
Inhaltsverzeichnis

Corona	2
Informationen zum Corona-Virus	2
Impfung gegen das Corona-Virus	2
Corona-Warn-App	2
Ukraine	2
Informationen zum Krieg in der Ukraine	2
Integreat	4
Über Integreat	4
Integreat in Gebärdensprache (Video)	5
Integreat besser machen: Integreat-Community	5
Frag Integreat	6
Was ist "Frag Integreat"? - mit Chatberatung	6
Was ist "Frag Integreat"?	7
Hilfe für Medizinische Notfälle	8
Hilfe für Psychologische Notfälle	9
Hilfe bei Psychologischen Notfällen für Kinder und Jugendliche	10
Hilfe für Psychologische Notfälle in Bayern	12
Hilfe bei Gewalt	12
Arbeit	13
Fachkräfteeinwanderung	14
Für Arbeitgeber und Arbeitgeberinnen	14
Für Fachkräfte	14
Für Ausbildung und Studium	15
Blaue Karte EU	16
Bezahlkarte	17
elektronische Patientenakte (ePA)	18
Kindergeld und Kinderzuschlag	20
Ausweise und Passbilder: Änderungen ab Mai 2025 in Deutschland	21

Corona

Informationen zum Corona-Virus

Impfung gegen das Corona-Virus

Corona-Warn-App

Ukraine

Informationen zum Krieg in der Ukraine

Informationen des Auswärtigen Amtes und Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge

Hier können Sie nachlesen, was gerade wichtig ist – zum Beispiel, wie die Lage und die [aktuelle Situation](#) ist. Auch finden Sie hier Regeln, wenn jemand nach Deutschland einreisen möchte, oder wenn man ein Visum braucht. Einige wichtige Fragen und Antworten haben wir schon für Sie aufgeschrieben:

Ich bin ohne Visum in Deutschland – was kann ich jetzt tun?

Wenn Sie aus der Ukraine kommen, brauchen Sie bis zum **4. Dezember 2025** kein Visum, um nach Deutschland zu kommen. Ab dem Tag, an dem Sie einreisen, dürfen Sie bis zu 90 Tage ohne besondere Erlaubnis hierbleiben. Insgesamt dürfen Sie sogar bis zum **4. März 2026** ohne besonderen Aufenthaltstitel in Deutschland sein.

Während des Zeitraums der Visumsbefreiung von 90 Tagen können Sie sich überlegen, ob Sie länger in Deutschland bleiben möchten. Dafür gibt es verschiedene Möglichkeiten:

1. Sie können innerhalb von 90 Tagen nach Ihrer ersten Einreise nach Deutschland einen Antrag auf eine Aufenthaltserlaubnis nach § 24 Aufenthaltsgesetz stellen. Diese Vorschrift regelt speziell die Situation für Kriegsflüchtlinge aus der Ukraine auf Grund des Beschlusses der EU. Wer für eine Aufenthaltserlaubnis nach § 24 Aufenthaltsgesetz berechtigt ist, finden Sie [hier](#). Zum Verfahren finden Sie Antworten [hier](#).
2. Sie können innerhalb von 90 Tagen nach Ihrer ersten Einreise nach Deutschland einen Antrag auf eine Aufenthaltserlaubnis zu einem anderen Zweck stellen. Zum Beispiel zum Studium oder zur Erwerbstätigkeit. Dies kann für Sie vorteilhafter sein. Sie können sich bei den Behörden dazu beraten lassen, wenn Sie einen Termin haben, oder Sie informieren sich schon einmal vorab auf der Homepage: <https://www.make-it-in-germany.com/>.
3. Oder Sie können einen Asylantrag stellen. Wegen der ungünstigeren Rechtsfolgen – wie zum Beispiel der Beschränkung der Arbeitsaufnahme und der Wohnpflicht in einer Erstaufnahmeeinrichtung – wird diese Möglichkeit jedoch nicht empfohlen.

Sie besitzen zum 01. Februar 2025 eine gültige Aufenthaltsgenehmigung nach § 24 Aufenthaltsgesetz?

Ihre Aufenthaltsgenehmigung verlängert sich automatisch und ist dann bis zum 04. März 2026 gültig. Sie müssen hierfür die Ausländerbehörde NICHT aufsuchen. Weitere Informationen finden Sie auf [Germany4Ukraine](#).

Was passiert, wenn Sie in Deutschland angekommen sind?

Wenn Sie nach Deutschland kommen, gibt es ein paar wichtige Schritte, die Sie nacheinander machen müssen. So läuft das ab:

- Zuerst melden Sie sich an – das nennt man Registrierung.
- Wenn Sie Hilfe vom Staat brauchen (zum Beispiel Geld oder Essen), sagt man Ihnen, wo Sie wohnen können.
- Dann melden Sie Ihre neue Adresse an, also wo genau Sie jetzt wohnen.
- Zum Schluss beantragen Sie eine Erlaubnis, damit Sie länger in Deutschland bleiben dürfen.

Weiterführende Informationen dazu finden Sie [hier](#).

Kann ich mit einer Aufenthaltserlaubnis zum vorübergehenden Schutz in Deutschland arbeiten?

Ja, das dürfen Sie. Aber: Bevor Sie arbeiten, muss die Ausländerbehörde das erlauben. Oft trägt die Ausländerbehörde schon in Ihre Erlaubnis zum Bleiben ein, dass Sie arbeiten dürfen – auch wenn Sie noch keinen Job haben. Das ist gut, denn dann brauchen Sie keine extra Erlaubnis mehr von einer anderen Stelle.

Bereits bei einer Antragstellung werden die Ausländerbehörden sogenannte Fiktionsbescheinigungen ausstellen. Diese überbrücken das Aufenthaltsrecht, bis der eigentliche Aufenthaltstitel ausgestellt und erteilt werden kann. Auch in die Fiktionsbescheinigung wird die Ausländerbehörde "Erwerbstätigkeit erlaubt" eintragen. Bereits mit dieser Fiktionsbescheinigung darf also in Deutschland selbstständig oder als Arbeitnehmerin oder Arbeitnehmer gearbeitet werden. Besondere Berufszugangsvoraussetzungen (etwa eine Approbation bei Ärzten oder eine Erlaubnis für ein erlaubnispflichtiges Gewerbe) gelten für Personen mit einem vorübergehenden Schutz selbstverständlich ebenso wie für alle anderen. Aber auch die Verfahren zur Anerkennung von ausländischen Berufsqualifikationen stehen den Betroffenen wie allen anderen offen.

Personen mit einer Aufenthaltserlaubnis zum vorübergehenden Schutz in Deutschland können zudem Leistungen der Beratung und Vermittlung nach dem SGB III durch die Agenturen für Arbeit erhalten.

Sollen Menschen aus der Ukraine Asyl beantragen?

Nein, das ist nicht nötig. Der erforderliche Schutz wird in einem anderen, schnelleren Verfahren gewährt. Deshalb wird empfohlen, keinen Asylantrag zu stellen. Aber: Wenn Sie später doch Asyl beantragen möchten, dürfen Sie das trotzdem noch tun.

