

Índice

Bem-vindo ao	5
Bem-vindo a Kaiserslautern	5
Factos interessantes sobre Kaiserslautern	5
Mapa da cidade de Kaiserslautern	5
Registo	6
Sobre a Integreat	6
Integreat em língua gestual (Vídeo)	7
Gabinetes importantes	7
Agência de emprego	8
Serviço de imigração	8
Centro do cidadão (serviço de registo de residentes)	9
Serviço de saúde	10
Centro de emprego	11
Departamento da Juventude e do Desporto (Gabinete do Bem-Estar dos Jovens)	12
Serviço de Assuntos Sociais (Gabinete de Ação Social)	13
Conservatória do Registo Civil	14
Vida social	14
Questões financeiras e contratos	14
Informações básicas sobre os contratos	15
Seguros	15
Telemóvel	15
Conta corrente	16
Impostos e declarações fiscais	17
Internet e hotspots gratuitos	17
Mobilidade	18
Transportes públicos	18
Ciclismo	19
Carta de condução e condução	21
Lazer e intercâmbio	23
Locais de encontro abertos e cafés de encontro	23
Parques e zonas de churrasco	23
Grupos de apoio	24
Ofertas para seniores	25
Prática religiosa	26
Cultura	26
Bibliotecas	27
Música e entretenimento	27
Museus	28
Teatro, ópera e locais de eventos	29
Festivais e eventos	29
Revista Cultura	30
Cena independente	31
Ofertas desportivas	31
Informações gerais sobre os programas desportivos	31
Piscinas	31
Tornar-se activo como voluntário	33
Idioma	34
Noções básicas da língua	34
Nível linguístico e certificados	34

Fornecedor de cursos de línguas	35
Cursos de línguas	37
Cursos de integração	37
Cursos de literacia	39
Cursos profissionais de línguas (DeuFöV)	40
Cursos de línguas para jovens	42
Cursos voluntários de línguas	42
Cursos de línguas online e estudo online	43
Programas de apoio linguístico e cursos especiais	44
Aprender alemão sem um curso	46
Intérprete:in	47
Os cursos no país Objetivo da língua: alemão	47
Formação, trabalho e estudo	48
Informações sobre formação, trabalho e estudos	48
Encontrar trabalho	48
Acesso ao mercado de trabalho	48
Onde é que posso procurar trabalho?	50
Candidaturas e entrevistas	50
Contrato de trabalho	52
Encontrar trabalho - aconselhamento e ajuda	53
Imigração de mão-de-obra qualificada	54
Aspectos básicos da imigração de trabalhadores qualificados	54
Para os empregadores	54
Para profissionais	55
Para formação e estudos	56
Independência	57
Formação	57
Escola vocacional	57
Formação (dupla e escolar completa)	59
Apoio durante a formação	60
Aconselhamento e ajuda à formação	60
Iniciativa VerA plus - melhorar o sucesso da formação	61
Estudo	63
Sistema universitário alemão	63
Financiamento e bolsas de estudo	64
Universidade de Tecnologia de Kaiserslautern (TUK)	66
Universidade de Ciências Aplicadas de Kaiserslautern	66
Ligações para o tema	66
Reconhecimento de certificados	67
Reconhecimento de diplomas estrangeiros	67
Certificação oficial dos certificados	68
Escuteiro Digi	70
Saúde	70
Informações gerais sobre saúde	70
Serviço de saúde	70
Seguro de saúde	71
Visita ao médico	72
Hospital em Kaiserslautern	73
MEDGUIDE Livro de frases médicas	74
Cartões ilustrados para a comunicação intercultural (BIK) em (geronto-)psiquiatria	74
iFightDepression (Luta contra a depressão)	74

Medicamentos e farmácias	75
Números de emergência - SOS	75
Centros de aconselhamento e serviços de apoio	76
Linha de apoio à violência contra as mulheres	76
O guia da família	76
aplicação de tratamento do peito	77
Aconselhamento e ajuda em caso de dependência	78
Saúde sexual	79
Consultas da Casa da Diaconia	79
Conselhos do Centro Caritas	80
Crianças, jovens e família	81
Informação básica sobre crianças, jovens e família	81
Planeamento familiar e contraceção	81
Gravidez e nascimento	82
Puericultura	84
Escola para crianças dos 6 aos 18 anos	86
Informação básica sobre a escola	87
Sistema escolar	87
Educação obrigatória	88
Diretório escolar	89
Financiamento de apoio	89
Serviço social escolar	91
Ofertas de explicações	91
Prestações familiares	92
Actividades de lazer para crianças e jovens	93
Centros de juventude	93
Motivos recreativos	93
Parques infantis	94
Programa de férias	94
Participe e dê a sua opinião!	94
Refugiados menores desacompanhados	95
Jurídico e direitos	96
Direitos fundamentais	96
Asilo e refugiados	97
Estatuto de residência	97
Pedido de asilo	99
Asilo Familiar e Protecção Internacional para Membros da Família	100
Aconselhamento em matéria de asilo	101
Informações sobre a guerra na Ucrânia	102
Aconselhamento e assistência	102
Centros de aconselhamento sobre migração para imigrantes adultos (com 27 anos ou mais)	102
Serviços de migração de jovens	103
Aconselhamento de regresso central	103
Aconselhamento online	104
Direitos da mulher	105
Igualdade de direitos para homens e mulheres	105
Trabalho e salários	106
MGF - mutilação genital feminina	106
Aborto	107
Violência doméstica	108

Direitos da criança	109
Polícia	110
Responsabilidades da polícia	110
Direitos em relação à polícia	111
Viver	112
Procurar um apartamento	112
Visualização plana	113
Aluguer e contrato de aluguer	114
Regras da casa	116
Subsídio de alojamento e equipamento inicial	116
Separação e depósito de resíduos	116
Energia e ambiente	118
Taxas de radiodifusão	119
Aconselhamento em matéria de alojamento	120
Registar/anular o registo de residência	121
Acesso a habitação subsidiada	121
Equidade - As lojas de departamentos um pouco diferentes	122
Abrigos para mulheres e alojamento anónimo	123
Ajuda aos sem-abrigo	124
Ajuda com a ameaça de perder a sua casa	125
Aconselhamento energético	125

Bem-vindo ao

Bem-vindo a Kaiserslautern

Factos interessantes sobre Kaiserslautern



Kaiserslautern é bonita

Existem muitas atracções culturais, como teatros, cinemas, museus e bibliotecas. A Floresta do Palatinado, os jardins e os parques da cidade são bons locais para passear, brincar e relaxar.

Kaiserslautern é animada

A cidade dispõe de espaços de lazer, desporto e compras. Muitas pessoas de diferentes países vivem juntas. Os habitantes de Kaiserslautern gostam de festejar. Nas muitas festas da cidade, sente-se rapidamente parte da comunidade. Kaiserslautern adora futebol. O clube 1. FC Kaiserslautern joga futebol no Betzenberg. O 1. FC Kaiserslautern tem muitos adeptos.

Kaiserslautern é atraente

Kaiserslautern é a sede da Universidade Técnica, da universidade e de instituições de investigação. Isto faz da cidade um importante centro de ciência e TI, onde muitas pessoas podem trabalhar.

É fácil viajar de carro, autocarro ou comboio.

A brochura "Bem-vindo a Kaiserslautern" contém endereços e informações importantes. Ajudá-lo-á nos seus primeiros dias e semanas na cidade. Responde a perguntas que podem surgir no quotidiano.

Mapa da cidade de Kaiserslautern

Está à procura de um endereço específico ou de um local interessante em Kaiserslautern? Então clique neste [link](#).

O geoportal é gratuito e pode ser utilizado offline. Oferece uma função de navegação.

[Aqui encontra](#) um mapa com todos os locais importantes da cidade. Pode navegar para lá utilizando o Google Maps.

Registo

Quando os alemães e os estrangeiros da UE se mudam para Kaiserslautern, devem registar-se no Centro de Cidadania no prazo de duas semanas. Os filhos com idade igual ou superior a 15 anos devem acompanhá-lo. Para o registo, são necessários os seguintes documentos

- Bilhete de identidade ou passaporte ou passaporte nacional com autorização de residência ou visto
- Para as crianças: Passaporte de criança, bilhete de identidade de criança ou certidão de nascimento
- [Confirmação do senhorio](#)

Centro do Cidadão

 [Willy-Brandt-Platz 1, 67657 Kaiserslautern](#)

 [06313652538](tel:06313652538)

 [@buergercenter@kaiserslautern.de](mailto:buergercenter@kaiserslautern.de)

 www.kaiserslautern.de  Segunda-feira - Quarta-feira: 8:00 - 16:00

Quinta-feira: 9:00 - 18:00

Sexta-feira: 8:00 - 12:00

Os estrangeiros provenientes de um país terceiro e os requerentes de asilo devem registar-se no Serviço de Registo de Estrangeiros.

Serviço de Registo de Estrangeiros

Câmara Municipal Norte

 [Benzinoring 1 - Entrada Morlauterer Straße, 67655 Kaiserslautern](#)

 [06313652727](tel:06313652727), [06313652828](tel:06313652828)

 Segunda-feira - Sexta-feira: 7:30 - 12:00

caso contrário, mediante marcação prévia

Delegação na universidade

 Mediante marcação prévia

 [06313653123](tel:06313653123)

É favor trazer todos os documentos, comprovativos de identidade, passaportes e certificados do seu país de origem. Importante: se ainda não falar bem alemão, é favor trazer consigo um intérprete.

Depois de ter apresentado o seu pedido de asilo ao Serviço Federal de Migração (BAMF) (1ª entrevista), receberá um bilhete de identidade (Aufenthaltsgestattung) do serviço de imigração. Deve trazer sempre consigo este bilhete de identidade.

Tem filhos? As crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 15 anos devem frequentar a [escola](#) . Deve registar as crianças no Serviço de Registo de Estrangeiros. Em seguida, matricular as crianças na escola.

Sobre a Integreat

Este guia irá ajudá-lo na sua vida quotidiana em Kaiserslautern. Encontrará endereços importantes, contactos e dicas e truques que o ajudarão a orientar-se.

O seu guia quotidiano é composto por vários capítulos. Cada capítulo trata de um tema diferente. Por exemplo, encontrará informações sobre médicos, escolas, cursos de alemão e outras instituições. Há também um capítulo com ideias sobre o que pode fazer no seu tempo livre. As informações e as actividades de lazer mudam. Actualizamo-las regularmente. Por isso, é aconselhável consultar frequentemente a sua aplicação móvel. Estará sempre informado sobre as actividades e eventos actuais.

Também pode utilizar esta aplicação offline se não tiver acesso à Internet. Quando estiver novamente online, a aplicação atualizar-se-á automaticamente.

Esperamos poder facilitar a sua estadia em Kaiserslautern com esta aplicação. Estamos ansiosos por vos receber em Kaiserslautern, com o lema "KL is colourful".



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Gefördert im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**

Integreat em língua gestual (Vídeo)



[Linguagem gestual \(Vídeo\)](#)

O "Integreat" também pode ser mostrado em **linguagem gestual**. Isto significa que as pessoas que não podem falar, por exemplo, porque são surdas, podem compreender tudo. Podem ver os sinais e aprender tudo o que precisam de saber. Resumindo: "Integreat" é uma excelente aplicação que ajuda as pessoas a orientarem-se numa nova cidade, mesmo em linguagem gestual.

Gabinetes importantes

Agência de emprego

A Agência Federal do Emprego é responsável por tudo o que diz respeito ao emprego. Está à procura de emprego? Precisa de ajuda para escolher uma carreira? Gostaria de ver as suas qualificações reconhecidas? Então contacte a Agência de Emprego.

 O seu processo de asilo ainda está a decorrer? Ou está a ser tolerado? Então, a Agência de Emprego é o seu ponto de contacto. A Agência de Emprego ajudá-lo-á nas questões relacionadas com a transição entre a escola e o trabalho (orientação profissional). Colocam-no no mercado de trabalho. E aconselham-no sobre uma formação profissional complementar.

Agência de emprego

 [Augustastr. 6, 67655 Kaiserslautern](#)

 [08004555500](tel:08004555500)

 kaiserslautern-pirmasens@arbeitsagentur.de

 [Horário de funcionamento do sítio Web](#)

 Segunda a sexta-feira: 08:00 - 12:00

Horário de consulta telefónica:

Segunda-feira a quinta-feira: 8:00 -18:00 Sexta-feira: 08:00 - 14:00

 Utilize apenas o **endereço postal** para as suas cartas dirigidas à Agência de Emprego.

Endereço postal:

Agência de Emprego de Kaiserslautern-Pirmasens
67650 Kaiserslautern

 É reconhecido? Então o [centro de emprego](#) é o seu ponto de contacto. Eles aconselham-no e colocam-no no mercado de trabalho.

Abono de família

As famílias recebem abono de família para os filhos. O pedido deve ser efectuado no [serviço de prestações familiares](#) do centro de emprego.

Serviço de imigração

Gostaria de viver na Alemanha como cidadão estrangeiro? Então precisa de uma [autorização de residência](#). Este pode ser um visto. Ou uma autorização de residência. Como cidadão da UE, receberá o Cartão Azul da UE. Também pode ter uma autorização de estabelecimento ou uma autorização de residência permanente. Dirija-se ao serviço de imigração. Pode requerer uma autorização de residência nesse serviço.

O que mais pode fazer no serviço de imigração:

- Prorrogar a prova de chegada
- Emitir e prorrogar uma autorização de residência
- Pedir uma autorização de trabalho
- Pedir uma autorização de residência e autorizações especiais de viagem

Nota: Ucrânia:

De acordo com o decreto sobre a continuação da validade da autorização de residência na Ucrânia (UkraineAufenthFGV), as autorizações de residência nos termos do n.º 1 do artigo 24.º da Lei da Residência, válidas em 1 de fevereiro de 2024, incluindo as suas condições e disposições acessórias, são válidas até 4 de março de 2025, sem sem prorrogação em casos individuais. Por conseguinte, se possuir uma autorização de residência na aceção do artigo 24.º da AufenthG, válida pelo menos até 1 de fevereiro de 2024, não necessita de solicitar uma prorrogação. Por conseguinte, não é necessário dirigir-se ao serviço de imigração.

👤Passos para os requerentes de asilo após uma decisão positiva da BAMF

Pedir uma autorização de residência eletrónica (eAT)

(1) Apresentação do pedido

- Pode apresentar o pedido em linha. Para o efeito, utilize a opção "Candidatura em linha". Também pode preencher o formulário "Pedido de autorização de residência". Este é enviado por correio para o Serviço de Registo de Estrangeiros. Pode descarregar o formulário em linha. Ou pode obtê-lo no balcão de informações do Serviço de Registo de Estrangeiros. Quando fizer o pedido, leve consigo um intérprete. Este pode traduzir o seu pedido (o motivo da visita).

(2) Marcação de entrevista

- O formulário foi recebido pelo Serviço de Estrangeiros. Foi processado. Receberá então uma marcação por correio. Receberá também uma lista de todos os documentos que deve trazer consigo.
- Importante: Mande emitir um certificado fictício como documento de substituição temporário. Precisar dele no [centro de emprego](#).

(3) Recolha

- Receberá o aviso de recolha por correio

Serviço de Registo de Estrangeiros

Câmara Municipal Norte

📍 [Benzinoring 1 - Entrada Morlauterer Str., 67655 Kaiserslautern](#)

☎ [06313652727](#), 06313652828

🕒 Segunda-feira a sexta-feira: 7:30 - 12:00

caso contrário, por marcação

Delegação na Universidade Técnica de Kaiserslautern

🕒 Terça e quinta-feira: mediante marcação prévia

☎ 0 [6313653](#) 123

Centro do cidadão (serviço de registo de residentes)

Em princípio, todas as pessoas que venham para a Alemanha e pretendam permanecer por um período superior a três meses devem registar o seu endereço residencial junto das

autoridades, o mais tardar, após duas semanas. Está a mudar de residência na Alemanha? Então tem de informar as autoridades do seu novo endereço.

💡 Este registo não tem nada a ver com o registo como requerente de asilo ou com o registo junto da [autoridade para os estrangeiros](#). Tem de o fazer adicionalmente. Para saber como se registar como refugiado, consulte o capítulo sobre [asilo e refugiados](#).

Quem tem de se registar e quando?

Todas as pessoas que se mudam para a Alemanha ou que se mudam dentro da Alemanha têm de se registar ou recensear no Gabinete de Registo de Residentes (conhecido como Centro do Cidadão em Kaiserslautern). É obrigatório efetuar o registo no prazo de duas semanas. Está a registar-se demasiado tarde ou não se registou de todo? Nesse caso, poderá ter de pagar uma coima.

Quando se regista, recebe uma "confirmação oficial de registo". Guarde este documento num local seguro. Com ele pode provar - mesmo sem o seu documento de identificação - que está registado numa comuna ou cidade da Alemanha. Isto significa que está a residir nesse local.

O que devo levar comigo para me registar?

Deve registar-se pessoalmente no Centro de Cidadania. O endereço encontra-se no final desta página.

Deve levar consigo o seu documento de identificação (bilhete de identidade, autorização de residência, documento de residência, etc.) para o centro de registo. Tem um passaporte? Ou documentos de substituição do passaporte? Então traga-os também consigo. Deve também preencher um formulário de registo. O formulário pode ser obtido diretamente no Serviço de Registo de Residentes.

Para se registar, precisa também da chamada "confirmação de mudança do senhorio". Trata-se de um documento em que o senhorio confirma que é inquilino no seu apartamento. Por vezes, a certidão de nascimento ou de casamento também é necessária para o registo. Se tiver estes documentos, leve-os consigo para o registo por precaução.

Centro do Cidadão 📍 Willy-Brandt-Platz 1, 67657 Kaiserslautern

☎️ 0 6313652 538

@buergercenter@kaiserslautern.de 🌐 www.kaiserslautern.de 📷 Segunda-feira -

Quarta-feira: 08:00 - 16:00

Quinta-feira: 09:00 - 18:00

Sexta-feira: 08:00 - 12:00

Serviço de saúde

O serviço de saúde pública faz parte do sistema de saúde na Alemanha. Ajuda a proteger as pessoas contra doenças infecciosas. Também assegura a limpeza de várias empresas. Entre elas, contam-se hospitais, lares de idosos, restaurantes e cafés. Se quiser trabalhar num restaurante, tem de fazer uma formação em controlo de infeções. O departamento de saúde pública também tem outras tarefas. Fornece informações sobre a SIDA e cuida do serviço médico. Nas escolas, explicam como prevenir as doenças. Os serviços de saúde pública também informam as pessoas sobre os riscos para a saúde.

Departamento de Saúde de Kaiserslautern

📍 [Pfaffstraße 40-42, 67655 Kaiserslautern](#)

☎️ 0 [6317105](#) 520

@k [ontaktg](#) a@kaiserslautern-kreis.de

🌐 [https:// www.kaiserslautern-kreis.de/verwaltung/gesundheitsamt/](https://www.kaiserslautern-kreis.de/verwaltung/gesundheitsamt/)

Centro de emprego

Está desempregado? Precisa de ajuda? O centro de emprego paga as prestações financeiras. Também o colocará num emprego ou numa formação. Isto depende das suas necessidades individuais. Entre outras coisas, o centro de emprego permitir-lhe-á frequentar um curso de línguas. Apoia-o com aconselhamento profissional. Ou pode ajudá-lo a obter o reconhecimento dos seus certificados. Gostaria de trabalhar? Então pode encontrar informações e conselhos aqui: [Acesso ao mercado de trabalho](#).

💡 Os funcionários do Centro de Emprego não estão autorizados a transmitir quaisquer informações sobre os clientes. Tem um acompanhante voluntário? Então deve passar-lhe uma procuração. Esta deve ser preenchida na íntegra e assinada por ambas as partes.

👥 O seu pedido de asilo ainda está pendente? Ou o seu pedido foi rejeitado? Nesse caso, a [Agência Federal de Emprego](#) é responsável pelas questões relacionadas com a promoção do emprego.

👥 Passos após uma decisão positiva

Recebeu uma decisão positiva da BAMF. Isto significa que o processo de asilo foi concluído com êxito. Foi-lhe reconhecido o direito de asilo. Ou foi-lhe concedida proteção aos refugiados. Estes são os seus próximos passos:

1. entrevista pessoal

- Deve dirigir-se ao centro de emprego durante o horário de funcionamento
- Será registado como cliente
- Será registado como candidato a emprego
- A sua história profissional será registada
- Será marcado um encontro com o centro de emprego

2. serviço de prestações

Importante: não há aconselhamento sem marcação prévia.

- Pode candidatar-se às prestações sociais. Para isso, é necessário marcar uma entrevista. O seu assistente social ajudá-lo-á. Ele verifica se tem direito às prestações. Os seus documentos de candidatura serão elaborados individualmente para si.

3. Centro de emprego

Importante: não há aconselhamento sem marcação prévia.

- Já frequentou um curso de integração? Traga o seu certificado. Em caso negativo, deve trazer o seu compromisso para com o curso.
- Tem documentos relativos à frequência escolar, à formação ou aos estudos? Tem referências profissionais? Os seus diplomas estrangeiros foram reconhecidos? Queira trazê-las consigo.
- Fale-nos das suas aptidões especiais (artesanato, conhecimentos linguísticos, etc.).
- Antes da entrevista, pense na área de trabalho que lhe interessa.

Centro de Emprego de Kaiserslautern

 [Guimaraes-Platz 3, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0631370910](tel:0631370910)

 obcenter-Stadt-Kaiserslautern@jobcenter-ge.de 

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

Departamento da Juventude e do Desporto (Gabinete do Bem-Estar dos Jovens)

Os direitos das crianças são importantes. Cada criança merece ser respeitada e amada. Tem um filho? Em seguida, criá-lo de acordo com os direitos das crianças. Isto é importante para o bem-estar do seu filho. Pode saber mais sobre isto no capítulo sobre os [direitos da criança](#).

O Gabinete do Bem-Estar dos Jovens apoia os pais na educação dos filhos e dos jovens. Todos podem dirigir-se gratuitamente ao Gabinete do Bem-Estar dos Jovens. É uma criança ou um adolescente? Tem problemas? Depois pode contactar o gabinete do bem-estar dos jovens.

Responsabilidades do Gabinete do Bem-Estar dos Jovens:

- Apoiar os jovens no seu desenvolvimento individual e social
- Aconselhar e apoiar os pais na parentalidade
- Protecção de crianças e jovens
- Criar condições positivas para os jovens e as famílias
- Evitar e desmantelar barreiras

Teve um filho? Depois, o gabinete do bem-estar dos jovens entra em contacto após algumas semanas. Gostaria de fazer uma visita domiciliária. Pode conhecer o gabinete do bem-estar dos jovens. Receberá então uma pasta inteira com informações e ofertas. Estes são importantes para o seu filho e para a sua família.

