er en flersproget onlineportal (over 20 sprog), som hjælper migranter med at synliggøre deres færdigheder og viden. Den tilbyder et gratis onlineværktøj til at oprette et sprogpas eller et CV (se ovenfor). Du kan også finde vigtige tips til gode jobansøgninger på Europass.

🌐 På [Bewerbung.net](#), [StepStone](#) og [Lebenslauf2go](#) kan du gratis oprette et CV og en ansøgning. I nogle tilfælde kan du også importere dine data fra Xing eller LinkedIn. Det er også muligt at skrive egne tekster i skabelonen eller importere filer.

🌐 Du kan finde information og skabeloner til ansøgninger på [Bewerbung2go](#), [BewerbungsWissen](#), [Karrierebibel](#)

Sproglige øvelser

🌐 På [VHS-læringsportalen "Ich will Deutsch lernen"](#) og [Goethe-Instituttets](#) hjemmeside "[Deutsch für dich](#)" finder du øvelser om jobansøgninger og arbejdslivet generelt. Det vil hjælpe dig med at lære om arbejdslivet og forbedre dine tyskkundskaber.

At finde arbejde med onlineplatformen socialbee

Onlineplatformen socialbee hjælper mennesker med flygtninge- og migrationserfaring med at komme i arbejde eller videreuddannelse. Tilbuddet er digitalt og tilgængeligt i hele Tyskland - uanset opholdsstatus eller finansiering.

For hvem: For flygtninge og migranter, der bor i Tyskland, og som er på udkig efter en uddannelse og/eller et arbejde.

Støtte på din vej til et job:

- Gratis onlinekurser: Lær specifikt, hvad der passer til dine mål - fra jobtræning til ansøgningshjælp.
- Sprogtræning til dit job: Kurser i tysk og engelsk (niveau A1 til C2) specifikt til det daglige arbejdsliv.
- Hjælp til jobansøgninger: Støtte til dine dokumenter og forberedelse til jobsamtaler.

-
- Passende jobtilbud: Jobsøgning og direkte kontakt med virksomheder.
 - Personlig rådgivning: Støtte til spørgsmål om papirer, arbejdstilladelser og selv efter, at du er begyndt på dit job.

Sådan fungerer det i 3 trin:

- Registrer dig online på: <https://jobs.socialbee.org/register>. Så bliver du en del af talentpuljen, og dine mål bliver analyseret.
- Mulighed for at deltage i onlinetræning og sprogkurser.
- Så snart du er klar, overtager socialbee jobsøgningen og placerer dig hos passende virksomheder.

🗣️ [Hjemmesiden](#) er tilgængelig på tysk og engelsk.

Sikkert i skole

Sikker på vej til skole

Forældre ønsker, at deres børn kommer sikkert i skole. Der er mange måder at gøre skolevejen sikker på. Børn kan også forblive selvstændige og aktive.

Hvad kan forældre gøre for at gøre skolevejen sikker?

- **Gå altid på fortovet:** Børn skal altid bruge fortovet og ikke gå på vejen.
- **Kryds vejen korrekt:** Børn skal altid kigge til højre og venstre, før de krydser vejen. Det er sikrere, hvis de venter på et tidspunkt, hvor der ikke kommer biler.
- **Brug fodgængerovergange (Zebrastreifen) og trafiklys:** Børn bør bruge fodgængerfelter og trafiklys, når de skal krydse vejen. Det er mere sikkert, fordi bilisterne ved, at der er fodgængere på vej.



- **Vær tydeligt synlig:** Især når det er mørkt, eller når det regner, bør børn bære lyst tøj eller reflekser. Det gør dem mere synlige for bilisterne.

Det er bedre, hvis børn går eller cykler til skole. Det reducerer trafikken foran skolen og gør skolevejen mere sikker.

Yderligere anbefalinger for sikkerhed

- **Ledsagelse på vej til skole:** Hvor det er muligt, bør børn gå i grupper eller sammen med andre børn. Det er sikrere og sjovere. Det er en god idé at definere og øve en sikker skolevej sammen med børnene.

-
- **Dann gågrupper:** Forældre og børn kan organisere såkaldte gå-busser for at komme i skole. Der kan indrettes stoppesteder til dette formål. Børnene mødes her og kan gå til skole sammen.
 - Undervisning i **trafiksikkerhed:** Forældre kan lære deres børn, hvordan man opfører sig korrekt i trafikken. På den måde lærer de at genkende farer og være sikre.
 - **Cykling:** Hvis dit barn cykler til skole, skal du sørge for, at det altid har hjelm på og kører forsigtigt. Børn op til 8 år skal cykle på fortovet. Børn op til 10 år må stadig bruge fortovet.
 - **Løbehjul og el-scootere:** Ud over cykler kan børn også køre til skole på et løbehjul eller en el-scooter. Et løbehjul er som et lille, simpelt køretøj, som man skubber med fødderne. Børn skal også køre sikkert, når de kører på løbehjul. Det er vigtigt altid at have hjelm på og køre forsigtigt, især på fortovet.
 - **Danne bilfællesskaber:** Især i landdistrikterne er skolevejene nogle gange meget lange, og børnene skal køres til skole i bil. Samkørsel med flere børn reducerer udledningen af forurenende stoffer. Og også kaotiske trafiksituationer foran skolen.