Durch den Beschluss zur Aufnahme von Kriegsflüchtlings nach Artikel 5 Absatz 1 der Richtlinie 2001/55/EG des Rates vom 20. Juli 2001 über Mindestnormen für die Gewährung vorübergehenden Schutzes wird ab sofort dem umfassten Personenkreis auf entsprechendem Antrag eine Aufenthaltserlaubnis nach § 24 des Aufenthaltsgesetzes (AufenthG - Aufenthaltsgewährung zum vorübergehenden Schutz) erteilt.

Mit einer Registrierung bei der Einreise ist kein Asylantrag gestellt. Die Durchführung eines Asylverfahrens erfordert eine Asylantragsstellung bei der zuständigen Außenstelle des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge.

Aus diesen Gründen ist die Stellung eines Asylantrags zur Sicherung eines Aufenthaltsrechts oder zur Inanspruchnahme sozialer Leistungen nicht erforderlich.

Informationsportal der Deutschen Regierung

Das Bundesministerium des Inneren und für Heimat bietet ein digitales Informationsangebot auf Deutsch, Englisch, Russisch und Ukrainisch an. Hier finden Sie alle offiziellen Informationen rund um Aufenthalt und Leben in Deutschland.

 [Germany4Ukraine](#)

Botschaft der Ukraine in Berlin

 [+493028887128](#)

 [Albrechtstraße 26, 10117 Berlin](#)

Integreat

Über Integreat

Integreat ist ein Leitfaden, der Sie in Ihrem Alltag unterstützt. Sie finden hier wichtige Adressen, Ansprechpersonen sowie Tipps und Tricks, die Ihnen bei der Orientierung helfen können.

Dieser Leitfaden hat mehrere Kapitel. Jedes Kapitel bearbeitet ein anderes Thema. Sie finden unter anderem Informationen zu Ärzten und Ärztinnen, Schulen, Deutschkursen oder anderen Institutionen. Es gibt auch ein Kapitel mit Ideen, was Sie in Ihrer Freizeit machen können. Die Informationen und Freizeitangebote ändern sich. Ihre Kommune aktualisiert sie regelmäßig. Deswegen ist es sehr gut, wenn Sie oft in Ihre mobile App schauen. Sie sind immer informiert über aktuelle Aktionen und Veranstaltungen. Auf die Informationen in Integreat können Sie sich verlassen.

Laden Sie sich Integreat in Ihrem [App-Store](#) herunter. Sie können diese App auch offline benutzen, wenn Sie keinen Internet-Zugang haben. Wenn Sie wieder online sind, aktualisiert sich die App von selbst.

Teilen von Informationen

Wichtige Informationen, die Sie beispielsweise weitergeben möchten, können Sie in der Web-App als PDF herunterladen und teilen. In der mobilen App können Sie interessante Inhalte direkt teilen, beispielsweise per WhatsApp, Facebook oder E-Mail.

Aktuelle Nachrichten

Mit der Smartphone-App von Integreat können Sie auch Push-Benachrichtigungen empfangen. Sie können dem Empfang in den Einstellungen der App zustimmen. Über Push-Benachrichtigungen werden Ihnen wichtige oder kurzfristige Informationen zugeschickt.

Feedback

Sie können zu der Weiterentwicklung der Integreat-App in Ihrer Kommune beitragen. Über die Smiley-Symbole können Sie Feedback geben. Dieses Feedback landet bei den Personen, die die Inhalte erstellen. Sie können Lob oder Kritik loswerden. Schreiben Sie bei Ideen oder Kritik so viele Details wie möglich auf.

Vorlesefunktion

Die Inhalte der Integreat-App können auch vorgelesen werden. Dafür muss in den Einstellungen des Smartphones die Vorlesefunktion eingeschaltet sein. Dies funktioniert in allen Sprachen.

Wir hoffen sehr, dass wir Ihr Leben in Deutschland mit dieser App vereinfachen können.

Integreat in Gebärdensprache (Video)

Dieses Video erklärt in deutscher Gebärdensprache, wie Integreat funktioniert. Sie erfahren, was alles möglich ist. Klicken Sie auf das Bild, um zu dem Video auf YouTube zu gelangen.



Integreat besser machen: Integreat-Community

Du nutzt Integreat in deinem Alltag? Du willst Integreat besser machen?

Wir wollen deine Meinung hören. Wir machen Interviews oder schicken dir einen Fragebogen. Wir machen auch kleine Workshops. Du kannst uns mit wenig Zeit viel helfen!

Du willst dabei sein? Dann schreibe uns eine E-Mail mit deinem Namen an community@integreat-app.de - wir melden uns dann bei dir!

Frag Integreat

Was ist "Frag Integreat"? - mit Chatberatung

- **Frag Integreat** ist eine neue Funktion in Integreat.
- **Frag Integreat** funktioniert wie ein Chat. Sie stellen Ihre Frage und erhalten nach wenigen Sekunden eine hilfreiche Antwort.
- **Frag Integreat** ist derzeit nur auf der Website integreat.app verfügbar. Er ist noch nicht in den über den Google Play Store oder Apple App Store installierten Apps verfügbar.
- Sie finden den Chat von **Frag Integreat** mit einem Klick auf das Sprechblasen-Symbol unten rechts auf Ihrem Bildschirm:



So funktioniert Frag Integreat:

Stellen Sie Ihre Frage. **Frag Integreat** durchsucht dann alle Inhalte der Integreat-App und liefert Ihnen die beste Antwort. Das kann bis zu einer Minute dauern. **Bitte haben Sie etwas Geduld.**

Die Antworten von **Frag Integreat** basieren ausschließlich auf den offiziellen Informationen der jeweiligen Region. So erhalten Sie immer zuverlässige und korrekte Antworten.



Der Roboter neben der Antwort zeigt an, dass **Frag Integreat** automatisch eine passende Antwort in den Integreat-Inhalten für Sie gefunden hat. Sie können gerne weitere Fragen stellen. Wenn es keine passende Antwort gibt, wird Ihnen dies auch mitgeteilt.

Sie können aber auch den Wunsch in den Chat schreiben, mit einem **Menschen** schreiben zu wollen. Expertinnen und Experten vor Ort können Ihre Nachricht lesen und beantworten. Nachdem Sie geschrieben haben, dass Sie gerne mit einem Menschen schreiben möchten, müssen Sie eventuell auch einige Tage auf eine Antwort warten. Dies hängt davon ab, wann die Expertinnen und Experten online sind.



Das Bild einer Person neben der Antwort zeigt an, dass ein Mensch Ihnen eine Antwort gegeben hat. Sie können auch eine Antwort schreiben oder noch eine Frage stellen. Ihnen wird dann wieder ein Mensch antworten.

Achten Sie auf die passende Auswahl der Sprache und Ihre ausgewählte Region

Frag Integreat kann alle Sprachen, die es in Integreat gibt, sprechen. Es ist wichtig, dass die Sprache, in der Sie Ihre Frage stellen, auch aktuell eingestellt ist - sonst funktioniert **Frag Integreat** nicht richtig.