Os refugiados menores não acompanhados são também abrangidos pela lei do bem-estar dos jovens. Isto significa: O caso vai para o gabinete do bem-estar dos jovens.

Departamento da Juventude e do Desporto (Gabinete do Bem-Estar dos Jovens) Kaiserslautern

 [Willy-Brandt-Platz 1, 67657 Kaiserslautern](#)

 [0631-365 1510](tel:0631-365 1510)

 jugend@kaiserslautern.de

Horário de abertura:

Segunda a quinta-feira: 8:00 - 12:30; 13:30 - 16:00

Sexta-feira: 8:00 - 13:00

Serviço de Assuntos Sociais (Gabinete de Ação Social)

O Serviço de Ação Social (Sozialamt) ajuda as pessoas em dificuldades. Se uma pessoa não tiver dinheiro suficiente para viver bem, o Serviço de Ação Social pode ver se essa pessoa pode obter ajuda.

Eis alguns dos tipos de ajuda oferecidos pelo Serviço de Ação Social:

- Apoio ao rendimento básico na velhice e em caso de redução da capacidade de ganho
- Assistência aos cuidados
- Ajuda para as despesas de subsistência
- Assistência à integração de pessoas com deficiência
- Ajuda para superar dificuldades sociais específicas
- Assistência na saúde
- Assistência noutras situações da vida

O serviço de ação social está disponível para aconselhar e ajudar as pessoas que tenham dúvidas sobre estes temas. Se uma pessoa precisar de ajuda, pode dirigir-se ao serviço de ação social e fazer o pedido.

O serviço de ação social faz-lhe perguntas sobre a sua situação financeira. Por conseguinte, terá de indicar se possui objectos de valor, como jóias ou dinheiro. Assinará alguns documentos e declarações. É favor trazer consigo todos os seus documentos. Todas as pessoas inscritas no seu título de residência devem acompanhá-lo à consulta.

Receberá também aqui o cheque para as suas despesas de subsistência. Pode trocar o cheque por dinheiro (euros) no banco. Tenha em atenção que este dinheiro deve durar até ao seu próximo encontro com o serviço de ação social (cerca de 1 mês). Só receberá o dinheiro após a sua próxima consulta com o serviço de ação social.

O Serviço de Ação Social é o seu contacto para as seguintes questões

- vales para o primeiro equipamento do bebé e para o material escolar do seu filho
- dinheiro para os bilhetes de comboio para as entrevistas
- atestados de doença, autorizações para operações e outras medidas médicas
- Pacote de educação e participação (BuT)
- Programa de actividades e de emprego
- Pedidos de redistribuição, isenção de habitação obrigatória

Departamento dos Assuntos Sociais (Serviço de Ação Social) Kaiserslautern

 [Maxstraße 17 + 19, 67659 Kaiserslautern](#)

 [06313651500](tel:06313651500)

 [@s_oziales @kaiserslautern.de](mailto:soziales@kaiserslautern.de)

As pessoas necessitadas que não podem trabalhar recebem assistência social do Serviço de Ação Social. Todas as pessoas que podem trabalhar (com menos de 65 anos) recebem uma ajuda de subsistência (subsídio de cidadania) do [centro de emprego](#).

Subsídio de alojamento

Os agregados familiares com baixos rendimentos e que não recebem qualquer outra prestação (apoio ao rendimento de base ou subsídio de cidadania) podem requerer [o subsídio de alojamento](#) junto dos serviços de ação social. Trata-se de um subsídio para o aluguer.

Educação e participação

Se recebe prestações (assistência social, subsídio de cidadania ou subsídio de habitação) e tem filhos, pode candidatar-se às prestações do pacote de [educação e participação](#) para os seus filhos. As crianças e os jovens recebem apoio financeiro para material escolar, desporto, cultura e lazer, por exemplo, escola de música ou clubes desportivos. Existe também um subsídio para almoços colectivos em escolas, centros de acolhimento pós-escolar ou centros de dia. Se os seus filhos necessitarem de apoio pedagógico adicional para atingirem os seus objectivos de aprendizagem, também pode solicitar apoio para esse efeito. O pedido de subsídio para educação e participação pode ser consultado [aqui](#).

Conservatória do Registo Civil

A Conservatória do Registo Civil tem várias funções. Quando o seu filho nasce, regista-o aí. A Conservatória do Registo Civil regista o nascimento. Se quiser casar, a Conservatória do Registo Civil regista o casamento.

Resumo das tarefas

- Nascimentos e óbitos
- Celebração de casamentos e uniões de facto
- Deixar a igreja
- Mudança de nome
- Emissão de certidões (certidão de nascimento, certidão de óbito, certidão de casamento)

Conservatória do Registo Civil de Kaiserslautern

 Segunda, terça e quinta-feira: 8:00 - 12:00 e 14:00 - 16:00

Quarta-feira: 8:00 - 12:00 Sexta-feira: 8:00 - 13:00  [Willy-Brandt-Platz 1, 67657](#)

[Kaiserslautern](#)

 [06313650](tel:06313650)

 standesamt@kaiserslautern.de  [Conservatória do Registo Civil](#)

Vida social

Questões financeiras e contratos

Informações básicas sobre os contratos

Particularmente importante: Não percebeu alguma coisa? Não consegue ler o documento? Então não assine nada. Um contrato assinado obriga-o muitas vezes a pagar dinheiro. Por vezes, é muito difícil anulá-lo. Verifique e compare sempre várias ofertas. Leve o tempo que precisar para decidir. Não deixe que ninguém o pressione a assinar um contrato.

Seguros

Seguros sociais

Na Alemanha, existem cinco seguros sociais importantes que todas as pessoas devem ter. Estes seguros ajudam-no se, por exemplo, estiver desempregado, adoecer, precisar de cuidados de saúde, tiver um acidente de trabalho ou envelhecer. O seguro de pensão, o seguro de acidentes, o seguro de cuidados continuados e o seguro de desemprego estão automaticamente disponíveis para si. No que se refere ao seguro de saúde, pode escolher uma das várias companhias de seguros de saúde.

Seguros complementares

Existem também muitos outros tipos de seguros que pode subscrever como complemento. Estes seguros são úteis para o proteger de problemas financeiros. O [centro de aconselhamento ao consumidor](#) pode dar-lhe mais informações sobre estes seguros.

Seguro de responsabilidade civil

O seguro de responsabilidade civil é particularmente importante. Se acidentalmente causar danos a alguém, terá de os pagar, por exemplo, se alguém ficar ferido ou se algo se partir. O seguro de responsabilidade civil ajuda-o a si e à sua família a cobrir esses custos. Cabe-lhe a si decidir se pretende subscrever este seguro, mas é altamente recomendável que o faça.

Telemóvel

O mercado dos telemóveis na Alemanha é muito vasto. Existem muitos fornecedores e muitos contratos e custos diferentes. Em geral, existem dois tipos de contratos de telemóvel na Alemanha: **Contrato pré-pago** e **contrato a termo certo**.

- O contrato pré-pago não tem prazo fixo. O utilizador carrega o seu telemóvel com dinheiro e pode utilizá-lo para aceder à Internet ou fazer chamadas.
- No contrato a termo certo, existe um período contratual mínimo. Normalmente, este período é de 12 a 24 meses. Este contrato é renovado automaticamente se não o cancelar. Se não quiser que o contrato seja renovado automaticamente, tem de o rescindir por escrito. Preste atenção ao prazo.

💡 Não assine nenhum [contrato](#) se não o compreender.

Quer assinar um contrato? Verifique cuidadosamente as condições antes de o fazer. Pergunte a si próprio se um contrato pré-pago não será melhor para si.

Tanto no caso de um contrato a termo como de um contrato pré-pago, pode escolher entre três opções:

1. Com uma tarifa fixa, pode fazer chamadas ilimitadas, enviar mensagens de texto e utilizar a Internet até um determinado volume de dados
2. Com um pacote com tudo incluído, dispõe de uma quota fixa de unidades para fazer chamadas e enviar mensagens de texto e de um volume fixo de dados para utilizar a Internet, pelos quais paga um preço fixo. Quando as suas unidades estiverem esgotadas, pode reservar unidades adicionais ou um volume de dados adicional. Normalmente, tem de pagar mais por isso. **Nota:** em muitos fornecedores, o volume de dados adicional é acrescentado automaticamente quando o seu volume de dados se esgota. Este volume de dados adicional pode custar muito dinheiro. Por isso, é essencial desativar a reserva automática do volume de dados (data automatic). Pode fazê-lo através do portal do cliente em linha ou da linha direta do seu fornecedor. Peça uma confirmação por escrito de que desactivou o volume de dados automático.
3. Também pode pagar diretamente por cada chamada, cada mensagem de texto e cada utilização da Internet. Normalmente, é mais caro do que com uma tarifa fixa ou um pacote com tudo incluído, mas só paga o que realmente utiliza. E não há custos ocultos.

💡 O seu [Helferkreis](#) ajudá-lo-á a escolher e a celebrar um bom contrato.

Conta corrente

Gostaria de pagar dinheiro através de um banco? Então precisa de uma conta à ordem. O seu dinheiro está sempre disponível na sua conta à ordem. Gostaria de levantar dinheiro da sua conta? Ou gostaria de efetuar pagamentos sem numerário? Então precisa de ter dinheiro suficiente na sua conta. Caso contrário, terá de pagar juros ao banco.

Com uma conta à ordem, pode

- Efetuar transferências
- Receber pagamentos sem dinheiro (os pagamentos dos serviços públicos / autoridades / prestações sociais são frequentemente transferidos apenas para uma conta à ordem)
- Estabelecer ordens permanentes
- Participar em débitos diretos
- descontar cheques, efetuar pagamentos sem dinheiro com o cartão CE/Maestro
- Levantar dinheiro no balcão do banco ou numa caixa multibanco
- Imprimir extractos de conta

Abrir uma conta

Decida em que banco pretende abrir uma conta. Marque uma reunião para abrir uma conta. Leve consigo um dos seus documentos de legitimação. Trata-se, nomeadamente, da prova de chegada, do título de residência ou do bilhete de identidade. Se o documento de legitimação não indicar o endereço atual, deve trazer também um certificado de registo ou um documento equivalente.

- Abriu a conta. Receberá por correio um cartão CE com um código PIN de quatro dígitos. Assine o verso do cartão CE e memorize o código PIN. O código PIN é necessário para os pagamentos sem numerário. O código PIN é necessário para efetuar levantamentos de dinheiro nas caixas automáticas. **Guarde sempre o seu cartão e o código PIN em separado!**

- Levante dinheiro nas caixas automáticas do seu banco. Nesse caso, o levantamento não custa nada. Se introduzir três vezes o código PIN de forma incorrecta, o banco retira-lhe o cartão e bloqueia-o. Neste caso, tem de perguntar ao seu banco.
- Perdeu o seu cartão CE? O seu cartão CE foi roubado? Então, peça imediatamente o bloqueio do cartão CE. Indique-lhes o seu código de identificação e o número de conta. Em seguida, peça ao seu banco um novo cartão EC.

 [116116](tel:116116)

 A toda a hora.

 Diferentes bancos oferecem contas à ordem com diferentes condições. Saiba exatamente quanto custa uma conta à ordem por mês. Compare os serviços oferecidos pelo banco.

 Se não falar alemão ou inglês, é favor trazer um intérprete consigo.

 Se precisar de ajuda para utilizar corretamente o seu cartão de débito, peça à sua [organização de apoio](#).

Impostos e declarações fiscais

Os impostos são importantes. Ajudam o Estado a funcionar. Fornecem ao Estado dinheiro para as despesas públicas. Podem ser utilizados para construir estradas. São utilizados para pagar aos professores e aos agentes da polícia. Financiam muitas coisas importantes.

Pagamos impostos em todo o lado. Quando se vai às compras, quando se come fora, quando se abastece de combustível. É o **imposto sobre as vendas**. E quando se trabalha. Isso é o **imposto sobre o rendimento**. Está empregado? Então a sua entidade patronal já deduziu os seus impostos. É trabalhador por conta própria? Então, tem de pagar o imposto sobre o seu rendimento.

Número de identificação fiscal

O número de identificação fiscal é um número de 11 dígitos que é utilizado para efeitos de imposto sobre o rendimento. O número é válido para toda a vida. As autoridades podem sempre identificá-lo com este número. O seu local de trabalho necessita deste número. Não tem este número nos seus documentos? Pode obtê-lo pessoalmente no serviço de registo. Ou preenchendo um formulário na [Repartição Central dos Impostos Federais](#).

 Precisa de ajuda para a sua declaração de impostos? O melhor é contactar a associação local de imposto sobre o rendimento. Se tiver mais perguntas, a repartição de finanças também o pode ajudar.

Internet e hotspots gratuitos

Internet móvel

Tem internet móvel no seu telemóvel. Isto é muito prático. Pode-se procurar algo na Internet enquanto se está em movimento. Também se pode procurar um endereço. A Internet custa dinheiro. É melhor ter um contrato. Este contrato pode ser um contrato a prazo fixo ou um contrato pré-pago. Pode encontrar mais informações [aqui](#).

💡 Não precisa da Internet para utilizar o Integreat. Só precisa da Internet para descarregar e actualizar os dados.

WLAN em casa

Se quiser ter internet na sua própria casa, precisa de um router. Há várias empresas que lhe podem vender um router e um contrato. A melhor maneira de saber mais é contactar o seu [grupo](#) local [de ajudantes](#).

Hotspots WLAN públicos e gratuitos em Kaiserslautern

Wi-Fi gratuito está disponível em vários locais (hotspots) em Kaiserslautern. Aí pode navegar na Internet com o seu próprio dispositivo.

Hotspots públicos:

- [Kaiserslautern Ice Rink, Lauterstraße 51](#)
- [Câmara Municipal de Kaiserslautern, Willy-Brandt-Platz 1](#)
- [Kaiserslautern Economic Development Corporation, Fruchthallstraße 14](#)
- [Schneiderstrasse 10](#)
- [Steinstraße](#)
- [Estrada de Ferro](#)
- [BIC KL - Business + Innovation Center, Trippstadter Str. 110](#)
- para mais hotspots clique [aqui](#).

💡 Como requerente de asilo na Alemanha, não tem direito legal de acesso à Internet (WIFI) no seu alojamento. Portanto, normalmente não há WIFI (Wi-Fi) no alojamento. Se houver uma ligação telefónica no alojamento, é possível que celebre você mesmo um contrato para a WLAN. Peça ao seu [círculo de ajudantes](#) para trabalhar consigo para escolher um bom contrato. Falar previamente com as pessoas que vivem no alojamento sobre o pagamento. Considerar se um contrato que pode ser cancelado em qualquer altura é melhor do que um contrato que dura muito tempo (por exemplo, 2 anos). Antes de assinar o contrato, pergunte ao seu serviço de alojamento se a WLAN é tecnicamente possível e como pode facultar o acesso ao técnico.

Mobilidade

Transportes públicos

Pode chegar a muitos locais do seu bairro através de transportes públicos, como autocarros e comboios. Também pode [andar de bicicleta](#). O exercício físico é saudável. Andar de bicicleta não custa muito dinheiro. A bicicleta também é boa para o ambiente.

Transportes públicos

Um in Kaiserslautern ans Ziel zu kommen, stehen Ihnen öffentliche Verkehrsmittel zur Verfügung. Innerhalb der Stadt fährt der Stadtbus. Sie wollen in Nachbarstädte? Dann gibt es gegebenenfalls auch die Bahn

💡 Viajar sem bilhete é penalizado! É obrigatório ter um bilhete válido para cada viagem. Caso contrário, pagará uma coima pesada.



Informações sobre os horários em Kaiserslautern e arredores

Todos os transportes públicos locais se encontram dentro da zona tarifária da Verkehrsverbund Rhein-Neckar (VRN). As [informações](#) sobre os [horários](#) da VRN abrangem, portanto, todas as carreiras de autocarros em Kaiserslautern e arredores. Pode encontrar uma visão geral dos vários bilhetes [aqui](#).

Autocarros urbanos

O [mapa da rede de rotas](#) de autocarros urbanos dá-lhe uma visão geral de todas as 14 rotas de autocarros urbanos em Kaiserslautern.

Autocarro noturno

Todas as noites, de sexta a sábado e de sábado a domingo, os autocarros noturnos de Kaiserslautern circulam de hora a hora, a partir da meia-noite, para todos os pontos da cidade.

🌐 [Mais informações sobre o autocarro noturno](#)

Ciclismo

Bicicleta

Vai viver em Kaiserslautern durante muito tempo? Então vale a pena comprar uma bicicleta. É mais barato do que andar de transportes públicos.

💡 Regras de trânsito importantes para os ciclistas (seleção):

- Circular sempre do lado direito da faixa de rodagem.
- Não circular ao lado uns dos outros, mas sim atrás uns dos outros.
- Se houver uma ciclovia, deve circular na ciclovia (sempre do lado direito da estrada, no sentido da marcha).
- As crianças até aos 11 anos podem utilizar as vias pedonais em bicicleta.
- É proibido utilizar o telemóvel na bicicleta.

💡 Compra e reparações: Atenção na compra. A sua bicicleta deve estar equipada da seguinte forma. Isto significa que está em condições de circular. Caso contrário, terá de pagar uma coima se for mandado parar pela polícia.

- Luzes dianteiras e traseiras

- Refletor dianteiro e traseiro
- Reflectores nos raios (2 por roda)
- Reflectores nos pedais
- Campainha
- Dois travões independentes

Aluguer de bicicletas

Pode alugar uma bicicleta em Kaiserslautern através da [VRNnextbike](#), em Vogelwoogstraße através do projeto [VELO](#) e na estação ferroviária através do sistema [Call-a-Bike](#) da Deutsche Bahn.

Compra de bicicletas

Pode comprar uma bicicleta nova. Também pode comprar uma bicicleta em segunda mão. Procure bicicletas usadas nos [classificados do Ebay](#). O melhor sítio para comprar uma bicicleta nova é uma loja de bicicletas.

Existem várias lojas em Kaiserslautern:

Con Rad der Fahrradladen em Kaiserslautern

 Glockenstraße 4, 67655 Kaiserslautern

 0 [6318914 89](tel:0631891489)

 Segunda a sexta-feira: 10:00 - 18:00, sábado: 10:00 - 15:00

 [Marcação de consultas](#) ou [sítio Web](#)

Meister-Rad.de

 Bismarckstraße 41, 67655 Kaiserslautern

 0 [6313613 9773](tel:063136139773)

 Segunda-feira, terça-feira, quinta-feira, sexta-feira: 13:00 - 18:00, sábado: 10:00 - 13:00

 [Sítio Web](#)

Loja de bicicletas Kaufmann

 Königstraße 37, 67655 Kaiserslautern

 0 [6312168 3](tel:063121683)

 Segunda-feira - Sexta-feira: 10:00 - 18:00, Sábado: 10:00 - 14:00

 [Sítio Web](#)

Pode encontrar mais lojas em  [Google Maps](#).

Serviço de reparação

Repair Café

Se a sua bicicleta precisar de ser reparada, pode dirigir-se ao **Repair Café**, onde o ajudarão a reparar a sua bicicleta. O Repair Café realiza-se todas as segundas terças-feiras do mês. Mais informações [aqui](#).

Oficina de bicicletas

Malteser Hilfsdienst, em cooperação com o Arbeits- und sozialpädagogisches Zentrum (ASZ), também oferece uma [oficina](#) mensal [de bicicletas para refugiados](#) no Coliseu e, se necessário, em Asternweg.

Contacto para doadores:

Arbeits- und sozialpädagogisches Zentrum (ASZ)

 [06313163610](tel:06313163610)

Contacto para ajudantes:

Michelle Sturgis-Kratz

Malteser Relief Service Kaiserslautern

 [06313418212](tel:06313418212)

@Michelle.Sturgis-Kratz@malteser.org

Carta de condução e condução

Uma carta de condução pode ser muito útil. Especialmente se vive numa aldeia ou numa pequena cidade remota. Muitas vezes não há aqui qualquer ligação aos transportes públicos. Então uma carta de condução é útil. E a compra de um carro é muitas vezes necessária. Quer obter uma carta de condução alemã? Ou já tem uma carta de condução do seu país de origem? E agora queres reescrevê-lo? A transcrição significa que a carta de condução também é válida na Alemanha. Nesta página damos-lhe esta informação.

A minha carta de condução é válida na Alemanha?

Gostaria de conduzir sozinho na Alemanha? Depois precisa de uma carta de condução da Alemanha ou de outro Estado da UE. As cartas de condução de países não comunitários são válidas apenas por seis meses na Alemanha. Só pode conduzir na Alemanha com uma carta de condução do seu país de origem durante os primeiros seis meses. Os seis meses começam com o seu primeiro registo policial na Alemanha. Deve ter sempre a sua carta de condução consigo quando conduz. Deve também ter consigo uma tradução da sua carta de condução para alemão.

Quer conduzir sozinho mesmo depois de seis meses? Em seguida, reescreva a sua carta de condução.

Se visitar apenas a Alemanha, poderá conduzir com a sua carta de condução estrangeira ou internacional. Deve ter sempre a sua carta de condução consigo quando conduz.

 Durante o seu procedimento de asilo, todos os seus documentos permanecem com o BAMF. Normalmente só os receberá de volta quando o seu procedimento de asilo estiver concluído. Enquanto a sua carta de condução estiver no BAMF, não está autorizado a conduzir sozinho.

Como é que reescrevo a minha carta de condução?

Apresente-se à sua autoridade local de emissão de cartas de condução ou ao escritório de emissão de cartas de condução. Por vezes, pode demorar algum tempo até receber uma resposta. A autoridade recebe por vezes muitas candidaturas de uma só vez. Contacte a autoridade competente antes da expiração da sua carta de condução de seis meses. Deve dirigir-se pessoalmente ao serviço de cartas de condução. Aí tem de apresentar vários

documentos:

- Bilhete de identidade ou passaporte
- Confirmação do registo (registo policial)
- fotografia biométrica para passaporte
- Certificado de um teste oftalmológico (de um oculista ou de um oftalmologista)
- Confirmação da participação num curso de primeiros socorros. Pode encontrar um curso perto de si, por exemplo, na ASB ou no Johanniter.
- A sua carta de condução original estrangeira (uma carta de condução internacional não é suficiente). Como regra, deve também apresentar uma tradução alemã autenticada.
- uma declaração de que a sua carta de condução estrangeira ainda é válida.

O serviço de cartas de condução decidirá então se a sua carta de condução pode ser transferida sem um exame. Caso contrário, deve primeiro fazer o exame teórico e prático. Isto depende do país em que obteve a sua carta de condução.

💡 Antes do teste, é bom frequentar uma escola de condução. A Alemanha tem muitas regras e sinais de trânsito. No entanto, ao contrário daqueles que estão a tirar a sua carta de condução pela primeira vez, não tem de ter aulas de condução.

Como é que posso obter uma carta de condução alemã?

Para tirar uma carta de condução pela primeira vez, proceder como se segue:

- Registe-se numa escola de condução. Nas grandes cidades, existem escolas de condução com instrutores que falam árabe e persa, por exemplo. Pode encontrar escolas de condução na sua área em drivolino.de ou fahrschulen.de encontrar um.
- Fazer um curso de primeiros socorros. Pode encontrar um curso perto de si no Arbeiter-Samariter-Bund ou no Johanniter.
- Fazer um teste oftalmológico a um oculista ou a um oftalmologista. O teste oftalmológico custa cerca de 7 euros. Alguns ópticos também oferecem o teste oftalmológico gratuitamente.
- Tirar uma fotografia biométrica para passaporte.

A minha carta de condução pode ser tirada?

Se não respeitar regras de trânsito importantes, pode perder a sua carta de condução. É feita aqui uma distinção entre uma proibição de condução e a apreensão da carta de condução.

- Se estiver proibido de conduzir, deve entregar a sua carta de condução ao escritório de multa durante alguns meses. Não lhe é permitido conduzir sozinho durante este tempo. Após o prazo limite, pode recolher novamente a sua carta de condução.
- Se a sua carta de condução for revogada, a sua carta de condução perde a sua validade. Isto significa que já não está autorizado a conduzir sozinho e não está autorizado a obter uma nova carta de condução durante um determinado período de tempo (período de proibição).

Colocou em perigo o tráfego rodoviário? Estava a conduzir embriagado? Recolheu 8 pontos de penalização? Estes são motivos para revogar a sua carta de condução.

Recebe pontos de penalização por várias violações das regras, por exemplo, se conduzir demasiado depressa. Os pontos de penalização são também chamados coloquialmente de "pontos em Flensburg".

💡 Conseguiu recentemente a sua carta de condução? Depois está em regime de prova durante dois anos. Violaste as regras de trânsito durante o período de experiência. Depois tem de ir a um seminário de pós-graduação. Talvez também ao aconselhamento psicológico. Além disso, o seu período de estágio é prolongado por mais dois anos. Não participará no seminário de acompanhamento e aconselhamento? A sua carta de condução será então tirada. Exemplos de uma infracção de trânsito são, por exemplo, a passagem de um sinal vermelho, conduzir à noite sem luzes, conduzir embriagado. Estacionar no local errado não é uma infracção de trânsito. Neste caso, só tem de pagar a multa.

Lazer e intercâmbio

Locais de encontro abertos e cafés de encontro

Há muitas oportunidades para falar com outras pessoas em Kaiserslautern. Independentemente de virem da Alemanha ou de terem passado por uma experiência de refugiados. Existem vários eventos, como cafés de encontro, Café Internacional, noites de cozinha multicultural ou cafés linguísticos. Todos são bem-vindos.

Há muitas oportunidades para nos conhecermos, fazermos novos amigos e aprendermos mais sobre outras culturas. Os eventos estão abertos a qualquer pessoa que queira falar e aprender uns com os outros. Se quiser saber quando e onde se realizam estes encontros, pode dar uma vista de olhos aqui:

 [Die Vielfalter e.V.](#)

Parques e zonas de churrasco

Parques

Kaiserslautern é uma cidade com muito verde! Para além da grande Floresta do Palatinado, existem também muitos parques bonitos. Por exemplo, o Volkspark, a leste da cidade, o Stadtpark, a sudoeste, e o Wildpark am Betzenberg. Nestes parques, é possível passear, relaxar, praticar desporto e existem muitos parques infantis. No parque de vida selvagem pode até ver animais que vivem na floresta.

Existe também um jardim japonês especial na Lauterstrasse. Tem de se pagar entrada, mas o aspeto é ótimo, porque é igual a um verdadeiro jardim japonês.



A exposição de jardins em Kaiserslautern tem entrada paga e está aberta de março a outubro. Existe um belo parque ajardinado com muitas actividades diferentes. Pode explorar um trilho natural de dinossauros, brincar no parque infantil, praticar desporto e relaxar no jardim da cerveja.

Não é permitido fazer fogo aberto ou churrascos nos parques e espaços verdes. Se quiser fazer churrascos, pode alugar áreas especiais para churrascos com cabanas cobertas em Kaiserslautern. Pode então fazer um churrasco com amigos ou família.

Zonas de churrasco



No verão, é frequente sentir-se o cheiro delicioso da carne grelhada ou dos legumes frescos a fritar no churrasco. Mas só é permitido fazer churrascos em determinadas áreas designadas. Em Kaiserslautern, existem três zonas públicas de churrasco onde o pode fazer. Aí pode fazer churrascos com amigos ou família e desfrutar do verão!

Zonas de churrasco sinalizadas em Kaiserslautern:

 [Churrasqueira de Mölschbach](#)

 [Churrasqueira Hohenecken](#)

 [Churrasqueira Siegelbach](#)

Importante: Por favor, leve o seu lixo consigo. Pode deitar os restos de carvão nos recipientes de carvão fornecidos.

Grupos de apoio

Existem grupos que o podem ajudar gratuitamente. Encontram-se no seu bairro e apoiam-no em actividades de lazer e desporto. Se quiser aprender alemão, também o podem ajudar. Se tiver alguma dúvida, pode perguntar aos ajudantes simpáticos. Eles podem ajudá-lo a escrever cartas, a fazer compras, a praticar desporto e até a viajar de autocarro. Mesmo que tenha dúvidas sobre a sua conta bancária, eles estão lá para o ajudar. Muitos destes grupos ajudam-no a aprender alemão e pode contactá-los facilmente por correio eletrónico.

Aqui pode encontrar uma lista de grupos de ajuda em Kaiserslautern:

Helferkreis Kalkofen e.V.

 [Geranienweg 7, 67657 Kaiserslautern](#)
 <http://www.helferkreis-kalkofen.de/>
 nfo@helferkreis-kalkofen.de

Existe uma lista de grupos de ajuda em Kaiserslautern. Também aí trabalham pessoas que são pagas para ajudar os voluntários. Dão-lhes dicas, iniciam novos projectos e organizam cursos de formação para que os ajudantes possam ajudar ainda melhor.

Coordenação de Voluntariado da Câmara Municipal de Kaiserslautern

Câmara Municipal Norte,
 [Benzinoring 1, 67657 Kaiserslautern](#)
 06313654471
 hrenamt@kaiserslautern.de

Centro Caritas de Kaiserslautern

(centro de apoio, informação e contacto para refugiados e voluntários)
Sigrid Molz
 [Engelsgasse 1, 67657 Kaiserslautern](#)
 0631361200
 caritas-zentrum.kaiserslautern@caritas-speyer.de
 ulrike.ebert-wenski@caritas-speyer.de

DRK, Coordenação de Voluntários Alte Post

Erhard Ploch
 [Logenstr. 37, 67655 Kaiserslautern](#)
 063180093460
 e.ploch@kv-cls.drk.de

Malteser Hilfsdienst e.V., Coordenador de Guias de Integração Kaiserslautern

Michelle Sturgis-Kratz
 [Mainzer Str. 25, 67657 Kaiserslautern](#)
 06313418212
 Michelle.Sturgis-Kratz@malteser.org

Ofertas para seniores

Em 2021, cerca de 18,4 milhões de pessoas com mais de 65 anos de idade viviam na Alemanha. E este número está a crescer todos os anos. Representam agora mais de 22% da população total. As pessoas mais velhas precisam frequentemente de cuidados ou ajuda no lar. Quanto mais idosos forem, maior é a probabilidade de precisarem de ajuda. Alguns também vivem sozinhos. Isto significa por vezes que os seus contactos sociais se tornam em menor número. Os contactos sociais são importantes para a saúde mental.

Aqui pode encontrar ofertas para seniores na sua região.

Aconselhamento para idosos

Município de Kaiserslautern

Sra. Roscher

📍 Câmara Municipal de West, Maxstraße 17, 67659 Kaiserslautern

☎️ 0631 / 365 4611 ou 0162 / 2487 988

✉️ d.roscher@kaiserslautern.de

Informação para pessoas idosas em Kaiserslautern

🌐 [https://www.kaiserslautern.de/sozial leben wohnen...](https://www.kaiserslautern.de/sozial_leben_wohnen...)

Sinalização e Guia "Growing Older in Kaiserslautern

🌐 <https://aelter-werden-in-kaiserslautern.de/>

Prática religiosa

Existem muitas religiões diferentes na Alemanha. Muitas pessoas seguem uma religião em particular. Organizam-se nas suas próprias comunidades. Por exemplo, numa igreja, mesquita ou sinagoga.

O contacto com uma comunidade é importante. Aqui podem celebrar o culto juntos. Torna o intercâmbio com os seus semelhantes mais fácil. Há vários grupos ou reuniões para isso. Saiba mais no website da comunidade. Também pode telefonar ou apresentar-se pessoalmente.

Cultura

Bibliotecas

Numa biblioteca ou livraria, pode pedir emprestados livros, CDs, materiais didáticos e auxiliares de aprendizagem para levar para casa. Para tal, é necessário um cartão da biblioteca. Pode obtê-lo na sua biblioteca local. Também é possível estudar ou ler em paz e sossego.

Mais informações no local:

Biblioteca Municipal de Kaiserslautern

 [Klosterstraße 8, 67655 Kaiserslautern](#)

 [06313652484](tel:06313652484)

@s [tadtbib](mailto:tadtbib@kaiserslautern.de) liothek@kaiserslautern.de

 Segunda e sexta-feira: 10:00 - 12:00 e 14:00 - 18:00

Terça e quinta-feira: 10:00 - 18:00

Quarta-feira: 10:00 - 12:00

Sábado: 9:00 - 12:00

Para além da biblioteca municipal, existem oito bibliotecas distritais em Kaiserslautern. Pode saber onde estão localizadas [aqui](#).

Música e entretenimento

Fruchthalle Kaiserslautern



O Fruchthalle é um lugar muito especial! Aqui têm lugar muitos eventos diferentes, como concertos, espectáculos e reuniões importantes. Estes locais são importantes porque dão cor à cultura e aproximam as pessoas.

 [Fruchthallstraße 10, 67655 Kaiserslautern](#)

 [06313653450](tel:06313653450)

@kultur@kaiserslautern.de

 [Para o sítio Web do Fruchthalle](#)

Kammgarn



O centro cultural Kammgarn oferece uma vasta gama de música e entretenimento para todos, jovens e idosos. Um evento especial é o "Festival Internacional de Jazz" anual, que não deve perder!

 [Para o sítio Web do Kammgarn](#)
 [Schoenstraße 10, 67659 Kaiserslautern](#)
 [06313652607](tel:06313652607)
 [@service@kammgarn.de](mailto:service@kammgarn.de)

Escola de Música e Academia de Música Emmerich-Smola

Para crianças, adolescentes e adultos.

Se procura um excelente programa de música para si ou para os seus filhos, a Escola de Música Emmerich-Smola é o sítio certo. Pode obter mais informações e inscrever-se [aqui](#), se houver lugares disponíveis.

Telefone-lhes para:

 [06313652263](tel:06313652263)
Antiga Câmara Municipal
 [St.-Martins-Platz 3, 67657 Kaiserslautern](#)
 [@e \[mmerich\]\(#\) -smola.musikschule@kaiserslautern.de](mailto:emmerich-smola.musikschule@kaiserslautern.de)

 Segunda-feira - Sexta-feira: 8:00 - 12:30
Segunda-feira - Quinta-feira: 13:00 - 16:00

Museus

Museu Municipal de Kaiserslautern (Museu Theodor Zink | Wadgasserhof)

 [Steinstraße 48, 67657 Kaiserslautern](#)
 [06313652327](tel:06313652327)

 Quarta a sexta-feira: 10:00 - 17:00
Sábado, domingo e feriados: 11:00 - 18:00

Os próximos eventos, exposições e preços podem ser consultados [aqui](#).

mpk - Museum Pfalzgalerie

 [Museumsplatz 1, 67657 Kaiserslautern](#)
 [06313647201](tel:06313647201)

 [@i \[nfo@mpk\]\(#\).bv-pfalz.de](mailto:nfo@mpk.bv-pfalz.de)

 Terça-feira e quarta-feira: 10:00 - 17:00
Quinta-feira: 11:00 - 20:00
Sexta a domingo: 10:00 - 17:00

 [ligação](#)

Todos os anos, pouco antes do Natal, o mercado cultural tem lugar no [Fruchthalle](#) Kaiserslautern. Gostaria de visitar o mercado cultural? Então siga este [link](#) para mais informações.

Teatro, ópera e locais de eventos

Pfalztheater Kaiserslautern

[Willy-Brandt-Platz 4+5, 67657 Kaiserslautern](#)

[063136750](tel:063136750)

[@vorverkauf@pfalztheater.bv-pfalz.de](mailto:vorverkauf@pfalztheater.bv-pfalz.de)

O Pfalztheater apresenta muitas peças diferentes para todas as pessoas que gostam de ir ao teatro. Há óperas, musicais, operetas divertidas, peças de teatro e até dança moderna. Há cerca de 400 espetáculos por ano. Por vezes, as peças também são apresentadas noutros locais da Alemanha ou mesmo noutros países.

O teatro tem três grupos que fazem diferentes tipos de espetáculos. Têm também a sua própria orquestra que faz a música, um coro que canta e outros cantores e actores que participam nas peças.



Festivais e eventos

Tudo tem de ir!

O popular festival de teatro e música onde o lema do centro da cidade é "Tudo tem de ir!".

[!\[\]\(8816b01ae401ac67525c2170317db51f_img.jpg\) Para o sítio Web do festival "Alles muss raus!"](#)

Este festival especial reúne artistas, deficientes e não deficientes, de muitos países diferentes. Todos os anos, o festival transforma o centro da cidade de Kaiserslautern num grande local onde todos se podem encontrar, celebrar em conjunto e experimentar a diversidade da cultura.



Outros eventos anuais em Kaiserslautern que valem bem a pena visitar:

[🌐 Longa Noite da Cultura](#)

[🌐 Swinging Lautern](#)

para mais concertos clique [aqui](#)

A cidade de Kaiserslautern tem um [calendário de eventos](#). Aí encontrará outros grandes eventos, como o "[Lautrer Kerwe](#)" ou o [mercado semanal](#), onde pode comprar alimentos frescos ou flores todas as terças e sábados.

O folheto do programa é publicado todos os anos. Aqui encontra numerosos eventos para consultar: [Programa KLASse](#)

Revista Cultura

Revista cultural Lutra



[🌐 Para o sítio Web da revista cultural LUTRA](#)

LUTRA é uma revista cultural com artigos sobre arte, teatro, música e muito mais. É publicada duas vezes por ano e é editada pela cidade de Kaiserslautern. Muitas instituições locais trabalham em conjunto para a sua produção.

Cena independente

Kaiserslautern oferece muita cultura. Para além das instituições públicas, existem também muitas iniciativas e associações privadas. Estas contribuem para tornar a vida aqui especial e diversificada. A abertura e a diversidade são características importantes desta cidade.

Se quiser saber mais sobre a "cena independente", [encontrará aqui](#) muitas ofertas e eventos interessantes.

Ofertas desportivas

Informações gerais sobre os programas desportivos

Gostar de fazer exercício é uma coisa. Mas o desporto oferece-lhe outra oportunidade: o desporto facilita a adaptação a um novo ambiente e a socialização. As regras do desporto não reconhecem fronteiras culturais ou nacionais. As pessoas entendem-se normalmente mesmo sem uma língua comum. O desporto oferece uma forma boa e informal de socializar com os habitantes locais através de contactos pessoais.

Sport- und Freizeitangebote für Kinder und Jugendliche finden Sie [hier](#).

Piscinas

Quer seja piscina de aventura, lago ou ao ar livre, Kaiserslautern tem a coisa certa para todos os entusiastas da água.

Piscina exterior Waschmühle

A área de água de cerca de 7.200 metros quadrados e a área de banhos de sol de 25.000 metros quadrados oferecem muitas oportunidades para nadar e salpicar à volta.

 [Waschmühle 1, 67659 Kaiserslautern](#)
 [06313704108](tel:06313704108)

 **Horário de abertura** (durante a época):

Segunda-feira 8:00 - 20:00

Terça-feira 12:00 - 20:00

Quarta-feira 8:00 - 20:00

Quinta-feira 8:00 - 20:00

Sexta-feira 8:00 - 20:00

Sábado 8:00 - 20:00

Domingo 8:00 - 20:00

A bilheteira fecha às 19:00.

A última admissão é às 19:00.

Ligações de autocarros: Linha 112 (Waschmühle, Bath)

Os **preços de admissão para** a época podem ser encontrados [aqui](#).

Gelterswoog lido

No passado, os aventureiros não se afastavam da marcha para  [Gelterswoog](#). A água parada com os seus lírios de água floridos e a floresta de abeto alto fizeram do 'Hohnegger' uma atracção para os jovens.

 na época
diariamente das 9:00 às 20:00

Preços de admissão:

Adultos (a partir de 12 anos): 4,00 €

Crianças (a partir dos 6 anos): 2,50 €

Crianças (até 6 anos): GRATUITO

Passe anual: 80,00 €

Piscina exterior quente Kaiserslautern

Nas imediações do Volkspark e nas imediações do Wildpark, aqueles que procuram recreação podem parar na piscina municipal ao ar livre.

Amplas áreas de banhos de sol entre as piscinas, bem como algumas outras surpresas convidam a uma experiência de banho relaxada.

 [Am Warmfreibad 1, 67657 Kaiserslautern](#)
 [06314146884](tel:06314146884)

Horário de abertura:

Segunda-feira 12:00 - 20:00

Terça-feira 8:00 - 20:00

Quarta-feira 8:00 - 20:00

Quinta-feira 8:00 - 20:00

Sexta-feira 8:00 - 20:00

Sábado 8:00 - 20:00

Domingo 8:00 - 20:00

A bilheteira fecha às 19:00.

A última admissão é às 19:00.

Os **preços de admissão para** a época podem ser encontrados [aqui](#).

monte mare

No planalto do Parque PRE, rodeado por uma variedade de atractivas instalações comerciais e de lazer, encontrará o monte égua, um mundo de experiência em torno da água, do calor e do bem-estar.

 [Mailänder Straße 6, 67657 Kaiserslautern](#)

 [063130380](#)

Horário de abertura (durante todo o ano):

Mon - Fri: 10:00 - 21:00

Sábado - Sol: 10:00 - 19:00

Para preços de admissão e mais informações clique [aqui](#).

Ligações de autocarros: Linha 4/104 (direcção monte mare)

Em todas as piscinas deve respeitar as regras do banho.

Tornar-se activo como voluntário

Voluntariado e participação cívica em Kaiserslautern

Na Alemanha, muitas pessoas fazem trabalho voluntário. Isto significa que trabalham voluntariamente no seu tempo livre porque gostam de o fazer. Estas pessoas não são pagas por isso. Também se diz: envolver-se. Isto significa trabalhar para outras pessoas ou para uma causa. Cada um pode trabalhar o quanto quiser. Para quase todo o trabalho voluntário é necessário falar bem alemão. Para algumas actividades, falar alemão não é tão importante.

Há muitas formas de participar. Por exemplo, pode

- participar activamente na [oficina de bicicletas](#)
- ser ajudante nos trabalhos de casa no projecto "Läuft bei dir?!"
- trabalhar como treinador de desporto num clube desportivo
- tornar-se um patrocinador da protecção do clima
- realizar entrevistas de leitura de Verão com crianças e jovens

- Tornar-se guia de integração com os Maltesers
- Treino de smartphones por refugiados para pessoas idosas([folheto](#) sobre o projecto)
- seleccionar, embalar e distribuir alimentos para animais
- e muitas outras coisas...

Pode aceder aos diferentes projectos através desta [ligação](#).

Aconselhamento gratuito

Se gostaria de ser voluntário em Kaiserslautern e já fala bem alemão, pode obter aconselhamento. Para tal, contacte:

Ehrenamtskoodination

📍 Benzinoring 1, 67657 Kaiserslautern

☎ [06313654471](tel:06313654471)

✉ [@daniel-helmes@kaiserslautern.de](mailto:daniel-helmes@kaiserslautern.de)

Idioma

Noções básicas da língua

Para encontrar um emprego na Alemanha e geralmente sobreviver, é necessário aprender alemão. Aqui encontrará oportunidades e pontos de contacto para cursos de línguas apropriados. Há várias maneiras de aprender alemão. O estatuto de residência tem um impacto sobre a opção que pode escolher. Enquanto não conhecer suficientemente bem o alemão, precisa de ajuda. Encontrará também pessoas de contacto para isto aqui.

Nível linguístico e certificados

Pode frequentar um curso de alemão. Existem seis níveis: A1, A2, B1, B2, C1 e C2. Começam com A1. Tem C2 na sua língua materna. Os seis níveis significam em detalhe:

A1: Principiante:in

É possível compreender e utilizar palavras e frases simples.

Pode apresentar-se a si próprio e aos outros.

Pode fazer perguntas sobre a pessoa.

Pode responder a perguntas.

Uma pessoa fala lenta e claramente. Pode ter uma conversa com ela.

A2: Conhecimentos básicos

É possível compreender frases e palavras frequentemente utilizadas.

Pode comunicar em situações simples e quotidianas. Pode descrever a sua origem, educação e ambiente.

B1: Uso avançado da língua

Pode compreender muita coisa. Pode dizer algo sobre temas familiares e interesses pessoais. Podem falar de experiências e eventos, sonhos, esperanças e objetivos. Podem dar breves razões ou explicações para planos e pontos de vista.

B2: Uso independente da língua

Pode compreender o conteúdo principal de textos complexos sobre temas concretos e abstractos. Também compreende discussões de especialistas na sua área de especialização. Pode comunicar de forma espontânea e fluente oralmente. Pode justificar um ponto de vista sobre uma questão actual com vantagens e desvantagens.

C1: Conhecimentos linguísticos especializados

Pode compreender muitos textos exigentes e mais longos. Também captam significados implícitos.

Pode expressar-se claramente, de uma forma estruturada e detalhada sobre questões complexas.

C2: (Aproximadamente) conhecimento de falantes nativos

Pode compreender sem esforço praticamente tudo o que lê ou ouve.

Podem resumir informação de diferentes fontes escritas e orais. Pode dar razões e explicações numa apresentação coerente. Pode expressar-se de forma espontânea, muito fluente, precisa e com nuances.