Sollte dies passieren, gehen Sie folgendermaßen vor:

- Schließen Sie das Chat-Fenster
- Wählen Sie oben bei der Sprachauswahl Ihre gewünschte Sprache aus
- Öffnen Sie **Frag Integreat** und stellen Ihre Frage

Frag Integreat kann nur auf die Inhalte der Region zugreifen, die Sie ausgewählt haben. Wenn Sie Informationen aus einer anderen Region benötigen, wählen Sie bitte zuerst diese Region aus und stellen Sie dann Ihre Frage. Der Chatbot ist noch nicht in allen Regionen verfügbar.

Ihre Daten sind auch bei Frag Integreat sicher.

Sie müssen sich nicht anmelden, um **Frag Integreat** zu nutzen. Es werden keine persönlichen Daten gespeichert. Bitte geben Sie trotzdem keine sensiblen Informationen im Chat ein. Falls Ihre Frage sehr speziell ist, wird **Frag Integreat** versuchen, Ihnen eine passende Beratungsstelle zu empfehlen. Dort können Sie dann Ihre persönlichen Anliegen und Unterlagen sicher besprechen.

Wir schützen Ihre Daten und Privatsphäre und geben diese niemals weiter. Wir haben alle Informationen zum Datenschutz auf dieser Webseite zusammengestellt: [Webseite mit Informationen zum Datenschutz](#). Nach 6 Monaten löschen wir Ihre Chatdaten vollständig von unseren Servern.

Helfen Sie uns, Frag Integreat besser zu machen!

Frag Integreat wird stetig verbessert. Wenn eine Antwort unverständlich ist oder Sie einen Fehler entdecken, freuen wir uns über Ihre Rückmeldung. Auch wenn Sie Ideen haben, wie der Chat noch hilfreicher werden kann, lassen Sie es uns gerne wissen. Sie können eine Nachricht über die Feedback-Funktion schreiben. Sie erreichen uns auch über info@integreat-app.de.

Vielen Dank, dass Sie **Frag Integreat** nutzen!

Was ist "Frag Integreat"?

- **Frag Integreat** ist eine neue Funktion in Integreat.
- **Frag Integreat** funktioniert wie ein Chat. Sie stellen Ihre Frage und erhalten nach wenigen Sekunden eine hilfreiche Antwort.
- **Frag Integreat** ist derzeit nur auf der Website integreat.app verfügbar. Er ist noch nicht in den über den Google Play Store oder Apple App Store installierten Apps verfügbar.
- Sie finden den Chat von **Frag Integreat** mit einem Klick auf das Sprechblasen-Symbol unten rechts auf Ihrem Bildschirm:



So funktioniert Frag Integreat:

Stellen Sie Ihre Frage. **Frag Integreat** durchsucht dann alle Inhalte der Integreat-App und liefert Ihnen die beste Antwort. Das kann bis zu einer Minute dauern. **Bitte haben Sie etwas Geduld.**

Die Antworten von **Frag Integreat** basieren ausschließlich auf den offiziellen Informationen der jeweiligen Region. So erhalten Sie immer zuverlässige und korrekte Antworten.



Der Roboter neben der Antwort zeigt an, dass **Frag Integreat** automatisch eine passende Antwort in den Integreat-Inhalten für Sie gefunden hat. Sie können gerne weitere Fragen stellen. Wenn es keine passende Antwort gibt, wird Ihnen dies auch mitgeteilt.

Achten Sie auf die passende Auswahl der Sprache und Ihre ausgewählte Region

Frag Integreat kann alle Sprachen der Integreat-App sprechen. Es ist wichtig, dass die Sprache, in der Sie Ihre Frage stellen, auch aktuell eingestellt ist - sonst funktioniert **Frag Integreat** nicht richtig.

Sollte dies passieren, gehen Sie folgendermaßen vor:

- Schließen Sie das Chat-Fenster
- Wählen Sie oben bei der Sprachauswahl Ihre gewünschte Sprache aus
- Öffnen Sie **Frag Integreat** und stellen Ihre Frage

Frag Integreat kann nur auf die Inhalte der Region zugreifen, die Sie ausgewählt haben. Wenn Sie Informationen aus einer anderen Region benötigen, wählen Sie bitte zuerst diese Region aus und stellen Sie dann Ihre Frage. Der Chatbot ist noch nicht in allen Regionen verfügbar.

Ihre Daten sind auch bei Frag Integreat sicher.

Sie müssen sich nicht anmelden, um **Frag Integreat** zu nutzen. Es werden keine persönlichen Daten gespeichert. Bitte geben Sie trotzdem keine sensiblen Informationen im Chat ein. Falls Ihre Frage sehr speziell ist, wird **Frag Integreat** versuchen, Ihnen eine passende Beratungsstelle zu empfehlen. Dort können Sie dann Ihre persönlichen Anliegen und Unterlagen sicher besprechen.

Wir schützen Ihre Daten und Privatsphäre und geben diese niemals weiter. Wir haben alle Informationen zum Datenschutz auf dieser Webseite zusammengestellt: [Webseite mit Informationen zum Datenschutz](#). Nach 6 Monaten löschen wir Ihre Chatdaten vollständig von unseren Servern.

Helfen Sie uns, Frag Integreat besser zu machen!

Frag Integreat wird stetig verbessert. Wenn eine Antwort unverständlich ist oder Sie einen Fehler entdecken, freuen wir uns über Ihre Rückmeldung. Auch wenn Sie Ideen haben, wie der Chat noch hilfreicher werden kann, lassen Sie es uns gerne wissen. Sie können eine Nachricht über die Feedback-Funktion schreiben. Sie erreichen uns auch über info@integreat-app.de.

Vielen Dank, dass Sie **Frag Integreat** nutzen!

Hilfe für Medizinische Notfälle

Bei **Unfällen** oder **lebensbedrohlichen Zuständen** wählen Sie den **Notruf**  [112](#)

Wichtig ist, dass Sie diese Angaben machen:

- **Wer** ruft an?
- **Wo** ist es passiert?
- **Was** ist passiert?
- **Wie viele** Verletzte oder Erkrankte gibt es?

-
- **Welche** Verletzungen oder Erkrankungen liegen vor?
 - **Warten** Sie auf Rückfragen.

Bewahren Sie stets die Ruhe und sprechen Sie deutlich, damit man Sie besser versteht.
Beenden Sie nicht das Gespräch. Der Notdienst oder die Polizei beendet das Gespräch, wenn alle erforderlichen Informationen übermittelt sind.

Notrufnummern sind **kostenlos** und können auch **ohne Prepaid-Guthaben** von **allen Telefonen** angerufen werden. Sie benötigen **keine Vorwahl**.

Es ist **kein Notfall**, wenn man zum Beispiel eine Krankschreibung benötigt oder Wartezeiten beim Hausarzt vermeiden will.

Wenn die Situation akut, aber nicht lebensbedrohlich ist, gehen Sie in die **Notfallambulanz** des nächsten Krankenhauses.

Kein akuter Notfall - Sie brauchen aber einen Arzt

Wenn Sie außerhalb der Sprechstunden ärztlichen Rat brauchen (z.B. nachts, am Wochenende oder an Feiertagen) und nicht warten können, bis Ihr Hausarzt wieder erreichbar ist, rufen Sie den **ärztlichen Bereitschaftsdienst** unter der ☎ [116 117](tel:116117) an.

Besonders wenn man Familie hat, ist es gut zu wissen, wie man selbst helfen kann, bevor professionelle Hilfe kommt. In **Erste-Hilfe-Kursen** können Sie das lernen. Viele Vereine und Bildungseinrichtungen bieten Erste-Hilfe-Kurse an.

Hilfe für Psychologische Notfälle

Was können Anzeichen einer psychischen Erkrankung sein?

- Ihnen geht es nicht gut.
- Sie haben Sorgen.
- Schlechte Erinnerungen oder Gedanken.
- Sie haben Heim-Weh.
- Sie können nicht schlafen.
- Ihre Konzentration ist schlecht.
- Sie haben oft Angst.

Psychische Krankheiten sind Depressionen, Angst-Störungen, Sucht-Krankheiten oder Traumata.

Es gibt Hilfe!

Für psychische Krankheiten gibt es spezielle Ärztinnen und Ärzte (Doktoren). Oder eine Therapeuthin oder ein Therapeut.

Sie können auch zu einer Migrations-Beratung gehen. Manche Beraterinnen und Berater können Ihnen auch bei psychischen Problemen und Traumata helfen.

Sie finden auf dieser Seite Angebote, die Sie direkt jetzt kontaktieren können.

Hilfen an jedem Tag und zu jeder Uhrzeit

Telefonseelsorge - Kostenlose Hilfe für alle

Die Telefonseelsorge ist ein kostenloses Hilfsangebot in Deutschland. Sie können dort Hilfe bekommen, wenn Sie:

- Traurig oder einsam sind
- Angst haben
- Probleme mit der Familie haben
- Ihren Job verloren haben
- Andere schwere Probleme haben

Wichtig: Die Hilfe ist kostenlos, anonym und rund um die Uhr verfügbar. Sie können mit der Telefonseelsorge telefonieren, chatten, per E-Mail schreiben und zu einer Beratungsstelle vermittelt werden.

Telefonseelsorge anrufen

Immer erreichbar - 24 Stunden, 7 Tage die Woche

Telefonnummern (alle drei Telefonnummern sind von der Telefonseelsorge):

 [0800 111 01 11](tel:08001110111)

 [0800 111 02 22](tel:08001110222)

 [116 123](tel:116123)

Alle Anrufe sind kostenlos.

Sie bleiben anonym.

Auch nachts und am Wochenende.

Mit der Telefonseelsorge chatten oder E-Mails schreiben

Wenn Sie nicht telefonieren möchten, können Sie auch schreiben. Die Telefonseelsorge bietet zwei Möglichkeiten der schriftlichen Beratung:

- Chat für sofortige Hilfe
- E-Mail für ausführliche Gespräche

Beide Angebote sind kostenlos und vollständig anonym. Für den Zugang brauchen Sie nur eine E-Mail-Adresse - Ihre persönlichen Daten bleiben geschützt. Im Live-Chat können Sie direkt mit einer Beraterin oder mit einem Berater schreiben und bekommen sofort Antwort. Bei der E-Mail-Beratung schreiben Sie ausführlich über Ihre Sorgen und erhalten innerhalb von 48 Stunden eine persönliche Antwort.

Alle Nachrichten werden sicher verschlüsselt übertragen. Den Zugang zu beiden Angeboten finden Sie auf der Webseite  www.telefonseelsorge.de.

Hilfe bei Psychologischen Notfällen für Kinder und Jugendliche

Es gibt viele Angebote für Kinder und Jugendliche, wenn sie Schwierigkeiten haben. Wir haben dir hier eine Auswahl von Angeboten zusammengefasst, an die du dich wenden kannst.

Krisenchat - Hilfe rund um die Uhr per Chat

Der Krisenchat ist immer erreichbar - 24 Stunden am Tag und 7 Tage die Woche. Gut ausgebildete Beraterinnen und Berater helfen dir über vertrauliche Textnachrichten. Der Krisenchat ist kostenlos und ohne lange Wartezeiten.

So funktioniert der Krisenchat:

1. Gehe auf www.krisenchat.de
2. Starte einen Chat
3. Schreibe über deine Probleme
4. Eine Beraterin oder ein Berater antwortet dir schnell

"Nummer gegen Kummer" für Kinder und Jugendliche bis 20 Jahre

Die Beraterinnen und Berater hören dir zu und nehmen deine Sorgen ernst. Du kannst jedes Thema ansprechen.

Das Gespräch ist kostenlos, anonym und vertraulich. Samstags beraten auch junge Berater im Alter von 16-21 Jahren.

 [116 111](tel:116111)

 Montag bis Samstag: 14:00 bis 20:00 Uhr

 www.nummergegenkummer.de

U25 Deutschland - E-Mail-Beratung für junge Menschen in schweren Krisen

U25 ist kostenlos, anonym und hilft dir bei schweren Krisen und bei Suizidgedanken. Du schreibst E-Mails mit den Beraterinnen und Beratern. Sie nehmen sich viel Zeit für ausführliche Gespräche. Nicht immer sind freie Beratungsplätze verfügbar - nutze bei schnellem Hilfebedarf andere Angebote, die du auch auf dieser Seite findest.

 www.u25-deutschland.de und klicke auf "Helpmail schreiben"

JugendNotmail - Professionelle E-Mail-Beratung für Kinder und Jugendliche in schweren Situationen

JugendNotmail ist eine kostenlose Online-Beratung durch ehrenamtliche Expertinnen und Experten. Sie sind ausgebildet in Psychologie und Sozialpädagogik. JugendNotmail ist vertraulich und anonym. Du erhältst einen Nickname. Jugendnotmail versucht dir in 24 bis 48 Stunden, also in maximal 2 Tagen zu antworten. Sie helfen dir mit Beratung zu Themen wie Depression, Selbstverletzung, Gewalt.

 www.jugendnotmail.de klicke auf "Jetzt Starten" und melde dich an.

bke-Onlineberatung - Unterstützung für Jugendliche von 14-21 Jahren

Hier bist du richtig bei kleinen und großen Sorgen, bei Streit oder Ärger mit den Eltern, bei Problemen mit dir selbst, mit Freunden oder in der Schule. Hier bist du richtig bei Liebeskummer und Geheimnissen, die dir auf der Seele brennen. Bei der bke-Jugendberatung

findest du viele andere Jugendliche, mit denen du dich austauschen kannst, und erfahrene Beraterinnen und Berater, die dich unterstützen.

In der **Mailberatung** kannst du in Ruhe deine Gedanken und Sorgen schreiben ganz ohne Zeitdruck. Sie antworten dir auf deine erste Anfrage spätestens nach 48 Stunden (werktags). Du bleibst während der Beratung immer bei derselben Fachkraft. Ganz vertraulich und nachlesbar.

 <https://www.bke-beratung.de/jugendberatung/online...> dort kannst du dich registrieren.

In der **Chatberatung** hast du mehrere Optionen sofort und direkt mit dem Beratungsteam in Kontakt zu kommen: Im Live-Chat ohne Registrierung, in der Einzelchatberatung mit Registrierung und im Gruppen- oder Themenchat. In den Gruppen- und Themenchats kannst Du Dich neben den Beraterinnen und Beratern auch mit anderen Jugendlichen austauschen.