Fornecedor de cursos de línguas

Há sítios onde se pode aprender alemão. São escolas. Elas ajudam-no. Aprende-se novas palavras e a falar melhor. 🌐 Pode procurar um curso [aqui](#). Os professores explicam as palavras. Praticam com os alunos. Assim, aprende-se a falar e a compreender bem. Por isso, se quiser aprender alemão, pode ir a um sítio que ofereça cursos de línguas. É divertido e aprende-se muitas coisas novas.

Akademisches Bildungszentrum e.V.

📍 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

☎ [06314145337](tel:06314145337)

@info@a-bz.de

BFB e.V. Landstuhl

📍 [Bruchwiesenstr. 10, 66849 Landstuhl](#)

☎ [0 6371918 677](tel:06371918677)

@info@a-bz.de

Centro Caritas de Kaiserslautern

📍 [Edith-Stein-Haus, Engelsgasse 1, 67657 Kaiserslautern](#)

☎ [063136120222](tel:063136120222)

@caritas-zentrum.kaiserslautern@caritas-speyer.de

CJD Kaiserslautern

[Richard-Wagner-Str. 20-22, 67655 Kaiserslautern](#)

[063136301719](tel:063136301719)

[@cjd.kaiserslautern@cjd.de](mailto:cjd.kaiserslautern@cjd.de)

DAA Kaiserslautern

[Richard-Wagner-Str. 1, 67655 Kaiserslautern](#)

[0631366430](tel:0631366430)

[@info.kaiserslautern@daa.de](mailto:info.kaiserslautern@daa.de)

Datey Eyrich GmbH

[August-Süssdorf-Str. 12a, 66877 Ramstein-Miesenbach](#)

[0 6313664 30](tel:0631366430)

[@info.kaiserslautern@daa.de](mailto:info.kaiserslautern@daa.de)

DEKRA Academy Kaiserslautern

[Barbarossastr. 60, 67655 Kaiserslautern](#)

[0631341180](tel:0631341180)

[@kaiserslautern.akademie@dekra.com](mailto:kaiserslautern.akademie@dekra.com)

FAW (Academia de Formação Avançada da Economia)

[Flickerstal 5, 67657 Kaiserslautern](#)

[06313667417](tel:06313667417)

[@kaiserslautern@faw.de](mailto:kaiserslautern@faw.de)

GFU Berufliche Bildung und Beratung GmbH

[Am Vogelgesang 44, 67657 Kaiserslautern](#)

[063141552316](tel:063141552316)

[@kaiserslautern@gfu.com](mailto:kaiserslautern@gfu.com)

Federação Internacional - IB

[Kohlenhofstr. 10, 67663 Kaiserslautern](#)

[063168108](tel:063168108)

@JMD-Kaiserslautern@ib.de

@anna.burjakow@ib.de

Centro de Formação de Adultos de Kaiserslautern - VHS

 [Kanalstr. 3, 67655 Kaiserslautern](#)

 [06313625800](tel:06313625800)

 info@vhs-kaiserslautern.de

Cursos de línguas

Um curso de línguas com outros estudantes é divertido e motiva-o a falar muito. A troca de ideias com os outros ajuda-o a melhorar. Compreende as perguntas mais rapidamente e consegue responder-lhes melhor. Também se apercebe mais rapidamente de como a língua funciona.

Cursos de integração

Neste curso, vai aprender alemão. Aprenderá mais do que apenas o básico. No final do curso, será capaz de falar alemão ao nível B1. Aprenderá também sobre a cultura, a política e os costumes sociais na Alemanha. Se ainda for menor de idade, pode participar num curso especial para jovens. Os cursos de integração são gratuitos para refugiados e outros grupos-alvo que recebem prestações sociais.

O curso de integração termina com os exames "Deutschtest für Zuwanderer" (DTZ) e "Leben in Deutschland" (LiD).

O [centro de emprego](#), o [serviço de ação social](#) ou o [serviço de imigração](#) podem obrigá-lo a participar num curso de integração. Não foi obrigado? Mas gostaria de participar num curso? Então pode candidatar-se a um curso de integração junto do Serviço Federal para a Migração e os Refugiados (BAMF). Precisa de ajuda com a candidatura? Dirija-se ao seu serviço [de aconselhamento social em matéria de asilo](#) ou a um serviço [de aconselhamento em matéria de migração](#). Estes também o ajudarão a escolher um fornecedor de cursos de integração.

O que acontece depois do curso de integração?

Se tiver concluído um curso de integração e quiser melhorar os seus conhecimentos de alemão, pode frequentar um [curso de língua relacionado com o trabalho](#).

Também pode encontrar mais informações sobre os cursos de integração no sítio Web  [do Serviço Federal para a Migração e os Refugiados](#).

Os cursos de integração são subsidiados pelo Departamento Federal para a Migração e os Refugiados. O Departamento Federal de Migração e Refugiados tem um sítio [Web](#) BAMF-NAVI, **que** fornece informações e pormenores sobre os cursos de integração em toda a Alemanha.

Atualmente, são oferecidos os seguintes cursos:

Tipo de curso: Curso de integração geral (online)

Início: 05.03.2025

Horário das aulas: 09:00 - 12:15

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0 6314145 337](tel:06314145337)

Tipo de curso: Curso de integração geral

Início: 10.03.2025

Horário das aulas: Segunda-feira - Sexta-feira, 08:15 - 12:30

Organização: Datey Eyrich GmbH

 [August-Süßdorf-Str. 12a, 66877 Ramstein-Miesenbach](#)

 [0 6371964 215](tel:06371964215)

Tipo de curso: Curso de integração geral

Início: 24.03.2025

Horário das aulas: Segunda-feira - Sexta-feira, 08:15 - 12:30

Organização: Datey Eyrich GmbH

 [August-Süßdorf-Str. 12a, 66877 Ramstein-Miesenbach](#)

 [0 6371964 215](tel:06371964215)

Tipo de curso: Curso de integração geral (online)

Início: 07.04.2025

Horário das aulas: 17:00 - 20:15

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0 6314145 337](tel:06314145337)

Tipo de curso: Curso de integração geral

Início: 12.05.2025

Horário das aulas: 08:45 - 12:45

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0 6314145 337](tel:06314145337)

Tipo de curso: Curso de integração geral

Início: 16.06.2025

Horário das aulas: Segunda-feira - Sexta-feira, 08:15 - 12:30

Organização: Internationaler Bund - IB Südwest gGmbH

 Kohlenhofstr. 10, 67663 Kaiserslautern

 [063168108](tel:063168108)

Tipo de curso: Curso de integração geral

Início: 26.06.2025

Horário das aulas: Segunda-feira - Sexta-feira, 08:30 - 12:45

Local do curso: Landstuhler Str. 8a, 66877 Ramstein-Miesenbach

Organização: Internationaler Bund - IB Südwest gGmbH

 Kohlenhofstr. 10, 67663 Kaiserslautern

 [0 6316810 8](tel:063168108)

Tipo de curso: Curso de integração geral

Início: 14.07.2025

Horário das aulas: de segunda a sexta-feira, 09:00 - 12:15

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [06314145337](tel:06314145337)

Tipo de curso: Curso de integração geral

Início: 11.08.2025

Horário das aulas: segunda a sexta-feira, 13:30 - 16:45

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [06314145337](tel:06314145337)

Tipo de curso: Curso de integração geral

Início: 18.08.2025

Horário das aulas: Segunda-feira - Sexta-feira, 08:45 - 12:45

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0 6314145 337](tel:06314145337)

Cursos de literacia

Tipo de curso: Curso de alfabetização

Início: 10.03.2025

Horário das aulas: Segunda-feira - Sexta-feira, 08:30 - 11:45

Organização: FAW

 [Flickerstal 5, 67657 Kaiserslautern](#)

 0 [6313667 425](tel:06313667425)

Tipo de curso: Curso de alfabetização

Início: junho de 2025

Organização: CJD Kaiserslautern

 [Richard-Wagner-Str. 20-22, 67655 Kaiserslautern](#)

 0 [063136301719](tel:063136301719)

Tipo de curso: Curso de aprendizagem de uma segunda língua

Início: 17.03.2025

Horário das aulas: Segunda-feira - Sexta-feira, 08:15 - 12:30

Organização: DAA Kaiserlautern

 [Richard-Wagner-Str. 1, 67655 Kaiserslautern](#)

 0 [06313664328](tel:06313664328)

Tipo de curso: Curso para aprendentes de segunda língua

Início: 26.05.2025

Horário das aulas: segunda a sexta-feira, 08:45 - 12:45

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e. V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 0 [6314145 337](tel:06314145337)

Tipo de curso: Curso para aprendentes de segunda língua

Início: 13.10.2025

Horário das aulas: segunda a sexta-feira, 13:30 - 16:45

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e. V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 0 [6314145 337](tel:06314145337)

Cursos profissionais de línguas (DeuFöV)

Neste curso, pode melhorar o seu alemão. Aprenderá muitas palavras novas que o ajudarão no trabalho. Já está a trabalhar? Está a fazer uma aprendizagem? Ou quer começar a

trabalhar em breve? Então este curso é o ideal para si! Seria bom se já tivesse feito um curso de integração antes.

No final do curso, será capaz de falar alemão muito bem, quase como um profissional! Cada curso termina com um exame e recebe um certificado. Existem também cursos especiais que se centram em profissões específicas, por exemplo, para profissões médicas.

Se precisar de ajuda para encontrar o curso certo, pode dirigir-se ao [Centro de Aconselhamento sobre Migração](#) ou ao [Centro de Aconselhamento Social sobre Asilo](#).

Para frequentar um curso de alemão para fins profissionais, é necessária uma autorização. Pode obtê-la no [centro de emprego](#), na [agência de emprego](#) ou pode solicitá-la no Departamento Federal de Migração e Refugiados (BAMF).

Cursos de línguas para apoio à língua alemã relacionada com o trabalho (DeuFöV)

Tipo de curso: Nível-alvo C1 educação inicial

Início: 03.03.2025

Organismo: Datey Eyrich GmbH

[August- Süßdorf- Str. 12a, 66877 Ramstein- Miesenbach](#)

[06371964215](#)

Tipo de curso: Nível-alvo B2 (500UE)

Início: 12.03.2025

Organizador: VHS Kaiserslautern e.V.

[Kanalstr. 3, 67655 Kaiserslautern](#)

[0 6313625 800](#)

Tipo de curso: Nível-alvo C1 Médico (500UE)

Início: 17.03.2025

Organização: ProfeS Gesellschaft für Bildung und Kommunikation mbH

[Adolph-Kolping-Platz 11, 67655 Kaiserslautern](#)

[0 6313437 6090](#)

Tipo de curso: Nível alvo C1 Profissões académicas de saúde (600UE)

Início: 31.03.2025

Organizador: VHS Kaiserslautern e.V.

[Kanalstr. 3, 67655 Kaiserslautern](#)

[0 6313625 800](#)

Tipo de curso: Nível alvo C1 Profissões Académicas de Saúde Odontologia (600UE)

Início: 31.03.2025

Organização: integra - O fornecedor da formação

[Europaallee 16, 67657 Kaiserslautern](#)

[0 6218720 4770](#)

Tipo de curso: Nível-alvo B2 (400UE)

Início: 05.05.2025

Horário das aulas: tardes

Organização: CJD Kaiserslautern

 [Richard-Wagner-Str. 20 - 22, 67655 Kaiserslautern](#)



[063136301719](tel:063136301719)

Cursos de línguas para jovens

Cursos de línguas actuais:

Tipo de curso: Curso para jovens

Início: 19.02.2024

Horário das aulas: Segunda-feira - Sexta-feira 13:30 - 17:45

Organização: Internationaler Bund - IB Südwest gGmbH

 [Kohlenhofstr.10, 67663 Kaiserslautern](#)

 [063168108](tel:063168108)

[@anna.burjakow@ib.de](mailto:anna.burjakow@ib.de)

Tipo de curso: Curso para jovens

Início: Início de abril de 2024

Horário de ensino: Segunda-feira - Sexta-feira 09:00 - 13:15

Organização: Internationaler Bund - IB Südwest gGmbH

 [Kohlenhofstr.10, 67663 Kaiserslautern](#)

 [063168108](tel:063168108)

Local do curso: Schernauer Str. 31, Ramstein- Miesenbach

Cursos voluntários de línguas

Para além dos cursos oficiais de alemão, existem muitas oportunidades para praticar alemão em Kaiserslautern.

Os grupos são dirigidos por voluntários. Trata-se geralmente de pessoas cuja língua materna é o alemão. Por vezes, são professores que já não trabalham. Qualquer pessoa pode participar nestes grupos, independentemente do seu estatuto de residência.

Vielfalter KL e.V.

"Ensinar e falar": todas as quartas-feiras das 18:00 às 20:00

Apoio na aquisição da língua, trabalhos de casa ou explicações sobre várias matérias, candidaturas a emprego e questões individuais.

ou

"World Café": todas as segundas-feiras das 17:00 às 19:00

O World Café é um ponto de encontro central e um local de encontro para uma grande variedade de pessoas e culturas, onde pode desfrutar de um encontro informal com café e chá. Serve também como ponto de ajuda para questões pessoais.

ou

"Noite de jogos interculturais": 2ª e 4ª sexta-feira do mês, das 18:00 às 20:00

Pode consultar todos os programas aqui:

Vielfalter KL e.V.

 [Pirmasenser Straße 20A, 67655 Kaiserslautern](#)

 @vielfalter.kl@posteo.de

 [Vielfalter no Facebook](#)

Cursos de línguas online e estudo online

Cursos de línguas online

Pode aprender alemão através do seu smartphone ou no seu computador (também gratuitamente). Aproveite as grandes ofertas para aprender alemão rapidamente e fazer bom uso do tempo de espera para um curso de línguas. Estas ofertas também podem ser úteis durante um curso de línguas. Pode encontrar mais informações sobre os níveis linguísticos (A1-C2) [aquí](#).

 [Lunes App](#): A aplicação ajuda-o na escola. E em formação. E no trabalho. O aplicativo tem muita informação sobre palavras de diferentes profissões. Para cada palavra há uma imagem. É assim que se aprende as palavras em alemão. E há uma função de leitura em voz alta. Exercícios diferentes tornam a aprendizagem divertida. Pode aprender e recordar o vocabulário.

 [Serlo ABC](#): Uma aplicação gratuita de alfabetização para auto-estudo ou como suplemento a um curso de línguas. A aplicação é aprovada como um livro de texto para cursos de integração.

 [O meu livro alemão](#): Oferta extensiva para a aprendizagem da língua alemã. O website destina-se a alunos e professores, A1-B2.

 [Universidade Alemã Online \(DUO\)](#): Programas de aprendizagem de línguas de A1 a C2.

 [Curso básico de línguas da Deutsche Welle](#): Este curso de línguas em linha contém módulos sobre alfabetização e competências linguísticas relacionadas com o trabalho. Há também um teste de colocação.

 "The City of Words": Aplicação e sítio web para aprendizagem de vocabulário lúdico sem conhecimento prévio em alemão, inglês, francês e outras línguas.

 [Portal de Aprendizagem VHS](#): Cursos de alemão gratuitos. Também podem aprender a escrever, ler e calcular. Há também ajuda na preparação para os exames de fim de estudos em alemão, matemática e inglês.

 [Teste de colocação linguística](#): onSET-online Teste de colocação linguística para refugiados e para a classificação linguística para trabalhadores a tempo inteiro e voluntários.

Estudo online

Muitos refugiados e requerentes de asilo querem frequentar a universidade. Mas é difícil para eles. Porque eles têm de pagar muito dinheiro pela universidade. E muitas vezes precisam de bons certificados e papéis. O Ensino Superior Kiron oferece uma boa solução: As propinas não são importantes para os refugiados e requerentes de asilo. E não precisam de bons certificados e papéis. A universidade oferece lugares: para todas as pessoas. Os primeiros 2 anos vão online para a universidade. Pode ver os cursos em inglês. Também se pode inserir legendas em qualquer língua. No terceiro ano, é para a universidade local. Pode aprender alemão enquanto estuda. Também recebem outra ajuda e conselhos.

 [Sítio Web Kiron](#)

Programas de apoio linguístico e cursos especiais

Muitos adultos precisam de ajuda para falar melhor. É por isso que existem cursos especiais chamados programas de apoio linguístico. Nestes cursos, os participantes aprendem a pronunciar corretamente as palavras e a formar frases. Isto torna a fala mais fácil e divertida. Existem também cursos especiais. Estes destinam-se a pessoas que necessitam de apoio especial. Por exemplo, para adultos que querem aprender uma nova língua. Estes cursos proporcionam uma prática individualizada para que todos possam falar melhor. Os programas de apoio linguístico e os cursos especiais são importantes para que todos possam falar bem. Isto permite-lhe participar melhor na escola, no trabalho e na vida quotidiana.

Programas de apoio linguístico e cursos especiais

Tipo de curso: Parcerias linguísticas

Início: oferta contínua

Horário das aulas: a combinar (pelo menos uma vez por semana)

Organização: DRK Kreisverband Kaiserslautern-Land e.V.

 [Am Feuerwehrturm 6, 66849 Landstuhl](#)

Contacto: Heide Güldenfuß

 [06371921533](tel:06371921533)

 [@h.gueldenfuss@kv-kl-land.drk.de](mailto:h.gueldenfuss@kv-kl-land.drk.de)

Tipo de curso: Encontro internacional de mulheres

Início: oferta permanente

Horário das aulas: Segunda-feira: 13:00 - 14:30

Patrocinador: Centro Caritas Kaiserslautern Casa Multigeracional

 [Kennelstr. 7, 67659 Kaiserslautern](#)

 [063136120285](tel:063136120285)

Tipo de curso: Centro Internacional de Línguas

Início: oferta contínua

Horário das aulas: sexta-feira: 14:30 - 16:00

Fornecedor: Caritas Centre Kaiserslautern Multigenerational House

 [Kennelstr. 7, 67659 Kaiserslautern](#)

 [063136120285](tel:063136120285)

Formação de alemão em pequenos grupos

Contacto: Elisabeth Schmutzler,  [063136120280](tel:063136120280)

(Terça-feira - Sexta-feira: 13:00 - 17:00)

Tipo de curso: Formação linguística e de comunicação para principiantes

Para jovens migrantes entre os 12 e os 26 anos de idade

Início: oferta permanente (exceto nas férias escolares)

Horário das aulas: segunda e quarta-feira: 15:30 - 17:00

Organizado por: Internationaler Bund - IB Südwest gGmbH

 [Kohlenhofstr.10, 67663 Kaiserslautern](#)

 [0 6316810 8](tel:063168108)

Tipo de curso: Formação linguística e comunicativa para alunos avançados

Para jovens imigrantes entre os 12 e os 26 anos de idade

Início: oferta permanente (exceto nas férias escolares)

Horário das aulas: segunda e quarta-feira: 14:00 - 15:30

Organizado por: Internationaler Bund - IB Südwest gGmbH

 [Kohlenhofstr.10, 67663 Kaiserslautern](#)

 [063168108](tel:063168108)

Tipo de curso: Sprachtreff

Treino da língua e da comunicação num ambiente descontraído

Início: Programa em curso

Horário das aulas: terça-feira a partir das 17:00

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [06314145337](tel:06314145337)

Tipo de curso: Língua alemã - objetivo A1 (financiado pelo Estado)

Início: março de 2025

Horário das aulas: 09:00 - 12:15

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0 6314145 337](tel:06314145337)

Tipo de curso: Língua alemã objetivo B1 (financiado pelo Estado)

Início: março de 2025

Horário das aulas: 13:30 - 16:45

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0 6314145 337](tel:06314145337)

Tipo de curso: Língua alemã - objetivo C1 (financiado pelo Estado)

Início: março de 2025

Horário das aulas: 13:30 - 16:45

Fornecedor: Akademisches Bildungszentrum e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0 6314145 337](tel:06314145337)

Aprender alemão sem um curso

Também pode aprender alemão sozinho, sem frequentar um curso. Ou pode praticar alemão de forma autónoma, para além de um curso de línguas.

O seu [grupo de apoio](#) apoia-o.

Cafés de línguas

Existem também muitos voluntários nos chamados cafés de língua (ou Sprachtreffs) que o podem ajudar a aprender alemão. Nos cafés de língua, pode encontrar-se com outras pessoas e falar alemão com elas. Isto permite-lhe praticar o seu alemão e aprender novas palavras. E talvez até fazer novos amigos pelo caminho. Nos cafés de línguas, não importa se tem conhecimentos prévios ou não. Todos se sentam em pequenos grupos e conversam.

Pode encontrar cafés de línguas em Kaiserslautern [aqui](#).

Parceiro de tandem

Também pode procurar um parceiro de tandem. Trata-se de uma pessoa que fala muito bem alemão e quer aprender a sua língua. Encontram-se um com o outro e fazem turnos para aprender e falar alemão e a sua língua. Desta forma, aprende alemão e a outra pessoa aprende a sua língua.

💡 Peça ajuda a um [centro de aconselhamento para migrantes](#) ou ao [serviço de migração de jovens](#) para encontrar parceiros tandem.

Bibliotecas

Pode encontrar muitos dicionários e material didático para aprender alemão nas [bibliotecas](#) públicas. Pode também estudar em paz e sossego e, normalmente, utilizar também a rede sem fios. Pode procurar uma biblioteca pública perto de si no sítio  [da Estatística das Bibliotecas Alemãs](#). A utilização é gratuita ou muito barata.

💡 Instruções de pesquisa: Para pesquisar, clique em "Círculo" (Kreis) e depois em "Definir filtro" (Filter einstellen). Em seguida, seleccionen Kaiserslautern anos. Os municípios estão ordenados por estado federado. Deve procurar em Renânia-Palatinado. Em seguida, clique novamente em "Definir filtro" (Filter einstellen). De seguida, clique em "Mostrar lista de resultados" (Trefferliste anzeigen). Em "Nome" (Name) verá o nome da biblioteca e em "Cidade" (Ort) a cidade onde a biblioteca está localizada. Encontrou uma biblioteca adequada? Clique na seta do lado esquerdo para ver o endereço.

Pode encontrar a biblioteca de Kaiserslautern [aqui](#).

Intérprete:in

Encontrar um intérprete

Eles ainda não falam muito bem alemão. Tem de se dirigir a uma autoridade. Depois é preciso um intérprete. Um intérprete também é útil quando se vai a um [médico](#). Ou nas noites de escola dos pais. Ou no jardim-de-infância. Compreenderá então melhor o que as pessoas lhe querem dizer.

💡 Algumas autoridades e instituições têm os seus próprios intérpretes. As autoridades podem utilizá-los nas sessões de aconselhamento. Marca-se uma consulta. Por favor, pergunte sempre se um intérprete pode ser fornecido gratuitamente.