 <https://www.bke-beratung.de/jugendberatung/chatte...> hier findest du auch Öffnungszeiten der Chats 

Hilfe für Psychologische Notfälle in Bayern

Krisendienst Bayern - Kostenlose Hilfe für alle in Bayern

Die Krisendienste Bayern helfen bei psychischen Krisen. Sie bieten kostenfreie und vertrauliche telefonische Unterstützung für Menschen in seelischer Not oder suizidalen Krisen in über 120 Sprachen.

Rufen Sie die Nummer  [0800 / 655 3000](tel:0800_655_3000) an. Für eine Beratung in anderen Sprachen als Deutsch gibt es Dolmetscher, die dazu geschaltet werden. Sagen Sie einfach Ihre bevorzugte Sprache, sobald Sie mit den Beratern verbunden sind. Die Dolmetscher sind in der Regel innerhalb weniger Minuten in der Leitung.

Der Anruf bei den Krisendiensten Bayern ist immer kostenlos. Auch der Dolmetscher ist kostenlos.

Die Krisendienste Bayern sind immer erreichbar - 24 Stunden am Tag und an allen 7 Tagen in der Woche.

Wichtig: Die Krisendienste Bayern sind telefonisch nur erreichbar, wenn der Anruf aus dem Mobilfunknetz oder dem Festnetz innerhalb Bayerns erfolgt.

Wenn Sie nicht in Bayern wohnen, empfehlen wir, die Krisenhotline Ihres aktuellen Wohnortes anzurufen. Auf der Webseite vom [Krisendienst Bayern](https://www.krisendienste.bayern/) finden Sie weitere Informationen.

 [0800 655 3000](tel:0800_655_3000)

 <https://www.krisendienste.bayern/mental-health-su...>

Hilfe bei Gewalt

Gewalt kann viele Formen annehmen – körperlich, psychisch oder sexualisiert – und sie kann Menschen jeden Geschlechts und Alters treffen. Es gibt Anlaufstellen, bei denen Sie Hilfe bekommen – anonym, kostenlos und auf Wunsch auch mehrsprachig. Sie sind nicht allein.

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

- Rund um die Uhr erreichbar (24/7)
- Kostenfrei und anonym
- Beratung auf Deutsch und auf Wunsch in 18 weiteren Sprachen per Dolmetschdienst.
- Für Frauen, die von Gewalt betroffen oder bedroht sind – auch für Angehörige und Fachkräfte
- Sprachen: Deutsch, Englisch, Arabisch, Türkisch, Ukrainisch, Russisch, Spanisch, Französisch, Italienisch, Portugiesisch, Kurmandschi, Rumänisch, Polnisch, Albanisch, Bulgarisch, Serbisch, Vietnamesisch, Chinesisch

 [08000 116 016](tel:08000116016)

 jederzeit rund um die Uhr

 www.hilfetelefon.de

Frauenhaus - Schutz und Unterkunft

Frauenhäuser bieten sicheren Schutzraum für Frauen und ihre Kinder.

Die Aufnahme ist meist rund um die Uhr möglich.

Sie erhalten auch Unterstützung bei Behördengängen, Wohnungssuche, Trennung und Trauma.

Die Regionale Vermittlung erfolgt unter anderem über das Hilfetelefon (08000 116 016)

 [08000 116 016](tel:08000116016)

 jederzeit rund um die Uhr

 www.frauenhauskoordinierung.de

Hilfetelefon für Männer - Hilfe bei Gewalt

- Beratung für Männer, die Gewalt erleben oder erlebt haben
- Vertraulich, kostenfrei, anonym
- Online-Beratung möglich
- Hinweis: Die telefonische Beratung erfolgt aktuell auf Deutsch. Bei Sprachbarrieren empfiehlt sich die Nutzung einer Vertrauensperson oder einer Beratungsstelle mit Übersetzungsangebot.

 [0800 123 99 00](tel:08001239900)

 Montag bis Donnerstag: 8–20 Uhr, Freitag: 8–15 Uhr

 www.maennerhilfetelefon.de

In akuten Notfällen rufen Sie die Polizei 110

 [110](tel:110) Notruf Polizei

Wenn Sie in Gefahr sind oder Gewalt beobachten: Rufen Sie sofort die Polizei.

Arbeit

Fachkräfteeinwanderung

Für Arbeitgeber und Arbeitgeberinnen

Beschleunigtes Fachkräfteverfahren: Wenn jemand aus einem anderen Land in Deutschland arbeiten möchte, brauchen Sie als Arbeitgeber oder Arbeitgeberin zuerst eine Erlaubnis von dieser Person. Das nennt man eine „Vollmacht“. Mit dieser Erlaubnis dürfen Sie einen schnelleren Ablauf bei der Ausländerbehörde starten. Die Ausländerbehörde ist eine Stelle, die sich um Menschen kümmert, die aus anderen Ländern nach Deutschland kommen.

Ihr Unternehmen macht dann eine Vereinbarung mit dieser Behörde. In dieser Vereinbarung steht genau drin, was Sie, die neue Arbeitskraft und die Behörden tun dürfen und tun müssen. Es wird auch festgelegt, wie lange alles dauern darf und wer wann was erledigt.

💡 Die **Gebühren** betragen 411 Euro. Hinzu kommt eine Visagebühr von 75 Euro. Ebenso alle anderen anfallenden Gebühren (beglaubigte Kopien, Übersetzungen).

Die Ausländerbehörde berät Arbeitgebende. Sie unterstützt, damit die ausländischen Qualifikationen der Fachkraft anerkannt werden. Die Ausländerbehörde holt die Zustimmung der Bundesagentur für Arbeit ein. Sie prüft, was vorausgesetzt wird, damit das Visum erteilt wird. Die Anerkennungsstellen haben nur eine bestimmte Zeit, bis sie entscheiden müssen. Die Bundesagentur für Arbeit ebenfalls.

💡 Es sind alle **Voraussetzungen** erfüllt? Dann erteilt die Ausländerbehörde eine sogenannte Vorabzustimmung. Der Arbeitgeber oder die Arbeitgeberin kann diese an die Fachkraft weiterleiten. Die Fachkraft bucht anschließend einen Termin bei der Auslandsvertretung. An diesem Termin wird das Visum beantragt. Bei diesem Termin muss die Fachkraft das Original der Vorabzustimmung vorlegen. Die Fachkraft muss auch die weiteren für den Visumantrag nötigen Unterlagen mitbringen.

Sie haben den vollständigen **Visumsantrag** von der Fachkraft gestellt? Dann wird innerhalb von drei Wochen über diesen entschieden.

💡 Auch die **Familie** der Fachkraft kann berücksichtigt werden. Dazu muss der Antrag gleichzeitig gestellt werden. Die Familie muss die Voraussetzungen für den Familiennachzug erfüllen.

Vorlagen und Muster finden Sie [hier](#) und eine detaillierte Erklärung des Verfahrens [hier](#).

Für Fachkräfte

💡 **Definition Fachkraft:** Sie haben einen Hochschulabschluss? Oder Sie haben eine Ausbildung? Die Ausbildung hat mindestens zwei Jahre gedauert? Sie qualifiziert Sie für einen Beruf? Dann sind Sie eine Fachkraft. Sie wollen offiziell als Fachkraft anerkannt werden? Dann müssen Sie das beantragen. Ihre Qualifikationen müssen in Deutschland von der zuständigen Stelle anerkannt werden.

Arbeitssuche

Einstieg in den Arbeitsmarkt:

Der Einstieg in den Arbeitsmarkt wird erleichtert: Sie müssen als Fachkraft drei Dinge vorweisen. Sie brauchen einen Arbeitsvertrag. Sie müssen ein konkretes Arbeitsplatzangebot

haben. Und Sie brauchen eine in Deutschland anerkannte Qualifikation. Es wird nicht mehr geprüft, ob es auch eine deutsche Person für den Job gibt. Die Bundesagentur für Arbeit prüft weiterhin die Arbeitsbedingungen.

Fachkräfte mit Hochschulabschluss:

Fachkräfte mit Hochschulabschluss können in jedem qualifizierten Beruf arbeiten. Das heißt, die Fachkräfte müssen in einem Beruf arbeiten, der eine Ausbildung/Studium voraussetzt. Für die Blaue Karte EU brauchen Sie eine Arbeit, die Ihren Qualifikationen entspricht.

Fachkräfte mit beruflicher Ausbildung:

Fachkräfte mit beruflicher Ausbildung können in jedem qualifizierten Beruf arbeiten. Das heißt, die Fachkräfte müssen in einem Beruf arbeiten, der eine Ausbildung/Studium voraussetzt.

Regeln zur Einreise

Die Einreise zur Arbeitsplatzsuche:

Fachkräfte mit beruflicher Ausbildung können nach Deutschland einreisen. Sie können einreisen, damit Sie hier eine Arbeit finden. Sie erhalten eine Aufenthaltserlaubnis für bis zu sechs Monaten. Dafür muss ihre Qualifikation in Deutschland anerkannt sein. Ihr Lebensunterhalt für den Aufenthalt muss gesichert sein. Sie müssen bereits so gut Deutsch sprechen, dass Sie in Ihrem Beruf arbeiten können. Normalerweise sind Deutschkenntnisse auf Niveau B1 oder besser erforderlich. Sie möchten eine Arbeit erst ausprobieren? Dann können Sie bis zu 10 Stunden pro Woche arbeiten. So können Sie herausfinden, ob der Job Ihnen gefällt. Ihr Arbeitgeber oder ihre Arbeitgeberin kann Sie kennenlernen. Auch Fachkräfte mit anerkannter akademischer Ausbildung können Probearbeiten. Weitere Informationen finden Sie bei [Make-It-In-Germany](#).

Aufenthalt für Qualifizierungsmaßnahmen:

Sie bekommen mehr Möglichkeiten, damit Sie sich in Deutschland qualifizieren können. Sie haben versucht, Ihre Qualifizierungen anerkennen zu lassen? Die Behörde hat Probleme festgestellt? Ihre Qualifikationen entsprechen nicht den deutschen? Dann brauchen Sie ausreichende Deutschkenntnisse. Das sind Kenntnisse auf dem Niveau A2. Dann können Sie ein Visum beantragen. Mit diesem Visum können Sie für 18 Monate nach Deutschland kommen. In dieser Zeit können Sie sich qualifizieren. Die Behörden können das Visum einmal um 6 Monate verlängern. Danach können Sie ein anderes Visum beantragen. Beispielsweise für eine Ausbildung. Oder für ein Studium. Oder für eine Arbeit. Weitere Informationen finden Sie bei [Make-It-In-Germany](#).

Niederlassungserlaubnis für Fachkräfte aus dem Ausland:

Ausländische Fachkräfte können bereits nach vier Jahren die Niederlassungserlaubnis in Deutschland erhalten. Weitere Informationen finden Sie [hier](#). Es gibt teilweise unterschiedliche Bedingungen für Fachkräfte und Inhaber und Inhaberinnen der Blauen Karte EU.

Für Ausbildung und Studium

Einreise zur Suche eines Ausbildungsplatzes: Sie möchten eine Ausbildung machen? Dann können Sie einreisen, um einen Ausbildungsplatz zu suchen. Sie brauchen Deutschkenntnisse auf dem Niveau B2. Ein Schulabschluss, der Sie zum Hochschulzugang berechtigt, brauchen Sie auch. Sie dürfen höchstens 25 Jahre alt sein. Sie müssen Ihr Leben in Deutschland selbst bezahlen können.

Erweiterte Wechselmöglichkeiten für internationale Studierende in Deutschland: Internationale Studierende können eine neue Aufenthalts-Erlaubnis bekommen, bevor sie ihr Studium beendet haben. Zum Beispiel: Sie wollen nach dem Studium einen Beruf lernen. Dafür bekommen Sie dann eine Aufenthalts-Erlaubnis. Das neue Gesetz für Fachkräfte erleichtert diesen Wechsel: Sie studieren? Und Sie wollen einen Job haben? Dann können Sie einen Job annehmen. Dafür müssen Sie besondere Bedingungen erfüllen. Die Bundesagentur für Arbeit stellt diese Bedingungen. Wenn alles geprüft ist, bekommen Sie eine neue Aufenthalts-Erlaubnis.

Niederlassungserlaubnis für Absolventen und Absolventinnen einer Ausbildung in Deutschland: Ausländische Absolventen und Absolventinnen einer Berufsausbildung in Deutschland können durch das neue Gesetz, ebenso wie Hochschulabsolventen und Hochschulabsolventinnen, bereits nach zwei Jahren eine Niederlassungserlaubnis erhalten.

💡 **Deutschsprachkurs** zur Vorbereitung auf die Ausbildung: Sie haben das passende Visum? Dann können Sie einen Deutschkurs besuchen. Dieser Deutschkurs bereitet Sie auf die Ausbildung vor.

Blaue Karte EU

Die Blaue Karte EU (EU Blue Card) ist ein Aufenthaltstitel für Menschen mit Hochschulabschluss, die nicht aus der EU kommen und in Deutschland arbeiten möchten. Dafür braucht man einen Hochschulabschluss und einen Arbeitsvertrag mit einem bestimmten Mindestgehalt.

- Für Engpassberufe und Berufseinsteiger: mindestens 43.759,80 € im Jahr (2025).
- Für alle anderen Berufe: mindestens 48.300 € im Jahr (2025).

Wer kann die Blaue Karte EU bekommen?

Sie haben einen anerkannten Hochschulabschluss?

Wenn Sie im Ausland studiert haben, muss der Abschluss in Deutschland anerkannt oder gleichwertig sein.

Tipp: Auf der Internetseite „[anabin](#)“ können Sie prüfen, ob Ihr Abschluss anerkannt ist.

Sie haben keinen Hochschulabschluss?

Dann brauchen Sie eine Ausbildung nach dem Schulabschluss, die mindestens drei Jahre gedauert hat. Diese muss mindestens der Stufe 6 des deutschen oder europäischen Bildungssystems entsprechen – zum Beispiel als Meisterin/Meister oder Erzieherin/Erzieher.

Arbeitsvertrag oder verbindliches Jobangebot in Deutschland:

- Die Arbeit muss mindestens sechs Monate dauern.
- Die Arbeit muss zu Ihrem Abschluss passen.
- Das Gehalt muss mindestens 48.300 € im Jahr betragen (2025).