💡 Documentos oficiais tais como certidões, certidões de casamento ou de nascimento só podem ser traduzidos na Alemanha por tradutores certificados pelo Estado. Estas traduções podem ser muito caras. É melhor verificar antecipadamente se precisa realmente de uma tradução certificada e comparar os preços de tradução.

Os cursos no país Objetivo da língua: alemão

O mapa "Sprachziel: Deutsch" é uma ferramenta útil para saber onde são oferecidos cursos de alemão na sua área. Mostra a localização dos cursos apoiados pelo Estado e fornece todas as informações necessárias para entrar em contacto direto com as organizações que oferecem esses cursos. Os cursos estatais são especificamente concebidos para ajudar os adultos migrantes a aprender alemão rapidamente. Isto permite-lhes uma melhor integração no seu local de residência e dá-lhes melhores oportunidades no mercado de trabalho e de formação. Se estiver interessado, dê uma vista de olhos no mapa e encontre o curso certo para si!

Formação, trabalho e estudo

Informações sobre formação, trabalho e estudos

Gostaria de trabalhar na Alemanha? Então precisa de saber: Como é que posso trabalhar na Alemanha? E onde posso obter ajuda? Aqui encontra tudo o que precisa de saber sobre trabalho e emprego: [Acesso ao mercado de trabalho](#)

Já obteve uma qualificação no estrangeiro? Por exemplo, um diploma do ensino secundário ou uma qualificação profissional? Então, precisa de fazer com que a qualificação seja reconhecida aqui na Alemanha. Para saber como o fazer, consulte a página: [Reconhecimento de qualificações estrangeiras](#).

Existem mais de 400 profissões diferentes na Alemanha. Quer aprender uma profissão? Então pode encontrar informações sobre [formação](#) aqui. Por exemplo: Como é que posso fazer uma aprendizagem? Que profissões existem?

As crianças e os jovens têm de ir à escola. Para tal, têm de ter pelo menos 6 anos de idade. As crianças e os jovens frequentam a [escola geral](#). Aí aprendem para a sua vida futura. Por exemplo, para poderem aprender uma profissão. Ou: para se poderem formar numa universidade.

Queres estudar? Então podes encontrar aqui informações sobre os [estudos](#). E pode ver quais as pessoas que pode contactar.

Encontrar trabalho

Acesso ao mercado de trabalho

Regulamentos sobre o acesso ao mercado de trabalho

 Vem da UE? Vive agora na Alemanha? E gostaria de trabalhar? Então pode fazê-lo sem qualquer problema. Como cidadão da UE, qualquer pessoa pode trabalhar na Alemanha. Sem restrições.

 Fugiu para a Alemanha? Então o seu estatuto de residência é importante. Ele decide se lhe é permitido trabalhar. Explicamos-lhe o que se aplica a seguir. Encontrará também abaixo os centros de aconselhamento relevantes.

 Requerente de asilo: r com prova de chegada ou autorização de residência:
Vive numa instalação de recepção inicial (EAE)? Ou num centro AnKER? Então, não lhe é permitido trabalhar durante 9 meses. Após 9 meses é-lhe normalmente permitido trabalhar. No entanto, isto é sempre decidido pela autoridade estrangeira. Deve, portanto, apresentar um pedido ao Serviço de Registo de Estrangeiros. Existem certas regras que deve seguir.

Para que a autoridade possa decidir, é necessário observar os seguintes requisitos:

 Requerentes de asilo: r com prova de chegada ou autorização de residência em AnKER ou EAE:

- 9 meses de proibição do trabalho
- Após 9 meses, tem direito a trabalhar. Para tal, não deve vir de um país de origem seguro. Ou o seu pedido de asilo deve ter sido rejeitado pelo Departamento Federal de Migração e Refugiados (BAMF) por motivos obviamente infundados.
- A verificação de prioridade não se aplica. No entanto, a Agência Federal de Emprego verifica as condições de trabalho.

 **Requerente de asilo:** r com prova de chegada ou autorização de residência fora do AnKER ou EAE:

- 3 meses de proibição do trabalho
- Não provém de países de origem seguros? Apresentou o seu pedido de asilo após 31.08.2015? A autoridade estrangeira decide então.
- Não provém de países de origem seguros? Apresentou o seu pedido de asilo após 31.08.2015? Ou o seu pedido de asilo foi rejeitado sem justificação? Então tem o direito de trabalhar após 9 meses.
- A verificação de prioridade não se aplica. No entanto, a Agência Federal de Emprego verifica as condições de trabalho.

 **Tolerados:** r:

É sempre a [autoridade estrangeira](#) que decide se lhe é permitido trabalhar. Deve, portanto, apresentar um pedido ao Serviço de Registo de Estrangeiros. A autoridade estrangeira pode impor-lhe uma proibição geral de trabalho. Existem certas regras que deve seguir.

Tolerados: r em Anker:

- Não vem de um país de origem seguro? Apresentou o seu pedido de asilo após 31.08.2015? A sua tolerância já durou 6 meses? Depois, a autoridade estrangeira decide se lhe é permitido trabalhar.
- Pessoas com um Duldung devido a uma identidade pouco clara (§ 60b AufenthG) estão sempre proibidas de trabalhar.
- A verificação de prioridade não se aplica. No entanto, a Agência Federal de Emprego verifica as condições de trabalho.

Tolerados: r fora do AnKER:

- 3 meses de proibição do trabalho
- Não vem de um país de origem seguro? Apresentou o seu pedido de asilo após 31.08.2015? A sua tolerância já durou 3 meses? Depois, a autoridade estrangeira decide se lhe é permitido trabalhar.
- Pessoas com um Duldung devido a uma identidade pouco clara (§ 60b AufenthG) estão sempre proibidas de trabalhar
- A verificação de prioridade não se aplica. No entanto, a Agência Federal de Emprego verifica as condições de trabalho.

 **Refugiados com uma autorização de residência:**

Se tiver sido reconhecido pelo BAMF como pessoa com direito a asilo, refugiado ou pessoa com direito a protecção subsidiária, o [Serviço de Registo de Estrangeiros](#) conceder-lhe-á uma

autorização de residência. Isto dá-lhe o direito de exercer qualquer actividade lucrativa e, por conseguinte, também lhe dá pleno acesso ao mercado de trabalho.

 Outras regras aplicam-se ao [auto-emprego](#)! Um pré-requisito para as candidaturas acima referidas é SEMPRE uma oferta de emprego concreta.

Centros de aconselhamento

Para aconselhamento e colocação no mercado de trabalho, existem as seguintes pessoas de contacto especificamente para refugiados - também aqui existem diferenças dependendo se o seu procedimento de asilo ainda está em curso ou se é reconhecido ou tolerado.

Onde é que posso procurar trabalho?

A melhor maneira de procurar trabalho está na Internet. Não importa onde se encontre. A plataforma de intercâmbio de empregos da Agência Federal de Emprego tem postos de trabalho em toda a Alemanha. Para a pesquisa é necessária uma ligação à Internet:

 jobboerse.arbeitsagentur.de

Aí encontrará directamente uma máscara de pesquisa:

Está à procura de

- Aí pode escolher o que está à procura de um emprego. Para uma posição como especialista ou gestor, é necessário um diploma. Mas uma aprendizagem completa e muita experiência de trabalho também servirão. Muitas vezes é preciso ter um muito bom domínio da língua alemã .
- Como ajudante, pode encontrar um emprego mesmo com um bom conhecimento de alemão e sem um diploma.
- Também aqui pode procurar em por um **estágio** ou **aprendizagem**.

Termo(s) de pesquisa:

- Entre na profissão em que gostaria de trabalhar. Se as três primeiras letras forem introduzidas, o sítio sugere também profissões.

Local de trabalho:

- Entre aqui, em cujo local gostaria de trabalhar. Finalmente, clicar em "Search".

Há muito mais plataformas de trabalho na Internet:

 https://www.monster.de/?intcid=swoop_TopNav_Logo

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

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

 <https://jobs.meinestadt.de/kaiserslautern>

Candidaturas e entrevistas

Gostaria de iniciar um estágio ou trabalho na Alemanha? Depois tem de se candidatar por escrito.

Muitas empresas publicam anúncios de emprego. Seja no jornal ou na Internet. A empresa está, portanto, à procura de novos empregados. O anúncio de emprego indica que tipo de trabalho ou formação está envolvido. Também declara o que a empresa espera do empregado. Encontrará aí informações sobre onde e como candidatar-se.

Foi convidado para uma entrevista? Então a empresa está interessada em si. Pode apresentar-se na entrevista. Por favor, dêem tempo suficiente para chegar à consulta. Certifique-se de que chega a tempo para a marcação. É melhor preparar-se para a entrevista em pormenor com antecedência. Pode também reunir informações importantes sobre a empresa. Visite o website e leia a história da empresa. Informe-se sobre os produtos ou serviços. Quer mostrar o seu interesse pelo trabalho? Em seguida, fazer perguntas durante a nomeação. É assim que mostra que se informou a si próprio. Demonstra que está motivado.

Uma aplicação consiste geralmente em três partes:

Carta de apresentação: Na sua carta pessoal de apresentação, apresenta-se brevemente. Diz porque é que está apto para a posição aberta. Por exemplo, descreva as experiências que já teve no seu país de origem. Informe-se sobre a empresa e descreva porque gostaria de trabalhar lá. A sua carta de apresentação deve caber numa página. Assine a sua carta de apresentação. Existem muitos modelos e ajudas na Internet. É importante que não se adopte simplesmente algo. A sua carta de apresentação deve adequar-se a si e ao trabalho.

Curriculum vitae: O CV enumera toda a sua experiência. Está estruturada como uma grande mesa. Escreva de quando até quando trabalhou para que empresa. Escreva onde fez a sua formação ou estudos. Escreva onde frequentou a escola e qual o seu diploma de fim de estudos. Não tem de incluir uma fotografia no seu CV, mas muitas empresas pensam que é bom se o fizer. Pode criar um CV no [sítio web Europass](#). O site está disponível em muitas línguas. Introduz os seus dados. Escreva as suas experiências. No final, ser-lhe-á entregue um CV. Em cada país, os CVs têm um aspecto diferente. É importante que utilize o formato que é utilizado na Alemanha. Pode seleccionar isto no Europass.

Certificados e referências: É importante que envie cópias dos seus certificados (sem originais!). Os certificados são o seu certificado de fim de estudos, o seu diploma universitário e referências de trabalho do passado. Os certificados devem ser em alemão ou inglês, caso contrário, devem ser traduzidos. Deve também enviar provas de estágios, formação complementar relevante para o trabalho ou certificados do seu curso de alemão.

💡 O anúncio de emprego diz-lhe como candidatar-se. Por favor, leia com atenção.

Escrito: Compre uma bela pasta de candidatura e coloque nela a sua carta de apresentação, CV e referências. Em seguida, enviar a candidatura para o endereço indicado no anúncio de emprego.

E-mail: Muitas candidaturas são agora enviadas por e-mail. Combine a sua carta de apresentação, CV e referências num ficheiro PDF e envie-o como anexo para o e-mail. No e-mail, escreva um pequeno texto à pessoa que irá receber a sua candidatura.

Online: As grandes empresas têm o seu próprio sítio web onde se tem de candidatar. Tem de se registar lá com o seu endereço electrónico e pode então enviar a sua candidatura para lá.

🌐 Pode encontrar dicas úteis para a sua candidatura em [Planet Beruf](#).

🌐 [Europass](#) é um portal multilingue em linha (mais de 20 línguas) que ajuda os migrantes a tornar visíveis as suas competências e conhecimentos. Oferece a possibilidade gratuita de criar um passaporte linguístico ou um CV (ver acima) com uma ferramenta online. Encontrará também dicas importantes para boas candidaturas a emprego no Europass.

🌐 Em [Bewerbung.net](#) e [Lebenslauf2go](#) pode ter um CV e uma carta de apresentação criados gratuitamente. Em alguns casos, também pode importar os seus dados do Xing ou do LinkedIn. Também é possível escrever os seus próprios textos no modelo ou importar ficheiros.

🌐 Informações e modelos para cartas de apresentação podem ser encontrados em: [Application2go](#), [ApplicationKnowledge](#), [CareerBible](#)

Exercícios de língua

🌐 No [portal de aprendizagem VHS "Ich will Deutsch lernen" \(Eu quero aprender alemão\)](#) e no site do [Goethe-Institut "Deutsch für dich" \(Alemão para si\)](#) encontrará exercícios sobre o tema das candidaturas a emprego e o mundo do trabalho em geral. Isto irá ajudá-lo a conhecer o mundo do trabalho e a melhorar os seus conhecimentos da língua alemã.

Contrato de trabalho

Qualquer pessoa que comece a trabalhar recebe um contrato de trabalho. Este regula as condições mais importantes do seu trabalho. Determina quando se trabalha. As férias que tem direito. O montante a receber. Ambas as partes - trabalhador e entidade patronal - têm de cumprir estes acordos. O contrato torna-se juridicamente vinculativo quando o assina. Só o assine depois de ter compreendido bem o seu conteúdo.

Tipos de contrato:

Contrato de trabalho permanente

Normalmente, há um período de estágio de três ou seis meses. Durante este período, a relação laboral pode ser rescindida no prazo de duas semanas. O empregador pode rescindir o contrato. O trabalhador também pode rescindir o contrato. No final do período de estágio, inicia-se uma relação de trabalho permanente. Esta tem uma proteção mais longa contra o despedimento. O horário de trabalho é normalmente de 40 horas semanais, no máximo.

Contrato de trabalho a termo certo

A relação de trabalho termina no momento acordado, sem necessidade de pré-aviso de rescisão.

Mini-emprego

O salário máximo por mês é de 556 euros e está isento de impostos.

Direito do trabalho:

Existem muitas leis na Alemanha que regulam e salvaguardam os direitos dos trabalhadores. Estas incluem, por exemplo

- regulamentação do horário de trabalho
- salário mínimo

- direito a férias
- proteção contra o despedimento
- representação dos interesses da empresa (comité de empresa)
- Regulamentação da atividade dos sindicatos
- e outras

Impostos e contribuições para a segurança social:

Todos os trabalhadores na Alemanha pagam uma parte do seu salário em impostos. Os governos federal, estadual e municipal utilizam-na para financiar as suas despesas. Os empregadores, por sua vez, são obrigados a pagar contribuições para a segurança social dos seus empregados. As contribuições para a segurança social financiam o sistema de segurança social na Alemanha. Este sistema garante o recebimento de dinheiro do Estado em caso de desemprego.

Número de identificação fiscal:

O número de identificação fiscal é um número de 11 dígitos e é utilizado para efeitos de imposto sobre o rendimento. O número é válido para toda a vida. As autoridades podem sempre identificá-lo com este número. O seu local de trabalho necessita deste número. Não tem este número nos seus documentos? Pode obtê-lo pessoalmente no serviço de registo. Ou preenchendo um formulário na [Repartição Federal Central dos Impostos](#).

Número de segurança social:

Para obter um emprego, é necessário um número de segurança social. Pode obtê-lo junto da sua companhia de seguros de saúde (por exemplo, AOK, DAK).

Trabalho ilegal:

Tem um emprego remunerado. Mas este trabalho não está registado na administração fiscal e na caixa de seguro de doença. Por conseguinte, não paga impostos nem contribuições para a segurança social. Isto é **ilegal**. Pode ser sujeito a coimas e a pena de prisão! Recebe prestações sociais ou subsídio de desemprego? Mas continua a trabalhar? Não informou o serviço de ação social, a agência de emprego ou o centro de emprego? Isso também é **ilegal**. Está a receber indevidamente prestações do Estado, apesar de exercer uma atividade remunerada.

Encontrar trabalho - aconselhamento e ajuda

Há muitos sítios que o podem ajudar se tiver dúvidas sobre a sua profissão. Estes locais mostram-lhe quais as carreiras existentes e o que precisa de saber e ser capaz de fazer. Também oferecem apoio na preparação de candidaturas e ajudam-no a encontrar estágios ou aprendizagens.

Agência de emprego

 [Augustastr. 6, 67655 Kaiserslautern](#)

 [08004555500](tel:08004555500)

 www.arbeitsagentur.de

Centro de Informação Profissional (BiZ) Kaiserslautern

 [Augustastr. 6, 67655 Kaiserslautern](#)

 [06313641220](tel:06313641220)

 [@kaiserslautern-pirmasens.BIZ@arbeitsagentur.de](mailto:kaiserslautern-pirmasens.BIZ@arbeitsagentur.de)

Centro de emprego da cidade de Kaiserslautern

 [Guimaraes-Platz 3, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0631370910](tel:0631370910)

 [@Jobcenter-Stadt-Kaiserslautern.Vermittlung-723@jo...](mailto:Jobcenter-Stadt-Kaiserslautern.Vermittlung-723@jo...)

Agência de Emprego para Jovens

 [Karl-Marx-Straße 13, 67655 Kaiserslautern](#)

 [063137091310](tel:063137091310)

 [@Jobcenter-Stadt-Kaiserslautern.Vermittlung-731@jo...](mailto:Jobcenter-Stadt-Kaiserslautern.Vermittlung-731@jo...)

Imigração de mão-de-obra qualificada

Aspectos básicos da imigração de trabalhadores qualificados

Existe uma lei na Alemanha. Esta lei tem por objetivo facilitar a vinda de trabalhadores qualificados para a Alemanha. Neste caso, os trabalhadores qualificados têm formação profissional. Não são académicos. Para estas pessoas, já existem regras de imigração para a Alemanha.

 Pode também encontrar esta e outras informações na página [Make it in Germany](#)

 Pode também fazer um [teste rápido](#) sobre as suas opções aqui!

Para os empregadores

Procedimento acelerado para o trabalho qualificado: Os empregadores precisam de uma autorização do trabalhador qualificado. Esta autorização pode ser utilizada para dar início a um procedimento acelerado para trabalhadores qualificados. Para o efeito, deve dirigir-se à autoridade responsável pela imigração. A empresa celebra então um acordo com a autoridade. Todos concordam com o que a entidade patronal, o trabalhador qualificado e as autoridades podem e devem fazer. Os procedimentos e os prazos são descritos em pormenor.

 As **taxas** custam 411 euros. Há também uma taxa de visto de 75 euros. Existem ainda todas as outras taxas (cópias autenticadas, traduções).

A autoridade para os estrangeiros aconselha a entidade patronal. Dá apoio para garantir que as qualificações estrangeiras do trabalhador qualificado são reconhecidas. A autoridade para os estrangeiros obtém a aprovação da Agência Federal de Emprego. Verifica o que é necessário para a emissão do visto. Os centros de reconhecimento dispõem apenas de um determinado período de tempo para tomar uma decisão. O mesmo acontece com o Centro Federal de Emprego.

💡 Estão reunidas todas as **condições** ? Nesse caso, a autoridade para os estrangeiros emite a chamada autorização preliminar. A entidade patronal pode transmiti-la ao trabalhador qualificado. O trabalhador qualificado marca então uma entrevista com a missão diplomática no estrangeiro. O visto é requerido nessa altura. Nessa marcação, o trabalhador qualificado deve apresentar o original da autorização prévia. O trabalhador qualificado deve também levar os outros documentos necessários para o pedido de visto.

Apresentou o **pedido de visto** completo do trabalhador qualificado? A decisão será tomada no prazo de três semanas.

💡 A **família do** trabalhador qualificado também pode ser considerada. O pedido deve ser apresentado ao mesmo tempo. A família deve preencher os requisitos para o reagrupamento familiar.

Para profissionais

💡 **Definição de trabalhador qualificado:** Tem um diploma universitário? Ou tem uma educação? A formação durou pelo menos dois anos? Qualifica-o para uma profissão? Então, é um profissional. Quer ser oficialmente reconhecido como um trabalhador qualificado? Depois tem de se candidatar a ela. As suas qualificações devem ser reconhecidas pelo organismo competente na Alemanha.

O procedimento depende da profissão a ser exercida na Alemanha (a chamada profissão de referência). Entre outras coisas, isto determina o organismo responsável pelo reconhecimento da qualificação.

Gabinete Central de Imigração de Trabalhadores Qualificados da Renânia-Palatinado

📍 Câmara Municipal Norte, Edifício B
Anel de gasolina 1
67657 Kaiserslautern

Procura de emprego

Entrada no mercado de trabalho:

A entrada no mercado de trabalho é facilitada: Deve ter três coisas para mostrar como profissional. É necessário um contrato de trabalho. Deve ter uma oferta de emprego concreta. E precisa de uma qualificação que seja reconhecida na Alemanha. Já não se verifica se existe também a:n alemão:n para o trabalho. A Agência Federal de Emprego continua a examinar as condições de trabalho.

Oportunidades de emprego:

Tem uma certa qualificação. Isto qualifica-o para uma profissão específica. Pode trabalhar nesta profissão. Também se pode trabalhar em profissões relacionadas. Os trabalhadores qualificados com formação dos seus estudos também podem fazer outros trabalhos. Os trabalhadores qualificados podem, por exemplo, trabalhar numa profissão que não exija um diploma.

Mas os trabalhadores qualificados não estão autorizados a trabalhar em empregos simples. Os trabalhadores qualificados devem trabalhar numa profissão que requer formação. Para o Cartão Azul UE, é necessário um emprego que corresponda às suas qualificações.

Profissionais com formação profissional:

Os trabalhadores qualificados com formação profissional podem trabalhar em qualquer profissão. Só precisa de estar qualificado para isso através de formação. Já não têm de trabalhar apenas em empregos onde há escassez de trabalhadores.

Regras de entrada

Entrada com o objectivo de procurar emprego:

Os trabalhadores qualificados com formação profissional podem entrar na Alemanha. Pode entrar para que possa encontrar um emprego aqui. Recebem uma autorização de residência por um período até seis meses. Para tal, a sua qualificação deve ser reconhecida na Alemanha. O seu sustento para a estadia deve ser assegurado. Já deve falar alemão suficientemente bem para poder trabalhar na sua profissão. Normalmente, são exigidos conhecimentos da língua alemã de nível B1 ou melhor. Gostaria de experimentar primeiro um trabalho? Depois pode trabalhar até 10 horas por semana. Desta forma, poderá descobrir se gosta do trabalho. O seu empregador pode conhecê-lo. Os profissionais com uma educação académica reconhecida também podem fazer trabalho experimental.

Ficar para medidas de qualificação:

Recebe mais oportunidades para que se possa qualificar na Alemanha. Já tentou que as suas qualificações fossem reconhecidas? A autoridade identificou problemas? As suas qualificações não correspondem às alemãs? Depois é preciso ter conhecimentos suficientes de alemão. Isto é conhecimento de nível A2. Depois pode solicitar um visto. Com este visto pode vir para a Alemanha durante 18 meses. Durante este tempo, pode qualificar-se. As autoridades podem prorrogar o visto uma vez por 6 meses. Depois disso, pode solicitar outro visto. Por exemplo, para uma aprendizagem. Ou para um curso de estudo. Ou para um trabalho.