Bei Engpassberufen reicht auch ein Gehalt von 43.759,80 € (2025), wenn die Bundesagentur für Arbeit zustimmt. Eine Liste dieser Berufe finden Sie [hier](#).

Sonderfall Berufseinsteigerinnen und Berufseinsteiger

Wenn Ihr Abschluss weniger als drei Jahre alt ist, können Sie die Blaue Karte EU schon mit einem Gehalt von 43.759,80 € (2025) bekommen – egal in welchem Beruf. Auch hier braucht man die Zustimmung der Bundesagentur für Arbeit.

Sonderfall IT-Fachkräfte ohne Ausbildung

Sie sind IT-Fachkraft oder IT-Leitung und haben keinen offiziellen Abschluss? Dann können Sie trotzdem die Blaue Karte EU bekommen, wenn:

- Sie ein konkretes Jobangebot in der IT in Deutschland haben (mind. 6 Monate).
- Sie mindestens 43.759,80 € im Jahr verdienen (2025).
- Sie in den letzten 7 Jahren mindestens 3 Jahre Berufserfahrung auf hohem Niveau in der IT hatten.

Perspektiven mit der Blauen Karte EU

Die Blaue Karte EU gilt so lange wie Ihr Arbeitsvertrag plus drei Monate – maximal vier Jahre. Sie kann verlängert werden. Nach 27 Monaten Arbeit in Deutschland können Sie eine unbefristete Aufenthaltserlaubnis beantragen. Wenn Sie Deutsch auf dem Niveau B1 sprechen, geht das schon nach 21 Monaten. Sie dürfen mit Ihren Familienangehörigen bis zu 12 Monate aus Deutschland ausreisen, ohne dass Ihre Blaue Karte EU ungültig wird. Nach einem Jahr mit der Blauen Karte EU können Sie auch in ein anderes EU-Land (außer Irland und Dänemark) umziehen und dort innerhalb eines Monats eine neue Blaue Karte beantragen.

Sie haben eine Blaue Karte EU und möchten den Job wechseln?

Das ist möglich. Sie dürfen mit Ihrer gültigen Blauen Karte bei einem neuen Arbeitgeber arbeiten. Wichtig: Wenn Sie im ersten Jahr den Job wechseln, müssen Sie der Ausländerbehörde Bescheid geben. Die Behörde prüft dann, ob Sie mit dem neuen Job noch alle Bedingungen erfüllen. Wenn nicht, bekommen Sie vielleicht eine andere Aufenthaltserlaubnis.

Bezahlkarte

Die Bezahlkarte ist eine neue Form der Leistungsgewährung für Leistungsberechtigte nach dem Asylbewerberleistungsgesetz.

Die Ausgabe erfolgt unmittelbar an neu zugewiesene Personen. Anschließend auch schrittweise an Asylbewerber, die sich bereits in Aufnahmeeinrichtungen befinden. Auch nach Verteilung in die Kommunen kann die Bezahlkarte dort weiter genutzt werden.

Die Nutzung der Bezahlkarte ist in jedem Bundesland unterschiedlich. Denn die einzelnen Bundesländer entscheiden, wie die Karte vor Ort funktioniert.

Was ist die Bezahlkarte?

- Die Bezahlkarte ist wie eine Bankkarte.

-
- Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) werden als Guthaben auf die Bezahlkarte überwiesen.
 - Mit der Bezahlkarte können Sie in Geschäften bezahlen und Bargeld abheben.
 - Sie können nur so viel Geld ausgeben, wie auf der Karte ist.

Wer bekommt die Bezahlkarte?

- Eine Bezahlkarte bekommen alle erwachsenen Personen, die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) erhalten.

Wo bekomme ich meine Bezahlkarte?

- Wenn Sie Leistungen bekommen, schickt Ihnen das Sozialamt einen Brief mit allen Informationen und einem Termin zur Abholung.
- Wenn Sie zum ersten Mal Leistungen beantragen und diese bewilligt werden, bekommen Sie direkt von Anfang an eine Bezahlkarte.
- Je nachdem wo Sie wohnen, kann es Unterschiede geben. Fragen Sie auf Ihrem Amt nach.

Wo kann man mit der Bezahlkarte einkaufen?

- Sie können mit der Bezahlkarte in den meisten Geschäften bezahlen.

Gibt es Probleme bei bestimmten Transaktionen?

- Ja, bestimmte Transaktionen sind nicht möglich.
- Sie können die Bezahlkarte zum Beispiel nicht bei Geldübermittlungsdiensten wie Western Union, MoneyGram oder PayPal verwenden.
- In besonderen Fällen können Beiträge (zum Beispiel für Handyverträge, VAG oder die Deutsche Bahn) überwiesen oder eingezogen werden. Sie müssen dann rechtzeitig die nötigen Nachweise vorlegen.

Kann ich mit der Bezahlkarte Bargeld abheben?

- Ja, Sie können Bargeld abheben.
- Sie können das Bargeld an Bankautomaten abheben. Sie können das Geld auch in vielen Geschäften an der Kasse abheben.
- Sie können eventuell nur bestimmte Beträge abheben. Das kommt darauf an, wo Sie wohnen.
- In manchen Bundesländern können Sie auch nur 2 Mal im Monat abheben.

elektronische Patientenakte (ePA)

Ab dem **15. Januar 2025** wird in Deutschland eine neue digitale Patientenakte eingeführt, die **elektronische Patientenakte (ePA)** genannt wird. Diese Akte speichert alle wichtigen Gesundheitsdaten wie zum Beispiel, was der Arzt über Ihre Gesundheit herausgefunden hat, welche Medikamente Sie nehmen oder welche Untersuchungen Sie gemacht haben.

Jeder, der gesetzlich versichert ist, bekommt diese ePA automatisch. Wenn Sie das nicht möchten, können Sie widersprechen.

Ärzte und Patienten können über die ePA schnell und einfach auf die Gesundheitsdaten zugreifen. Aber nur Menschen, denen das erlaubt ist, dürfen die Daten sehen. So bleiben die Daten sicher.

Wie können Versicherte die Einrichtung einer ePA ablehnen? Welche Fristen gelten dafür?

Wenn jemand später doch die ePA nicht mehr nutzen möchte, kann er sie auch wieder löschen lassen. Das Ziel ist, dass Ärzte und Patienten schneller und besser zusammenarbeiten können, um die Gesundheit zu verbessern.

Wenn jemand die ePA ablehnen möchte, muss er das seiner Krankenkasse mitteilen. Wenn er das nicht tut, wird die ePA automatisch erstellt.

Wichtige Details zur ePA. Was müssen Sie beachten?

Inhalte der ePA:

- In die ePA werden automatisch alle wichtigen Informationen aus Ihren Arztbesuchen aufgenommen, wenn diese digital vorliegen. Das bedeutet, dass zum Beispiel Befunde oder Diagnosen, die der Arzt aufschreibt, in die ePA übernommen werden.
- Sie können auch selbst Informationen wie Vitalwerte (zum Beispiel Ihre Größe oder Ihr Gewicht) oder ältere medizinische Dokumente in die ePA hochladen.
- Ab 2025 wird es eine automatische Übersicht aller Medikamente geben, die Sie einnehmen. Diese wird später um einen speziellen Medikationsplan ergänzt.