Autorização de estabelecimento para trabalhadores qualificados do estrangeiro:

Os trabalhadores estrangeiros qualificados já podem obter uma autorização de estabelecimento na Alemanha após quatro anos (anteriormente cinco anos).

Para formação e estudos

Entrada para procurar um local de formação: Gostaria de fazer uma aprendizagem?

Depois pode entrar no país para procurar um local de treino. Precisa de conhecimentos da língua alemã no nível B2. Também precisa de um certificado de fim de estudos que lhe dê direito a entrar no ensino superior. Não deve ter mais de 25 anos de idade. Deve ser capaz de pagar pela sua própria vida na Alemanha.

Oportunidades de transferência expandidas para estudantes internacionais na

Alemanha: Os estudantes internacionais podem obter uma nova autorização de residência antes de terminarem os seus estudos. Por exemplo: Quer aprender uma profissão após a formatura. Receberá então uma autorização de residência para o efeito. A nova lei para trabalhadores qualificados facilita esta mudança: É um estudante? E quer ter um emprego? Depois pode aceitar um emprego. Tem de preencher condições especiais para tal. A Agência Federal de Emprego impõe estas condições. Depois de tudo ter sido verificado, receberá uma nova autorização de residência.

Licença de estabelecimento para licenciados de um programa de formação na Alemanha: Ao abrigo da nova lei, os licenciados estrangeiros em formação profissional na Alemanha, tal como os licenciados universitários, podem obter uma autorização de estabelecimento ao fim de apenas dois anos.

💡 **Curso de língua alemã** para se preparar para a formação: Tem o visto certo? Depois pode frequentar um curso de alemão. Este curso de alemão prepara-o para a formação.

Independência

Quem pode trabalhar por conta própria na Alemanha?

Na Alemanha, muitas pessoas podem ter o seu próprio negócio. Isto significa que podem abrir uma loja, um restaurante ou qualquer outra coisa que eles próprios façam. Mas nem toda a gente pode abrir uma empresa de imediato. É preciso ser capaz de fazer certas coisas e seguir certas regras. Por exemplo, é preciso ser adulto, ter uma ideia e querer trabalhar arduamente. Também é importante saber lidar com dinheiro.

Há também situações em que não é permitido abrir a sua própria empresa. É o caso, por exemplo, se:

- ainda estiver à espera de uma decisão sobre o seu pedido de asilo
- O seu pedido de asilo tiver sido rejeitado
- tiver uma estadia tolerada

Mais informações

- [Guia em linha "GründerZeiten"](#) (alemão e árabe)
- [Portal de criação de empresas](#) (alemão, francês, italiano, russo e turco)
- [Página do Centro IQ para a Economia dos Migrantes](#) (alemão, inglês, francês, polaco, espanhol, pashto, bósnio, russo, chinês, ucraniano, turco, tigrínia, vietnamita, árabe)

Formação

Escola vocacional

Tem mais de 15 anos de idade? Já não frequenta uma escola geral? Depois tem muitas opções na escola profissional. Pode preparar-se para a profissão. Pode tirar um certificado geral de fim de estudos.

As pessoas na Alemanha devem frequentar a escola até à idade de 18 anos (ensino obrigatório)!

Nas escolas profissionais existem os seguintes tipos de escolas:

Berufseinstiegsjahr (BEJ) e Berufsvorbereitungsjahr (BVJ):

As escolas vocacionais oferecem cursos para alunos com ou sem certificado de conclusão do ensino secundário inferior. Ainda não recebeu um contrato de formação? Ainda não tem uma ideia concreta de onde quer trabalhar? Aqui obterá conhecimentos sobre vários campos profissionais. Pode construir com base no seu certificado de conclusão do ensino secundário. Ou pode obter o seu certificado de conclusão do ensino secundário.

Escola vocacional:

Aqui, a formação tem lugar num sistema duplo. Aprende-se parte da formação na escola. A outra parte aprende-se numa empresa.

Escola vocacional:

Pode preparar-se para a profissão em escolas profissionais. Os cursos têm a duração de 1 a 3 anos. Recebem formação profissional básica. Ou preparação profissional. Ou mesmo uma qualificação profissional. Já tem um certificado de conclusão de estudos? Depois pode fazer o próximo grau aqui. As escolas vocacionais estão geralmente divididas nos seguintes campos profissionais:

- departamento comercial
- economia doméstica - sector da educação ou cuidados sociais
- área comercial-técnica

Escola Técnica:

Pode continuar a sua formação profissional numa escola técnica. Os cursos têm normalmente uma duração de um a dois anos. Já tem formação profissional? Já trabalhou? Estes cursos constroem os seus conhecimentos. O seu objectivo é aprofundar o conteúdo aprendido. Após os cursos pode trabalhar em gestão intermédia. Ou pode começar o seu próprio negócio. As faculdades técnicas estão também divididas nas seguintes áreas temáticas:

- Tecnologia
- Economia
- Serviços sociais
- Agricultura
- Desenho

Faculdades vocacionais:

Para o colégio profissional, é necessário um certificado de conclusão do ensino secundário. Pode aumentar as suas qualificações profissionais aqui. Pode também obter o Fachhochschulreife. Isto significa que poderá então estudar. As faculdades vocacionais estão disponíveis nas seguintes áreas:

- Tecnologia
- Economia e administração
- Pedagogia social
- Saúde e cuidados
- Economia doméstica

Liceu vocacional:

Já concluiu a sua formação? Tem um certificado de conclusão de estudos secundários? Depois pode ir para a Berufsoberschule. Vai lá durante dois anos. Esta escola prepara-o para a qualificação geral de entrada no ensino superior. Para isso, ainda é necessário aprender uma segunda língua estrangeira. Sem uma língua estrangeira, receberá a qualificação de entrada no ensino superior ligada à disciplina. Isto significa que só está autorizado a estudar determinados assuntos. A Berufsoberschule está disponível nas seguintes orientações:

- Escola Técnica Secundária
- Wirtschaftsoberschule
- Escola Secundária de Serviço Social

Liceu vocacional:

Gostaria de estudar numa universidade? Depois precisa do Abitur. Pode pôr o seu Abitur em dia num Ginásio Profissional. Para tal, é necessário um diploma intermédio na sua educação. As suas notas devem ser em média de 3,0 ou melhor. Depois pode frequentar uma escola secundária profissional durante três anos. Após os três anos, toma o seu Abitur. Está também dividido em especializações correspondentes:

- Direcção técnica
- Direcção económica
- Cuidados sociais e de saúde
- Direcção agronómica
- Direcção biotecnológica
- Ciências Nutricionais

Formação (dupla e escolar completa)

Quer ir trabalhar? Então é muito vantajoso para si se tiver uma **qualificação profissional**. As pessoas com qualificações profissionais ganham em média mais dinheiro ao longo das suas vidas. É menos provável que fiquem desempregados. É menos provável que tenham contratos a prazo fixo.

Educação dupla

Uma característica especial na Alemanha é o sistema de formação dupla. Trabalha numa empresa. Ao mesmo tempo, vai-se à escola. É assim que se aprende teoria e prática. Passa dois terços do seu tempo a trabalhar. Passa um terço do seu tempo na escola. Uma aprendizagem dura 3 anos. Dependendo da profissão, mesmo um pouco mais de tempo. Se tiver um diploma do ensino secundário, pode fazer a formação mais rapidamente.

Dependendo do tipo de profissão que gostaria de aprender num programa de formação dupla, contacte o escritório apropriado:

Câmara de Artesanato (HWK)

A Câmara de Artesanato (HWK) é responsável pelas profissões artesanais. Trata-se de profissões tais como padeiro, pedreiro ou pintor.

 [Am Altenhof 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [063136770](tel:063136770)

[@info@hwk-pfalz.de](mailto:info@hwk-pfalz.de)

Câmara de Indústria e Comércio (IHK)

A Câmara de Indústria e Comércio (IHK) é responsável pelas ocupações na produção industrial, comércio e serviços. Aqui, por exemplo, estamos a falar de mecânica vegetal ou de

funcionários de comércio grossista e estrangeiro.

 [Europaallee 14, 67657 Kaiserslautern](#)

 [0631414480](tel:0631414480)

 [@service.kl@pfalz.ihk24.de](mailto:service.kl@pfalz.ihk24.de)

Educação pré-escolar na escola profissional

Na Alemanha, existe também uma formação escolar completa numa escola profissional. A Berufsfachschule oferece formação profissional completa em teoria e prática fora do sistema de formação dupla (sem aprendizagem na empresa). Normalmente dura dois a três anos e meio. As aulas são ministradas a tempo inteiro. Inclui disciplinas de educação geral, para além de disciplinas vocacionais. As escolas profissionais diferem muito nas suas orientações de formação, requisitos de admissão, duração da formação e opções de formação contínua. Portanto, fale com a escola em que está interessado.

BBS - I Tecnologia Kaiserslautern

 [Kaiserberggring 29, 67657 Kaiserslautern](#)

 [06313727-0](tel:06313727-0)

BBS - II Kaiserslautern Empresarial e Social

 [Martin-Luther-Straße 20, 67657 Kaiserslautern](#)

 [0631 - 3649930](tel:0631-3649930)

Apoio durante a formação

Existe algo chamado [assistência relacionada com a formação \(abH\)](#). Trata-se de uma ajuda para as pessoas que estão a ter dificuldades com a sua formação ou aprendizagem. Se tiver problemas com as suas notas na escola ou se alguma outra coisa o estiver a incomodar, pode dirigir-se a uma agência de emprego ou a um centro de emprego. Eles podem ajudá-lo e elaborar um plano sobre como pode aprender melhor. Por exemplo, pode obter aulas de reforço em disciplinas como o alemão ou ajuda para se preparar para os exames. Se também tiver problemas com o seu local de formação, pode obter apoio nesse local. O melhor de tudo é que esta ajuda é gratuita e ajudá-lo-á a concluir o curso.

Financiamento de apoio - subsídio de formação profissional (BAB)

Se não ganhares dinheiro suficiente durante a tua formação, podes também pedir à agência de emprego ou ao centro de emprego que te dê dinheiro. Trata-se do chamado "Berufsausbildungsbeihilfe" (BAB).

Pode informar-se sobre o que é necessário para o efeito no [sítio Web da Agência de Emprego](#).

Aconselhamento e ajuda à formação

Há muitos sítios e pessoas que o podem ajudar na sua procura de uma carreira. Estes apoiam-no na procura de uma carreira, fornecem informações sobre diferentes perfis

profissionais e respectivos requisitos. Também oferecem formação para o ajudar a candidatar-se. Se estiver à procura de estágios ou aprendizagens, também o podem ajudar. Podem também fornecer-lhe endereços importantes para a sua orientação profissional.

Endereços importantes

Escritório regional da KAUSA Renânia-Palatinado

 [Karlsbader Straße 2, 67065 Ludwigshafen](#)

Contacto: Sr. Mesut Acar

 062153824442

 [@macar@hwk-pfalz.de](mailto:macar@hwk-pfalz.de)

 [ligação](#)

Agência de emprego

 [Augustastr. 6, 67655 Kaiserslautern](#)

 08004555500

 [@www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

Centro de Emprego de Kaiserslautern-Cidade

 [Guimarães-Platz 3, 67655 Kaiserslautern](#)

 0631370910

IQ Network - Aconselhamento sobre reconhecimento e qualificação

 [ligação](#)

Iniciativa VerA plus - melhorar o sucesso da formação

VerA ajuda em

Problemas na escola profissional

Conflitos na empresa de formação

Falta de motivação para aprender

Procura de programas de apoio adicionais

Objectivos

Conclusão com sucesso do programa de formação

Reforço das competências sociais

Lidar com o stress dos exames

Melhorar a auto-organização

Promover o desenvolvimento pessoal

Prevenir o abandono da formação por parte dos estudantes: A iniciativa VerA do Serviço de Peritos Seniores (SES) tem vindo a trabalhar há mais de 10 anos para evitar o abandono da formação. É lamentável que cerca de 25 por cento de todos os contratos de formação na Alemanha sejam rescindidos prematuramente. Este facto mostra como o início

de uma carreira pode ser um desafio para muitos jovens. O programa de tutoria VerA oferece apoio àqueles que estão a ter dificuldades e ajuda-os a ultrapassar os seus desafios. É encorajador saber que existem programas destinados a aumentar as hipóteses de concluir com êxito a formação e a ajudar os afectados a encontrar uma nova profissão ou empresa de formação.

Sucesso graças ao modelo tandem

O VerA ajuda os jovens que estão a fazer uma aprendizagem e precisam de apoio. Para isso, junta estes jovens a pessoas simpáticas e experientes que já estão reformadas. Isto acontece sempre numa base individual, pelo que cada um recebe o seu próprio ajudante. É ótimo porque funciona muito bem! Mais de 75 em cada 100 jovens atingem o seu objetivo com esta ajuda. Mais de 20 000 jovens já beneficiaram do VerA desde o seu lançamento.

Para os trabalhadores qualificados de amanhã

O VerA ajuda os jovens que estão a fazer uma aprendizagem, seja na escola ou numa empresa. Isto também se aplica aos jovens que se estão a preparar para uma carreira, como os refugiados que estão à procura de emprego. É particularmente importante que o VerA ajude também nas zonas rurais e nas profissões do sector da saúde e dos cuidados. O apoio de VerA tem uma duração inicial de um ano, mas pode ser prolongado se for necessário mais tempo. Se alguém quiser ajuda, pode inscrever-se através de um formulário de inscrição no sítio Web vera.ses-bonn.de.

Formação de conselheiros

Os ajudantes VerA são especialistas da SES que ajudam os jovens na sua formação. Antes de começarem, fazem um curso de formação de dois dias para garantir que estão bem preparados. Também se reúnem regularmente para aprender mais e partilhar as suas experiências. Para lhes dar algum apoio ao seu trabalho, recebem uma pequena quantia de dinheiro todos os meses.

Custos e apoio

A ajuda do VerA é gratuita para os jovens que estão a fazer uma aprendizagem, bem como para as empresas e as escolas. O VerA trabalha em conjunto com vários grupos importantes, como a Associação Federal das Profissões Liberais, a Câmara de Comércio e Indústria e a Confederação Alemã do Artesanato. O VerA também recebe apoio do Ministério Federal da Educação e Investigação, uma vez que faz parte de um projeto destinado a ajudar os jovens a concluir com êxito a sua formação.

Sobre a SES

A SES é a maior organização na Alemanha dedicada a ajudar profissionais e gestores voluntários que estão reformados ou a fazer uma pausa na carreira. Desde 1983, a SES tem contribuído para a transmissão de conhecimentos e experiências no domínio da cooperação para o desenvolvimento. Na Alemanha, o SES concentra-se especialmente no apoio aos jovens em escolas e programas de formação. No total, o SES tem mais de 12.000 peritos, 5.000 dos quais estão dispostos a acompanhar os jovens durante a sua formação.

Contactar VerA

Serviço de Peritos Seniores (SES)
Iniciativa VerA
Kaiserstrasse 185, 53113 Bonn
02282609040

Procuram-se mentores de formação!

Também gostaria de participar na iniciativa VerA? Então registe-se no SES. Ficamos a

aguardar o seu contacto! Pode encontrar todas as informações em: www.ses-bonn.de

Contacto em Kaiserslautern:

Klaus Zimmermann
Coordenador Regional da Iniciativa VerA

☎ [01607878755](tel:01607878755)

@ pfalz@vera.ses-bonn.de

Estudo

Sistema universitário alemão

Informações gerais

Existem muitos cursos superiores diferentes na Alemanha. Existem também diferentes tipos de instituições de ensino superior:

- Universidades (com orientação académica)
- Universidades de Ciências Aplicadas (orientadas para a prática)
- Universidades duais (muito orientadas para a prática)
- Escolas superiores de arte, cinema e música (para disciplinas artísticas)

Existem universidades públicas e universidades privadas. A qualidade das universidades privadas nem sempre é melhor. No entanto, é necessário pagar propinas elevadas.

Sítios Web úteis:

 [University Compass](#) (todos os cursos e universidades na Alemanha)

 [Study in Germany](#) (informações para refugiados)

 [Agência de Emprego](#) (orientação para os estudos)

 [Serviço Alemão de Intercâmbio Académico](#) (DAAD - todos os programas de estudo na Alemanha)

Pré-requisitos

Gostaria de estudar na Alemanha? Então precisa de um diploma universitário. Este pode ser um Abitur. Também pode ser um título de acesso às universidades de ciências aplicadas. Passou o Abitur no seu país de origem? Talvez possa utilizá-lo para estudar na Alemanha. Pode solicitar uma verificação.

Para mais informações, consulte o sítio Web [da Anabin](#). Aceda ao portal de informação "Reconhecimento na Alemanha". Pode também contactar o [Serviço Alemão de Intercâmbio Académico DAAD](#).

Além disso, tem de provar que domina bem a língua alemã (nível C1). Pode ser o teste de "alemão como língua estrangeira". Ou o teste de língua alemã para o acesso à universidade. Ou telc Deutsch C1 Hochschule.

Existe também a possibilidade de financiamento pelo Bildungsberatung Garantiefonds Hochschule.

Algumas universidades também oferecem semestres de preparação. Nestes, também se aprende alemão.

💡 Informe-se junto da universidade onde pretende estudar. A maioria das universidades oferece serviços de aconselhamento. Existem prazos para se candidatar a uma universidade. São os chamados prazos de candidatura. Respeite estes prazos. As universidades não aceitam candidaturas tardias.

Não tem diploma de acesso à universidade

Pode estudar no seu país de origem com o seu diploma de conclusão do ensino secundário? Mas não na Alemanha? Pode recuperar o seu diploma de acesso à universidade numa escola preparatória. As escolas preparatórias são especialmente concebidas para candidatos estrangeiros. Preparam-no para estudar na Alemanha.

Financiamento e bolsas de estudo

Apoios estatais e bolsas de estudo

Enquanto estudante, pode receber apoio financeiro na Alemanha. Isto é possível através da Lei Federal de Apoio à Formação (BAföG). A BaföG é paga mensalmente pelo governo. Na melhor das hipóteses, receberá dinheiro para toda a duração dos seus estudos. O montante mensal da BaföG pode situar-se entre 399 e 735 euros. Após os estudos, tem de reembolsar metade do montante da BaföG. As condições exactas da BaföG mudam regularmente. Pode encontrar informações pormenorizadas na seguinte ligação:

 [Website BaföG para refugiados e migrantes](#)

Como alternativa à BaföG, pode candidatar-se a uma bolsa de estudo. Regra geral, não é necessário reembolsar uma bolsa de estudo. Para receber uma bolsa de estudo, é importante ter boas notas. Os doadores de bolsas de estudo também avaliam o seu trabalho voluntário. Normalmente, recebe a mesma quantia de dinheiro que a BaföG. Para além disso, existe o chamado "subsídio para livros". Trata-se de um pagamento mensal de até 300 euros.

Algumas organizações concedem bolsas de estudo. As bolsas de estudo são atribuídas a pessoas com grande potencial. É por isso que estas organizações são designadas por Begabten-Förderungs-Werke. As seguintes Begabten-Förderungs-Werke oferecem programas específicos para refugiados, entre outros. Pode informar-se sobre as modalidades de candidatura nos respectivos sítios Web. Nestes sítios, pode também obter informações sobre os requisitos que as organizações exigem de si.

 [Friedrich-Ebert-Stiftung \(FES\) - Bolsas de estudo para refugiados](#)

 [Böckler-Aktion Bildung da Fundação Hans Böckler](#)

 [Konrad-Adenauer-Stiftung \(KAS\) - Bolsas de estudo para refugiados](#)

 [Villigst - A nossa bolsa de estudo para refugiados](#)

 [Pão para o Mundo - Programa de Bolsas de Estudo para Refugiados](#)

O Fundo de Garantia da Fundação Otto Benecke é uma exceção a esta regra. O programa destina-se a jovens novos imigrantes. Quer obter o seu diploma de acesso ao ensino superior na Alemanha? Quer estudar na Alemanha? Quer trabalhar no sector académico? Então pode candidatar-se ao programa de bolsas de estudo. Existe também a bolsa de estudo para a Alemanha. Esta bolsa concede um apoio financeiro de 300 euros por mês. As bolsas de estudo para a Alemanha são atribuídas pelas respectivas universidades.

[!\[\]\(c0f333d6e4938e0decc679cb8884fdc5_img.jpg\) Fundo de Garantia Universitário da Fundação Otto Benecke em Bona](#)

[!\[\]\(b1510e83a7f6811aeadf340e3714f210_img.jpg\) Bolsa de estudo para a Alemanha: tornar-se bolseiro](#)

Trabalhar paralelamente aos estudos

Muitos estudantes trabalham paralelamente aos seus estudos. É importante não descurar os estudos. O Estado estipula que não é permitido trabalhar mais de 20 horas por semana durante o período letivo (semestre). Se exceder este número máximo de horas, pode ser excluído da universidade. Deve também ter em conta que existe um número máximo de semestres até concluir a licenciatura ou o mestrado, que não pode ser ultrapassado.

Trabalhador-estudante

Pode tornar-se um trabalhador-estudante no seu primeiro semestre ou mais tarde.

Muitos programas de estudos oferecem também a oportunidade de trabalhar numa empresa como trabalhador-estudante. Assim, pode adquirir experiência inicial e ganhar dinheiro à parte. As empresas oferecem geralmente contratos de 10 a 20 horas por semana. Outra vantagem é o facto de os trabalhadores-estudantes com bom desempenho serem frequentemente contratados após os estudos e poderem assegurar um emprego. Informe-se sobre as empresas da sua área. O conceito de trabalhador-estudante está muito difundido.

Programa de estudos duplo

Este programa combina uma aprendizagem com um curso superior. Regra geral, trabalha-se na empresa durante as férias semestrais. A empresa financia-o durante os seus estudos, mesmo que não trabalhe durante esse período.

Assistente de estudantes

Trata-se de lugares anunciados nas universidades. Muitos deles estão afixados em quadros de avisos ou podem ser consultados pessoalmente na universidade. Como assistente de estudantes, trabalha a uma taxa horária fixa por semana (máx. 20 horas). Trata-se de tarefas que ajudam, por exemplo, um professor, um serviço ou uma organização universitária. Normalmente, é pago o salário mínimo.

Mini-emprego/556 euros

Muitos estudantes trabalham a tempo parcial no sector da restauração (como barman, empregado de mesa, etc.), dão aulas particulares ou ajudam a cuidar de crianças.

Há sempre muitos anúncios de emprego nos placards das universidades.

A maioria dos estudantes trabalha num mini-emprego (556 euros). A vantagem é que é classificado como trabalhador marginal e, por conseguinte, não tem de pagar impostos nem contribuições para a segurança social (seguro de desemprego, de saúde e de cuidados prolongados). É fácil conciliar esta atividade com os estudos. Para mais informações, consultar o sítio www.minijob-zentrale.de (disponível em alemão e em linguagem corrente).

Universidade de Tecnologia de Kaiserslautern (TUK)

A Universidade Técnica de Kaiserslautern foi fundada em 1970. É a única universidade da Renânia-Palatinado especializada em tecnologia e ciências naturais. A universidade está localizada num único campus. Tem cerca de 14.900 estudantes. Existem doze faculdades com muitos [cursos de graduação](#). Muitos cursos têm uma abordagem interdisciplinar e, por isso, combinam diferentes áreas temáticas.

Tem perguntas sobre os cursos de língua alemã? Então pergunte à Sra. [Susanne Jacob](#). Se tiver dúvidas sobre os cursos de alemão, contacte a [secretaria da VKB e.V.: a secretaria](#). Se estiver interessado em coordenar actividades para refugiados na TU Kaiserslautern, contacte [o ISGS: Dr. Parya Memar](#).

Universidade de Ciências Aplicadas de Kaiserslautern

A Universidade de Ciências Aplicadas de Kaiserslautern (HAW) é uma universidade de ciências aplicadas. Pode estudar engenharia, gestão, design, saúde e informática. Tem 6200 estudantes. São oriundos de mais de 80 países. A universidade conta com 150 professores. Existem cinco faculdades. Pode estudar em Kaiserslautern, Pirmasens e Zweibrücken.

Existem 60 cursos de graduação. Pode fazer uma licenciatura, um mestrado ou um curso de formação contínua. Os estudantes e os professores podem colaborar com mais de 100 outras universidades em todo o mundo. Isto ajuda-os a ganhar experiência internacional.

Tem alguma questão? Clique [aqui](#).

Universidade de Ciências Aplicadas de Kaiserslautern

 [Schoenstr. 11, 67659 Kaiserslautern](#)

 [063137240](#)

 resse@hs-kl.de

Ligações para o tema

Informações sobre o programa de estudos em alemão e inglês:

 www.study-in.de

Informações sobre os estudos para refugiados:

 www.study-in-germany.de/fluechtlinge/

Universidade em linha gratuita para refugiados:

 Kiron Open Higher Education

Reconhecimento de diplomas escolares e universitários:

 ww.aner.kennung-in-deutschland.de/html/de/schulabschluesse_studienabschluesse.php

Outras ligações úteis:

<https://www.telc.net/ueber-telc/aktuelles/detail/...>

<https://www.goethe.de/de/index.html>

Campus de integração

A Universidade de Ciências Aplicadas de Ingolstadt (THI) tem um programa especial para pessoas que tiveram de fugir do seu país de origem. Estas pessoas já devem ter uma boa formação académica. Se quiserem viver na Alemanha, podem vir para Ingolstadt e viver lá. Neste programa, podem preparar-se para estudar numa universidade. O objetivo é ajudá-los a encontrar um emprego mais tarde. O programa tem a duração de cerca de 2 anos.

Pode encontrar mais informações aqui:

<http://www.integration-campus.de>

Reconhecimento de certificados

Reconhecimento de habilitações académicas estrangeiras

Os certificados são muito importantes na Alemanha. Obtêm-se na escola. Ou na universidade. Ou no trabalho. No trabalho, chama-se certificado de trabalho. Os certificados são a prova do que já aprendemos e alcançámos. Os certificados são a condição prévia decisiva para conseguir um emprego. Também é necessário um certificado para ser admitido numa escola ou universidade. Já obteve certificados no estrangeiro? Faça com que estes certificados sejam reconhecidos na Alemanha. Com base nos seus diplomas, os serviços de inspeção verificam as suas qualificações na Alemanha. Os seus resultados serão traduzidos, por assim dizer. Pode acontecer que já não tenha os seus certificados. Nesse caso, pode tentar obter o reconhecimento da sua experiência profissional e das suas competências profissionais através de testes.

O [governo federal dispõe de um portal de informação](#). Este ajudá-lo-á na sua pesquisa.

Pode encontrar mais informações sobre o reconhecimento de qualificações profissionais estrangeiras no [sítio Web do BAMF](#) (Serviço Federal para a Migração e os Refugiados).

Reconhecimento de diplomas estrangeiros

Os certificados são muito importantes na Alemanha. São documentos que mostram o que se aprendeu e aquilo em que se é bom. Obtêm-se na escola, na universidade e também no trabalho. Se, mais tarde, procurar um emprego, os seus certificados ajudá-lo-ão a ver o que sabe fazer. Também é necessário um certificado para a escola ou para a universidade. Se já tiver certificados de outro país, pode obter o seu **reconhecimento** na Alemanha. Isto significa que o significado dos seus certificados na Alemanha é analisado. Eles traduzem o que aprendeu. Por vezes, é possível que já não tenha os seus certificados. Neste caso, pode tentar obter o reconhecimento das suas competências e experiência através de testes.

Centro de aconselhamento especializado para o reconhecimento

 Se mais tarde quiser estudar ou trabalhar como cientista, pode informar-se junto das universidades sobre a forma de obter o reconhecimento dos seus certificados.

RPTU Kaiserslautern:

Centro de Apoio ao Estudante Kaiserslautern

📍 Gottlieb-Daimler-Straße, 67663 Kaiserslautern

Edifício 47

☎️ 0 6312055 252

@s sc-kl@rptu.de

Universidade de Ciências Aplicadas KL:

Universidade de Ciências Aplicadas de Kaiserslautern

Universidade de Ciências Aplicadas

📍 Schoenstraße 11, 67659 Kaiserslautern

@p resse@hskl.de

☎️ 0 6313724 0

Aqui pode encontrar mais informações e serviços de aconselhamento:

[Portal de reconhecimento](#)

[IHK Câmara de Comércio e Indústria do Palatinado](#)

[IQ Aconselhamento sobre reconhecimento e qualificação](#)

[Câmara de Artesanato do Palatinado](#)

[ADD RLP](#)

[Centro de emprego da cidade de Kaiserslautern](#)

[Agência Federal de Emprego](#)

[Base de dados "anabin"](#)

[ZAB RLP](#)

[Câmara da Agricultura da Renânia-Palatinado](#)

[Associação Médica da Renânia-Palatinado](#)

Certificação oficial dos certificados

Se tiver um documento importante, como um certificado, as autoridades devem certificar-se de que é autêntico. Para o efeito, deve ser autenticado. Isto é particularmente importante se quiser inscrever-se numa universidade. Todas as cópias do seu certificado devem ser autenticadas.

Tradução de documentos

Se pretender traduzir documentos como certidões ou certidões de nascimento, apenas tradutores especializados e certificados estão autorizados a fazê-lo na Alemanha. Estas traduções podem ser dispendiosas, pelo que deve verificar previamente se precisa mesmo de uma tradução certificada. Só um tradutor com formação para o efeito pode certificar a

exatidão da tradução.

Notarização de cópias e fotocópias

Se pretender autenticar uma cópia de um documento, pode dirigir-se ao Centro de Cidadania. Não é necessário marcar hora, mas pode ter de esperar muito tempo, especialmente às segundas-feiras, quando há muita gente. Se quiser levantar o bilhete de identidade ou o passaporte, também não precisa de marcação. No entanto, também é possível efetuar uma marcação online.

Informações de carácter geral

Uma legalização oficial mostra que a cópia de um documento está correta. As cópias podem ser autenticadas no Centro de Cidadania se o original for proveniente de uma autoridade alemã ou se precisar da cópia autenticada para uma autoridade alemã. Se o documento for composto por várias páginas e a ordem já não for clara, não pode ser autenticado.

Para determinados documentos, só outras autoridades podem emitir cópias autenticadas. Se desejar autenticar documentos privados, deve dirigir-se a um notário.

Documentos necessários

- O documento original
- As cópias que deseja autenticar (também podem ser feitas no Centro de Cidadania)
- O bilhete de identidade ou o passaporte.

Emolumentos

Notarização para residentes

5,00 euros

Taxa de cópia do original / página

0,30 euros

Base jurídica

§ § 1 LVwVfG em conjunto com o § 33 VwVfG, § 65 BeurkG

Lei estatal sobre a autorização do registo notarial,

Tabela geral de honorários

Centro do Cidadão

[Willy-Brandt-Platz 1, 67657 Kaiserslautern](#)

☎06313652538

@buergercenter@kaiserslautern.de

Horário de funcionamento:

Segunda-feira - Quarta-feira: 8:00 - 16:00

Quinta-feira: 9:00 - 18:00

Sexta-feira: 8:00 - 12:00

Por favor, tome nota de qualquer informação na página inicial.

Escuteiro Digi

Digi Scout

Smartphone, internet e co.

Temos todo o gosto em ajudá-lo!

Os Digi Scouts ajudam as pessoas que recebem prestações SGB II a adquirir competências digitais para trabalhar. O seu objetivo é reforçar as competências básicas e reduzir o medo dos meios digitais. Os "Digi-Scouts" oferecem sessões de formação individuais e em grupo nos centros de emprego para apoiar as necessidades individuais. As competências digitais são importantes para a participação na vida ativa e na sociedade.

Tem dificuldades na utilização dos meios digitais, gostaria de expandir os seus conhecimentos actuais ou é novo nesta área e precisa de ajuda?

O nosso gabinete está localizado no edifício do [Centro de Emprego da cidade de Kaiserslautern](#):

 [Guimarães Platz 3, 67655 Kaiserslautern](#)

Horário de funcionamento do centro de emprego:

Segunda a sexta-feira: 8:00 - 12:30

Terça e quinta-feira: 13:30 - 16:00

Saúde

Informações gerais sobre saúde

Tem uma doença aguda? Está a sofrer de dores? Na Alemanha, tem direito a cuidados médicos básicos. Algumas vacinas são recomendadas pelo Estado. Pode tomar estas vacinas. Alguns exames são recomendados. Estes exames destinam-se a prevenir doenças. Pode fazer estes exames. Alguns exames são muito importantes para a sua saúde. Pode obtê-los gratuitamente junto dos médicos. Consulte um médico se:

- estiver gravemente doente ou com dores
- estiver grávida
- tem uma doença crónica. Tem diabetes, epilepsia ou doença mental, por exemplo.

 Ainda tem medicação? Ou então, tem o folheto informativo dos seus medicamentos? Leve-o consigo para a [consulta médica](#).

Já foi ao médico ou ao [hospital](#) por causa da doença? Leve também os resultados da consulta.

 Tem [autorização de residência](#)? Nesse caso, deve inscrever-se numa [companhia de seguros de saúde](#) regular. Aí receberá um cartão de seguro. Este dá-lhe direito aos serviços dos médicos. Tal como todos os cidadãos na Alemanha.

Serviço de saúde

O serviço de saúde pública faz parte do sistema de saúde na Alemanha. Ajuda a proteger as pessoas contra doenças infecciosas. Também assegura a limpeza de várias empresas. Entre elas, contam-se hospitais, lares de idosos, restaurantes e cafés. Se quiser trabalhar num restaurante, tem de fazer uma formação em controlo de infeções. O departamento de saúde pública também tem outras tarefas. Fornece informações sobre a SIDA e cuida do serviço médico. Nas escolas, explicam como prevenir as doenças. Os serviços de saúde pública também informam as pessoas sobre os riscos para a saúde.

Departamento de Saúde de Kaiserslautern

 [Pfaffstraße 40-42, 67655 Kaiserslautern](#)

 0 [6317105](tel:6317105) 520

 [kontaktg a@kaiserslautern-kreis.de](mailto:kontaktg@kaiserslautern-kreis.de)

 [https:// www.kaiserslautern-kreis.de/verwaltung/gesundheitsamt/](https://www.kaiserslautern-kreis.de/verwaltung/gesundheitsamt/)

O serviço de saúde pública faz parte do sistema de saúde na Alemanha. Ajuda a proteger as pessoas contra doenças infecciosas. Também assegura a limpeza de várias empresas. Entre elas, contam-se hospitais, lares de idosos, restaurantes e cafés. Se quiser trabalhar num restaurante, tem de fazer uma formação em controlo de infeções. O departamento de saúde pública também tem outras tarefas. Fornece informações sobre a SIDA e cuida do serviço médico. Nas escolas, explicam como prevenir as doenças. Os serviços de saúde pública também informam as pessoas sobre os riscos para a saúde. **Departamento de Saúde de**

Kaiserslautern

 [Pfaffstraße 40-42, 67655 Kaiserslautern](#)

 0 [6317105](tel:6317105) 520

 [kontaktg a@kaiserslautern-kreis.de](mailto:kontaktg@kaiserslautern-kreis.de)

 [https:// www.kaiserslautern-kreis.de/verwaltung/gesundheitsamt/](https://www.kaiserslautern-kreis.de/verwaltung/gesundheitsamt/)

Seguro de saúde

Na Alemanha, o seguro é obrigatório. Tem uma autorização de residência? Depois tem de se registar numa companhia de seguros de saúde regular. Aí receberá um cartão de seguro. Isto significa que recebe os mesmos benefícios que todas as pessoas na Alemanha.

Tem uma doença aguda no estrangeiro? Também recebem cuidados básicos em muitas práticas médicas e hospitais estrangeiros. Pode obter informações do seu fundo de seguro de saúde.

Pode escolher um médico de clínica geral (GP) à sua escolha. Precisa de tratamento de um especialista? Depois receberá um encaminhamento do seu médico de família.

 Vai a um hospital? Vai a terapeutas? Vai aos médicos? Depois leve consigo o seu cartão de seguro.

Cartão de seguro

O cartão do seguro é muito importante. Pode ir ao médico com ele. O trabalho dos médicos é pago pela sua companhia de seguros. O cartão é também o seu seguro em toda a Europa. Chama-se o Cartão Europeu de Seguro de Saúde (CESD). Isto também lhe permite consultar um

médico em todos os países da UE.

💡 Está a viajar para um país fora da UE? Depois deve fazer um seguro adicional. O seguro para o estrangeiro protege-o quando viaja. Chama-se seguro de saúde internacional.

Gostaria de compreender o sistema de saúde alemão? Sobre isto [Sítio Web](#) encontrará informação. Esta informação está disponível em alemão e inglês.

🌐 [Aqui](#) encontrará toda a informação importante sobre o tema dos seguros de saúde em 40 línguas. O website explica quais os seguros que estão disponíveis. Aprende-se o que se deve ter em atenção.

👥 Como refugiado ou requerente de asilo, ainda não está coberto por um seguro de saúde. É necessário um atestado de doença. Pode ir ao médico com ele. Pode obter estes vouchers no [Gabinete de Acção Social](#).

Vale de tratamento no gabinete da acção social

📍 [Maxstraße 17 + 19, 67659 Kaiserslautern](#)

☎ [0631365-1500](#)

@ soziales@kaiserslautern.de

🕒 Segunda, terça-feira, quinta-feira 8:00 - 12:30 e 13:30 - 16:00

Sexta-feira 8:00 - 13:00

Visita ao médico

Médicos de clínica geral e especialistas

Está doente? Dirija-se ao seu médico de família. Pode escolher o seu próprio médico de família. Os horários de abertura são estabelecidos pelos próprios GPs. Quer que o seu médico de família o ajude? Marcar uma consulta.

Os GPs realizam exames importantes. Eles são o seu primeiro ponto de contacto em caso de doença. Eles decidem sobre a medicação necessária. Decide se é necessário um exame especializado.

O seu GP irá encaminhá-lo para um especialista, se necessário. Estes podem realizar exames especiais.

Se o consultório estiver fechado, o serviço médico de plantão (telefone [116117](#)) pode ajudar .

🌐 Pode procurar por práticas de emergência [aqui](#). Estes são médicos que também podem ajudar fora do horário de abertura.

Pediatras

Os pediatras examinam as crianças. Há exames obrigatórios para crianças. Estes são importantes para a saúde do seu filho. Destinam-se a prevenir doenças em crianças. As crianças também precisam de ser vacinadas. As vacinações são importantes. Impedem as crianças de contrair certas doenças. Os exames prescritos são chamados "U-examinations". Estão sempre num determinado momento. São gratuitas. Favor consultar um pediatra para mais informações.

Dentista:interior

Se tiver dor de dentes, vá a um dentista ou a um dentista.

Ginecologistas (ginecologistas)

É importante que um ginecologista examine as mulheres regularmente. Isto permite que os médicos detectem doenças suficientemente cedo. A isto chama-se rastreio. Pode também discutir aí o tema da contraceção.

💡 Precisa de ajuda para encontrar um médico adequado? Pergunte ao seu [círculo de ajudantes](#). Em alternativa, peça os cuidados no seu alojamento.

👤 É um requerente de asilo? Está doente? Precisa de consultar um médico? Depois receberá um voucher para o tratamento por parte do [gabinete da acção social](#). Com isto, a visita ao médico é gratuita para si.

[Einfügen: z.B. Kontakt für Behandlungsschein in der Region, meist Sozialamt]

👤 Precisa de uma operação? Não é uma emergência? Depois, o [gabinete da acção social](#) deve aprovar a estadia no hospital. Solicite autorização antes de ir para o hospital. O seu médico irá emitir-lhe um certificado para este efeito. O gabinete da assistência social cobre apenas intervenções medicamente necessárias.

Consultório médico de urgência em Kaiserslautern/ Central Emergency Department (ZNA)

📍 [Hellmut-Hartert-Straße 1, 67655 Kaiserslautern](#)

☎ [0631203-1240](#)

🕒 aos fins-de-semana, sexta-feira 16:00 - segunda-feira 7:00,
Quarta-feira, das 14:00 às 19:00 do dia seguinte,
Feriados das 7:00 da manhã até ao dia seguinte às 7:00 da manhã

Hospital em Kaiserslautern

O hospital de Kaiserslautern é um grande local para onde as pessoas se dirigem quando estão doentes ou feridas. Muitos médicos e enfermeiros trabalham lá para ajudar as pessoas a ficarem bem. Existem quartos especiais no hospital onde os doentes dormem e são tratados. Por vezes, as pessoas também têm de ser submetidas a uma pequena operação para ficarem novamente em forma. O hospital é, portanto, um local onde as pessoas são tratadas e recuperam a sua saúde.

Westfalz-Klinikum Kaiserslautern

📍 [Hellmut-Hartert-Straße 1, 67655 Kaiserslautern](#)

☎ [06312030](#)

Operações

Se uma pessoa precisar de ser operada, mas não se tratar de uma situação de emergência, a segurança social deve dar o seu consentimento prévio para que as despesas sejam cobertas. O

médico emite um atestado que comprova a necessidade da operação. Só podem ser pagas as operações que sejam efetivamente necessárias do ponto de vista médico. Isto significa que apenas os tratamentos realmente necessários são pagos pelo serviço de ação social.

Prestação obrigatória de cuidados de saúde mental na cidade e no distrito de Kaiserslautern

Clínica de psiquiatria AdöR

Clínica de Psiquiatria, Psicossomática e Psicoterapia

 [Albert-Schweitzer-Straße 64, 67655 Kaiserslautern](#)

 [063153490](tel:063153490)

 www.pfalzkllinikum.de

Com ambulatório de memória para avaliação e diagnóstico diferencial de perturbações do desempenho mental na velhice

 [063153492237](tel:063153492237)

 www.pfalzkllinikum.de/ppp-kaiserslautern

Serviço de ação social de Kaiserslautern

 [Maxstraße 17+19, 67657 Kaiserslautern](#)

 [06313651500](tel:06313651500)

 Segunda a sexta-feira: 8h30 - 12h30

Por favor, marque uma consulta.

MEDGUIDE Livro de frases médicas

Imagine MEDGUIDE é como um dicionário grande e especial para médicos e enfermeiros que ajuda quando as pessoas não conseguem comunicar na mesma língua. Quando alguém vai ao médico e não fala a mesma língua que o médico, pode ser difícil entenderem-se mutuamente. O MEDGUIDE ajuda então o médico a explicar ao doente o que está a acontecer e o doente a fazer perguntas ou a dizer o que precisa. Isto torna a visita ao médico muito mais fácil e melhor para todos!

 www.edition-medguide.de

Cartões ilustrados para a comunicação intercultural (BIK) em (geronto-)psiquiatria

Existem cartões ilustrados para a psiquiatria (geriátrica) para comunicar com doentes que não falam bem alemão. Os cartões mostram coisas que se fazem no dia a dia, como lavar e vestir, respirar, comunicar, estar acordado e dormir, comer e beber, ir à casa de banho, regular a temperatura corporal, movimentar-se e manter-se ocupado. Há também um cartão que ajuda a aliviar a dor.

<https://www.pfalzkllinikum.de/gerontopsychiatrie/b...>

iFightDepression (Luta contra a depressão)

A depressão pode afetar qualquer pessoa.

A depressão é uma doença comum. Afecta muitas pessoas. Não se trata apenas de tristeza ou de um mau humor que passa rapidamente. Todos os factores sociais, psicológicos e biológicos

desempenham um papel na depressão.

Quando alguém sofre de depressão, os seus sentimentos, pensamentos e até o seu corpo podem sentir-se diferentes. Não se trata de um estado de espírito ou de uma fraqueza temporária. Não se pode simplesmente livrar-se dela.

A depressão pode afetar qualquer pessoa, homem ou mulher, jovem ou idoso. Mesmo as pessoas que parecem felizes e despreocupadas no exterior podem sofrer de depressão.

Mas há ajuda para a depressão. Se pensa que está a sofrer de depressão, deve procurar apoio.

<https://ifightdepression.com/de/>

Medicamentos e farmácias

Precisa de medicação? Depois vá ao seu médico. Eles dão-lhe uma receita médica. Pode obter a sua medicação com esta receita em qualquer farmácia. As farmácias estão normalmente abertas de segunda a sábado. Os horários de abertura variam em função da farmácia. Precisa urgentemente de medicação à noite ou ao fim-de-semana? Cada farmácia tem uma placa com o nome e endereço da farmácia com serviço de urgência. Também pode encontrar esta informação na Internet.

Pesquisa de serviços de emergência de farmácia

 www.aponet.de

 Como requerente de asilo, pode obter muitos medicamentos sem um co-pagamento. Portanto, verifique com o seu médico. Se não tiver uma receita médica, terá sempre de pagar a medicação.

Horário de abertura

As farmácias estão normalmente abertas de segunda a sábado. Os horários de abertura variam consoante a farmácia (frequentemente: 9.00 - 18.00).

Serviço de permanência

Se precisar de medicamentos com urgência à noite ou ao fim-de-semana, encontrará uma placa em cada farmácia com o nome e endereço da farmácia que está aberta para o serviço de urgência. Também pode encontrar esta informação na [Internet](#).