Zugriffsrechte:

- Sie können festlegen, welche Ärzte oder Krankenhäuser auf Ihre ePA zugreifen dürfen. Wenn Sie Änderungen vornehmen möchten, können Sie das über die ePA-App tun oder sich an die Ombudsstellen Ihrer Krankenkasse wenden.
- Wenn Ihre Gesundheitskarte in einer Arztpraxis oder einem Krankenhaus eingelesen wird, erhalten diese vorübergehend für 90 Tage Zugriff auf Ihre ePA, es sei denn, Sie legen Widerspruch ein.

Nutzung und Zugänglichkeit:

- Die ePA können Sie über eine spezielle App auf Ihrem Smartphone verwalten. Jede gesetzliche Krankenkasse bietet ihre eigene ePA-App an, die Sie kostenlos im App Store (für iOS) oder im Google Play Store (für Android) herunterladen können.
- Sollten Sie kein Smartphone besitzen, können Sie Unterstützung von Apotheken oder speziellen Stellen erhalten, um auf Ihre ePA zuzugreifen.

Gesetzliche Regelungen:

- Die Einführung der ePA beginnt zunächst in Hamburg und Nordrhein-Westfalen. Ab Februar 2025 wird sie dann deutschlandweit verfügbar sein.
- Auch Privatversicherte können eine ePA nutzen, wobei dies von der jeweiligen Versicherung abhängt.

Vorteile:

- Die ePA erleichtert die Kommunikation zwischen Ärzten, Krankenhäusern und anderen medizinischen Einrichtungen. Sie haben dadurch einen besseren Überblick über Ihre Gesundheitsdaten.
- Außerdem wird durch die ePA die Sicherheit und Genauigkeit bei der Medikation erhöht.

Herausforderungen:

- Nicht alle Dokumente, wie alte Papierbefunde, werden automatisch digitalisiert. Sie können jedoch bei Ihrer Krankenkasse anfragen, ob diese eine Digitalisierung übernehmen kann.
- Zu Beginn kann es technische Schwierigkeiten geben, weil manche Ärzte ihre Praxissoftware anpassen müssen.
- Ein weiteres Problem ist, dass es keine mehrsprachigen Informationen gibt, also keine Übersetzungen in andere Sprachen.

Die ePA ist ein wichtiger Schritt zur Digitalisierung im Gesundheitswesen. Sie soll die medizinische Versorgung verbessern. Sie bietet auch eine Grundlage für die Forschung.

Wollen Sie mehr darüber erfahren? Weitere Informationen finden Sie hier:

 [FAQ der Kassenärztlichen Vereinigung](#)

 [Fragen und Antworten zur elektronischen Patientenakte \(ePA\) durch die KBV](#)

 [Informationen der Verbraucherzentrale über die ePA](#)

Kindergeld und Kinderzuschlag

Das Kindergeld in Deutschland ist Geld vom Staat und Bestandteil des Familienleistungsausgleichs. Mit Kindergeld, Kinderzuschlag und weiteren finanziellen Hilfen unterstützt Sie die [Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit](#).

Den Kinderzuschlag können Sie bekommen, wenn Ihr Einkommen für den eigenen Lebensunterhalt reicht, aber es nicht oder nur knapp ausreicht, um auch für den gesamten Bedarf Ihrer Familie aufzukommen.

Das Kindergeld beträgt im Jahr 2025 für jedes Kind pro Monat 255,- Euro. Der Kinderzuschlag beträgt ab 1. Januar 2025 pro Kind bis zu 297,- Euro im Monat. Er ist allerdings abhängig von der Situation Ihrer Familie. Darin ist der Sofortzuschlag von monatlich 25,- Euro je Kind enthalten.

Den Antrag auf Kinderzuschlag und Kindergeld können Sie direkt [online](#) stellen!

Sie können Kindergeld beantragen, wenn...

- Ihr Kind unter 18 Jahren ist (unter bestimmten Voraussetzungen können Sie auch Kindergeld für volljährige Kinder beantragen und erhalten),
- Sie Ihr Kind regelmäßig versorgen und es in Ihrem Haushalt lebt (das gilt auch für Stiefkinder, Enkelkinder oder Pflegekinder) und
- Ihr Wohnort in Deutschland, einem anderen Land der EU, in Norwegen, Liechtenstein, Island oder der Schweiz ist. Mehr erfahren Sie auf der Seite [Kindergeld für Menschen im oder aus dem Ausland](#).

Die Zahlung von Kindergeld ist nicht von Ihrem Einkommen abhängig!

Sie können Kinderzuschlag erhalten, wenn...

- Ihr Kind in Ihrem Haushalt lebt, unter 25 Jahre alt und nicht verheiratet beziehungsweise nicht in einer eingetragenen Lebenspartnerschaft ist,
- Sie Kindergeld (oder eine vergleichbare Leistung) für Ihr Kind erhalten,
- Das Bruttoeinkommen Ihrer Familie mindestens 900,- Euro (Paare) beziehungsweise 600,- Euro (Alleinerziehende) beträgt,
- Sie genug Geld für den Unterhalt Ihrer Familie hätten, wenn Sie zusätzlich zu Ihrem Einkommen Kinderzuschlag und eventuell Wohngeld erhalten würden.

Tipp! Wenn Sie schnell wissen möchten, ob Sie Kinderzuschlag erhalten können: Einfach persönliche Daten in das [interaktive Video-Tool „KiZ-Lotse“](#) eingeben und Anspruch ermitteln!

Ausweise und Passbilder: Änderungen ab Mai 2025 in Deutschland

Ab Mai 2025 gibt es neue Regeln für Ausweisdokumente und Passfotos in Deutschland. Hier sind die wichtigsten Punkte einfach erklärt:

Passbilder nur noch digital:

- Passbilder für Ausweise dürfen nicht mehr auf Papier mitgebracht werden.
- Sie müssen digital aufgenommen und direkt an die Behörde geschickt werden.

Das funktioniert..

- an speziellen Fotoautomaten im Bürgeramt (Kosten: ca. 6 Euro).
- bei zugelassenen Fotografen und Drogerien.

Die Bilder werden verschlüsselt gespeichert:

- Mit einem besonderen Code kann die Behörde das Bild online abrufen.
- Das schützt vor Identitätsdiebstahl und macht Ausweise sicherer.

Diese Ausweisdokumente sind davon betroffen:

- Reisepass
- Personalausweis
- Elektronischer Aufenthaltstitel
- Reiseausweise

Weitere Informationen:

- Ab Mai 2025 dürfen Ausweise auch per Post nach Hause geschickt werden.
- Es gibt die Möglichkeit, E-Mail-Erinnerung kurz vor dem Ablauf des Ausweises zu erhalten.
- Einfache Änderung der Adresse:
Zuschicken eines Sicherheits-Aufkleber, der selbst in den Ausweis geklebt wird.
- Seit Januar 2024 müssen Kinder ab 6 Jahren ebenfalls Fingerabdrücke abgeben, es gibt nur noch Reisepässe mit Chip.