 Os medicamentos para os quais não necessita de receita médica também podem ser comprados na farmácia. Custam aí menos dinheiro.

Números de emergência - SOS

Uma emergência é uma ameaça aguda à saúde. Tem uma emergência? Então chame um médico de urgência.

Contactos de emergência

Polícia  [110](tel:110)

Bombeiros, serviços de socorro  [112](tel:112)

Ambulância, médico de urgência [112](tel:112)

 Os números de emergência dos telemóveis funcionam sempre. Não tem crédito no seu telemóvel? O número funciona na mesma!

Informações importantes para uma chamada de emergência

- **Quem está** a telefonar (o seu nome)?
- **Onde** é que aconteceu alguma coisa (morada)?
- **O que** é que aconteceu?
- **Quantas** pessoas estão feridas ou doentes?
- **Que tipo** de doenças ou ferimentos existem?
- **Aguardar** por mais perguntas!

Mantenha-se calmo. Fale devagar e com clareza. Assim, será melhor compreendido. Não termine a conversa. Foram transmitidas todas as informações importantes? O centro de chamadas de emergência / a polícia terminará a chamada.

 Vai para o hospital? Não se esqueça da sua identificação ou do comprovativo de chegada. Está inscrito numa companhia de seguros de saúde? Leve consigo o seu cartão de seguro.

 Enquanto requerente de asilo, só pode ir ao hospital em caso de urgência e sem um vale de tratamento. Deve apresentar o seu comprovativo de chegada ao hospital. O hospital reconhecerá então que se trata de um requerente de asilo. As despesas são pagas pelo serviço de ação social.

Centros de aconselhamento e serviços de apoio

Linha de apoio à violência contra as mulheres

Linha de apoio à violência contra as mulheres

 [116016](tel:116016)

 www.hilfetelefon.de

A linha de apoio à violência contra as mulheres aconselha as mulheres afectadas em toda a Alemanha. As conselheiras da linha de apoio prestam aconselhamento sobre todas as formas de violência contra as mulheres. Se necessário, podem encaminhá-la para centros de apoio locais adequados. O aconselhamento em linha também é possível através do sítio Web. As sessões de aconselhamento são confidenciais. Gostaria de manter o anonimato? Não há problema. Não tem de fornecer quaisquer dados pessoais ao telefone. O mesmo se aplica no sítio Web. Se tiver dificuldades auditivas, pode reservar um serviço de interpretação gratuito através do sítio Web. A conversa com os conselheiros será traduzida para a língua gestual alemã. Também pode ser traduzida para a linguagem escrita. O aconselhamento é possível em muitas línguas com a ajuda de intérpretes.

O guia da família

O guia da família

 www.familienratgeber.de

Aktion Mensch produziu um guia familiar para as pessoas. Este guia ajuda as pessoas com deficiência e as suas famílias. Contém muitas informações e endereços importantes. Existe também um sítio Web onde se pode obter mais informações sobre como viver com uma deficiência. A informação está redigida numa linguagem simples, para que seja fácil de compreender. Abrange temas como a escola, o trabalho, os tempos livres, a acessibilidade, os direitos, a habitação, o aconselhamento e também os seguros de saúde e de assistência.

Existem muitos locais em Kaiserslautern onde se pode obter ajuda gratuita no domínio da medicina.

No sítio Web [do KLinform](#) também se pode encontrar ajuda para

- Vítimas de violência
- Telefone de preocupação
- Problemas gerais da vida
- Violência sexual
- Problemas com álcool, medicamentos e drogas
- Psicoterapia e aconselhamento sobre traumas

Informações em 13 línguas sobre o corpo humano e a saúde sexual estão disponíveis em  www.zanzu.de

aplicação de tratamento do peito

O cancro da mama é o cancro mais comum em todo o mundo. No decurso da sua vida, uma em cada oito mulheres na Europa desenvolverá cancro da mama. Só na Alemanha, cerca de 70.000 mulheres sofrem de cancro da mama todos os anos. Quanto mais cedo a doença for detectada, maior é a probabilidade de cura. Cerca de 25% das doenças podem ser prevenidas através de um estilo de vida saudável. A aplicação de tratamento do peito é baseada na ciência. Explica tudo o que é importante sobre o cancro da mama de uma forma fácil de compreender. Trata-se também de uma detecção precoce. Aprendem a importância de um estilo de vida saudável. A aplicação está actualmente disponível em sete línguas: Árabe, alemão, inglês, farsi, francês, espanhol e turco.

A aplicação de tratamento do peito

- lembra-o de apalpar os seus próprios seios com um calendário de ciclos
- explica a auto-digitalização passo a passo com instruções ilustradas
- fornece informação sobre factores de risco e sintomas e dá dicas concretas para um estilo de vida saudável
- responde a perguntas sobre exames médicos de rastreio na Alemanha
- ligações a numerosos pontos de contacto tais como centros de mama, agentes de integração ou serviços de apoio a que as mulheres se podem dirigir com perguntas
- conta histórias de mulheres afectadas que dão coragem

Pode descarregar a aplicação a partir das lojas Apple e Google app. A aplicação é gratuita. A aplicação pode ser utilizada sem recolha de dados pessoais. É livre de publicidade e concebido para o longo prazo. Mais informações em sete línguas em: www.breastcare.app

Aconselhamento e ajuda em caso de dependência

Por vezes, as pessoas podem meter-se em problemas porque consomem demasiado de algo que não é bom para elas. A isto chama-se vício ou dependência. Por exemplo, pode acontecer quando alguém consome certas coisas como álcool ou drogas. Se alguém tiver estes problemas, é muito importante que procure ajuda. Em Kaiserslautern, existem locais especiais que apoiam as pessoas. São os chamados centros de aconselhamento. Aí, os adultos falam com as pessoas e ajudam-nas a recuperar e a lidar melhor com os seus problemas. Se conhece alguém que precisa de ajuda, pode dizer-lhe que há sempre pessoas que querem ajudar. É corajoso pedir ajuda e esse é o primeiro passo para voltar a ser feliz e saudável.

Centros de aconselhamento em matéria de toxicodependência em Kaiserslautern:

 [Caritas Centre Kaiserslautern, Engelsgasse 1, 67655 Kaiserslautern](#)

 [063136120222](tel:063136120222)

 [@ulrike.ebert-wenski@caritas-speyer.de](mailto:ulrike.ebert-wenski@caritas-speyer.de)



<https://www.caritas-speyer.de/angebote/suchtberatung#c4319>

 [Haus der Diakonie, Pirmasenser Straße 82, 67655 Kaiserslautern](#)

 063172209

 [@hdd.kl@diakonie-pfalz.de](mailto:hdd.kl@diakonie-pfalz.de)

 <https://www.diakonie-pfalz.de/diakonie-pfalz/haeu...>

Aconselhamento para jovens e toxicodependentes - Release- Kaiserslautern

 [Am Gottesacker 13, 67655 Kaiserslautern](#)

 063164575

 <https://www.release-kl.de>

 [@info@release-kl.de](mailto:info@release-kl.de)

Blaues Kreuz Kaiserslautern e.V.

 Pirmasenser Straße 82, 67655 Kaiserslautern

 015128730033 (depois das 16 horas)

 [@KL@blaues-kreuz-pfalz.de](mailto:KL@blaues-kreuz-pfalz.de)

Outras ligações úteis:

 <https://www.sucht-und-flucht.de/>



<https://www.migration-gesundheit.bund.de/de/startseite/>

Ambulatório de toxicod dependência, aconselhamento individual sobre opções de tratamento específicas da toxicod dependência

Registo para as horas de consulta abertas:

Pfalzlinikum - Clínica de Psiquiatria, Psicossomática e Psicoterapia

 [Albert-Schweitzer-Straße 64, 67655 Kaiserslautern](#)

 [063153492227](tel:063153492227)

 www.pfalzlinikum.de

Terça-feira e quinta-feira: 8:30 - 9:00

Saúde sexual

A saúde sexual é importante. Não deve ser um tabu. Mesmo que seja um tema muito privado. E pode parecer desconfortável falar sobre isso ou fazer perguntas.

A AIDS-Hilfe Kaiserslautern ajuda as pessoas que têm dúvidas sobre o VIH/SIDA. O VIH é um vírus que pode ser contraído através de relações sexuais sem proteção. A organização explica como se pode proteger e oferece ajuda se alguém estiver preocupado.

AIDS-Hilfe Kaiserslautern e.V.

 Pariser Straße 23 / Entrada Bleichstraße, 67655 Kaiserslautern

 [0 6311809 9](tel:063118099)

 <https://www.aidshilfe-rlp.de/kaiserslautern/>

O **Departamento de Saúde de Kaiserslautern** também oferece horas de consulta e apoio.

O centro de aconselhamento sobre doenças sexualmente transmissíveis (DST) e SIDA (VIH) dispõe de um horário de consulta. Podem ser efectuados testes de SIDA. Pode obter ajuda e informações neste local.

 [0 6317105 538](tel:06317105538)

 <https://www.kaiserslautern-kreis.de/verwaltung/ge...>

Consultas da Casa da Diaconia

No centro da Diakonie Kaiserslautern existem vários serviços de aconselhamento para ajudar as pessoas:

- Aconselhamento social e de vida com aconselhamento de gravidez - As pessoas que têm problemas na vida, por exemplo com dinheiro ou dificuldades pessoais, recebem ajuda aqui. As mulheres grávidas e os seus parceiros também recebem aconselhamento em caso de dúvidas.

- Aconselhamento para devedores e insolventes - Se alguém já não sabe como lidar com o seu dinheiro, pode obter ajuda aqui. As pessoas que têm problemas de dinheiro e se sentem mal com isso recebem apoio.
- Centro de toxicodependência - Este centro ajuda as pessoas que são viciadas, por exemplo, em álcool, drogas ou jogo. Se alguém tiver problemas com o jogo ou com a Internet, pode encontrar apoio aqui.
- Aconselhamento parental e familiar, aconselhamento matrimonial, de casais e de vida - As famílias com filhos menores de 18 anos podem obter ajuda aqui. Se houver questões ou problemas na vida familiar, ser-vos-á dada ajuda para encontrar soluções.
- Centro de Intervenção contra a Violência nas Relações Sociais Próximas e Perseguição (IST) - Este centro ajuda as mulheres que se encontram numa relação difícil ou que estão a ser perseguidas por alguém. Recebem aconselhamento e apoio para se poderem proteger.

Casa do bem-estar social

 Diakonisches Werk Pfalz, Pirmasenser Straße 82, 67655 Kaiserslautern

 0 6317220 9

 @hdd.kl@diakonie-pfalz.de

 <https://www.diakonie-pfalz.de/diakonie-pfalz/haeu...>

Conselhos do Centro Caritas

O Centro Caritas de Kaiserslautern oferece vários serviços de aconselhamento:

- Aconselhamento em matéria de toxicodependência (álcool, drogas, tabaco, etc.) - apoio a pessoas com problemas de toxicodependência. Também para os seus familiares.
- Aconselhamento para mulheres grávidas - ajuda e informação sobre a gravidez e o parto. Também para preocupações financeiras.
- Aconselhamento e apoio em cuidados paliativos - apoio a pessoas gravemente doentes e moribundas. Também para os seus familiares.
- Aconselhamento parental, matrimonial e para a vida - Tem dúvidas sobre a educação dos seus filhos ou está preocupado com eles? Tem problemas na sua relação? Tem sentimentos como a ansiedade ou o luto? Aqui podemos ajudá-lo.
- Aconselhamento em matéria de migração e integração - Aconselhamento e apoio aos imigrantes em todas as questões e problemas relacionados com o seu processo de migração.
- Aconselhamento em matéria de dívidas e insolvência - ajuda para pessoas com dívidas que dificultam a vida e para as quais não parece possível encontrar uma saída.

- Aconselhamento social geral - Precisa de ajuda? Gostaria de receber apoio numa crise? Está à procura de uma saída para a sua situação? Então pode obter ajuda aqui.

Centro Caritas de Kaiserslautern

📍 Casa Edith Stein, Engelsgasse 1 , 67657 Kaiserslautern

☎ Telefone: [0631361200](tel:0631361200)

@ caritas-zentrum.kaiserslautern@caritas-speyer.de

🌐 <https://www.caritas-speyer.de/caritas-zentren/kai...>

Crianças, jovens e família

Informação básica sobre crianças, jovens e família

As crianças, os jovens e as famílias estão sob protecção especial na Alemanha. Esta protecção começa durante a gravidez e dura até que a criança tenha 18 anos de idade (de idade). Na Alemanha, por exemplo, é proibido bater em crianças. A criação de crianças na Alemanha deve ser feita sem o uso da violência. Todas as crianças devem ir à escola. Além disso, existem autoridades que asseguram que uma criança não seja prejudicada pelo seu ambiente (incluindo a família).

A família é também legalmente protegida na Alemanha. Não importa se a família é constituída por uma mãe e um pai e os seus filhos, ou se há duas mães ou dois pais, ou se os filhos são adoptados. Os pais solteiros com os seus filhos são também uma família.

Planeamento familiar e contraceção

Planeamento familiar

Na Alemanha, é normal que muitas pessoas pensem em como podem evitar uma gravidez indesejada. As pessoas têm a possibilidade de decidir por si próprias se e quando querem ter um filho. Existem muitas formas diferentes de se proteger de uma gravidez.

Na Alemanha, a maioria dos contraceptivos tem de ser paga pelas próprias pessoas. Os jovens com menos de 20 anos não são obrigados a pagar todos os métodos contraceptivos.

Os seguros de saúde obrigatórios cobrem os custos das consultas médicas e dos exames de controlo para verificar se tudo está a correr bem. Se tiver dúvidas, pode contactar um médico ou um centro de aconselhamento sobre gravidez:

pro familia Kaiserslautern

📍 [Maxstraße 7, 67659 Kaiserslautern](#)

☎ [063163619](tel:063163619)

- Aconselhamento na gravidez

- Aconselhamento sobre conflitos na gravidez
- Aconselhamento sexual
- Aconselhamento sobre planeamento familiar
- Aconselhamento sobre contraceção

Casa da Diaconia Kaiserslautern Serviço Comunitário Evangélico

Aconselhamento social e sobre gravidez

 [Schumannstraße 7-9, 67655 Kaiserslautern](#)

 0 [6313625](tel:6313625) 0914

 [@egdkl@evkirchepfalz.de](mailto:egdkl@evkirchepfalz.de)

Centro Caritas de Kaiserslautern

Aconselhamento social e sobre a gravidez

Casa Edith Stein

 [Engelsgasse 1, 67657 Kaiserslautern](#)

3.º andar: Aconselhamento na gravidez

 0 [6313612](tel:6313612) 0222

Pode decidir por si própria se e quantos filhos quer ter. Ninguém a pode obrigar a ter filhos. Também pode dizer que tem direito ao planeamento familiar.

Contraceção

Existem vários métodos para evitar a gravidez ou para se proteger de infecções sexualmente transmissíveis (IST) . Alguns métodos ajudam a prevenir a gravidez, como a pílula, o preservativo ou o DIU. Outros métodos, como o preservativo, também protegem contra as IST. Pode encontrar mais informações aqui:

 [ww.zanz](http://ww.zanz.u.de) u.de

Se quiser saber mais sobre como se pode proteger, existe muita informação disponível, por exemplo, junto de médicos, centros de aconselhamento ou em sítios Web especiais que tratam do tema da saúde e da contraceção. É importante estar bem informada para poder escolher o melhor método para si!

[Curmanji](#), [Dari](#), [Croata](#), [Árabe](#), [Búlgaro](#), [Turco](#), [Polaco](#), [Romeno](#), [Francês](#), [Inglês](#), [Russo](#), [Espanhol](#)

Gravidez e nascimento

Gravidez e nascimento

As mulheres grávidas estão sob protecção especial na Alemanha. Pode procurar aconselhamento. Será atendido por um médico. E o Estado apoia-o com novas compras para a criança. Se estiver grávida, deve primeiro dirigir-se ao ginecologista. Fazer aí os exames médicos preventivos. Receberá então um passaporte de maternidade. O passaporte de maternidade é um documento com informações importantes sobre a sua gravidez. Há também aí informação sobre a sua saúde. E o do seu filho. Leve sempre consigo o seu passaporte de maternidade em caso de emergência.

Gravidez indesejada

Se estiver grávida e não quiser ter o bebé, sob certas condições pode interromper a gravidez sem penalização com um aborto. Antes de interromper uma gravidez, deve ter uma entrevista de aconselhamento. Marcar uma consulta para aconselhamento por telefone num centro de aconselhamento reconhecido pelo Estado para questões de gravidez. Os conselheiros falarão consigo sobre as diferentes opções e responderão a quaisquer questões legais e médicas. No entanto, a decisão de interromper ou não a sua gravidez é exclusivamente sua.

Centros de aconselhamento sobre gravidez, parto e outros serviços de ajuda e apoio:

pro familia Kaiserslautern

 [Maxstraße 7, 67659 Kaiserslautern](#)

 [063163619](tel:063163619)

Casa da Diakonie Kaiserslautern

Serviço Comunitário Evangélico

 [Stiftsstraße 2, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0631362509-10](tel:0631362509-10)

Centro da Cáritas Kaiserslautern

Edith Stein House

 [Engelsgasse 1, 67657 Kaiserslautern](#)

3. Piso superior: Aconselhamento em grávidas

 [063136120222](tel:063136120222)

Ajuda antecipada

Aldeia infantil SOS Kaiserslautern

 [Rudolf-Breitscheid-Straße 52, 67655 Kaiserslautern](#)

 [063131057520](tel:063131057520)

 beate.mundt@sos-kinderdorf.de

 [Sítio Web](#)

Parteira

As parteiras apoiam as mulheres e as suas famílias desde o início da gravidez até ao fim do aleitamento materno. As parteiras dão conselhos durante a gravidez. Podem ajudar com o nascimento. Introduzir o aleitamento materno após o nascimento. Prestam também atenção à recuperação física e psicológica da mulher. Cada mulher pode procurar a ajuda de uma parteira. A maioria dos serviços é paga pelo seguro de saúde.

 [Associação de Parteiras do Website](#)

Entrega e cuidados posteriores

O seu ginecologista irá encaminhá-lo para uma maternidade. Pedir ali uma parteira ou enfermeira de maternidade para cuidados pós-parto após o parto. Receberá uma certidão de nascimento da clínica.

Se a clínica não fornecer uma parteira, contactar:

Departamento da Juventude e Desporto

☎ [0631/365-1510](tel:06313651510)

@ jugend@kaiserslautern.de

SOS Serviços Infantis e Juvenis Kaiserslautern

Ajuda antecipada

Beate Mundt

📍 [Rudolf-Breitscheid-Straße 52, 67655 Kaiserslautern](#)

☎ [063131057520](tel:063131057520)

@ beate.mundt@sos-kinderdorf.de

Equipamento inicial

Com o seu passaporte de maternidade, pode requerer ao [Serviço de Acção Social](#) ou ao [Centro de Emprego](#), antes do nascimento, um subsídio para a compra de equipamento para o bebé e a gravidez.

Notificação ao serviço de registo

As crianças recém-nascidas devem ser registadas no cartório [de registo civil](#). Vai ficar em alojamento? Então o nascimento deve ser comunicado à liderança. A maternidade assume a notificação do nascimento no cartório de registo civil. Aí receberá a certidão de nascimento (provisória) do seu filho. Traga o seu cartão de identificação para isto. Também precisará da certidão de nascimento da clínica. É casado? Traga também a sua certidão de casamento.

💡 Por favor, apresentar apenas documentos originais. No caso de documentos em língua estrangeira, é necessária uma tradução alemã oficialmente certificada.

👥 Vive num alojamento partilhado? Entregue uma cópia da certidão de nascimento ao seu gerente de alojamento. O seu filho será então registado.

💡 Por favor mantenha a sua certidão de nascimento em segurança! É um documento importante!

Pediatras

Existem dez exames de detecção precoce (U1-U9 e J1). Até 6. Isto significa que a criança será examinada regularmente a partir dos seis anos de idade. O pediatra acompanha o desenvolvimento do seu filho. Os exames U1 (exame após o nascimento) e U2 ainda se realizam normalmente na clínica. Para exames adicionais, deve marcar uma consulta com o seu pediatra. Todas as crianças têm direito a check-ups médicos preventivos. São cobertos pelas agências de financiamento. Receberá um folheto de rastreio amarelo. Por favor mantenha este livreto em segurança!

💡 A prova de exames de rastreio completos pode ser solicitada aquando da [inscrição para um centro de dia](#).

Puericultura

Kita

Kita é um termo para creche para crianças. O seu filho pode frequentar um centro de dia. O seu filho deve ter pelo menos um ano de idade. O seu filho pode ficar connosco até à idade de 12 anos. O primeiro dia de vida de uma criança numa creche. Aí, o seu filho será cuidado por educadores. Aprende muitas coisas importantes. Algumas instalações também aceitam crianças com menos de um ano de idade.

Em muitos casos, as taxas para o infantário ou creche são pagas pela cidade ou distrito. Para o fazer, deve apresentar uma candidatura ao [Gabinete do Bem-Estar dos Jovens](#).

Creches, infantários e cuidados pós-escolares são diferentes tipos de creches para diferentes grupos etários.

💡 No centro de dia, o seu filho pode aprender a língua alemã e descobrir coisas novas. Aí também fazem contacto com outras crianças e conhecem os amigos e a cultura alemã. Tire partido desta oportunidade, é importante para o futuro do seu filho. A frequência de um centro de dia também ajuda a uma boa preparação escolar.

💡 Infelizmente, nem sempre há lugares suficientes na vizinhança imediata do seu apartamento ou alojamento. Para encontrar um lugar, pergunte ao gabinete do bem-estar dos jovens ou ao seu serviço de alojamento.

Berço

A creche é uma instalação para crianças de 1 a 3 anos de idade. Na creche, as crianças são apoiadas no seu desenvolvimento por pessoal especialmente treinado em pequenos grupos. A atenção e o cuidado por parte dos prestadores de cuidados são aqui especialmente importantes.

Jardim de Infância

O infantário é uma instalação para crianças a partir dos 3 anos de idade até ao início da escola. No infantário, as crianças podem brincar, pintar, fazer artesanato e aprender com outras crianças. No último ano do jardim de infância, as crianças têm também aulas pré-escolares regulares que as preparam para a sua entrada na escola. Existem infantários privados e públicos. Para crianças com menos de dois anos de idade, a Cidade de Kaiserslautern cobra taxas parentais relacionadas com os rendimentos pelos cuidados prestados aos seus filhos. A tabela para determinar as contribuições dos pais pode ser encontrada na [página da Cidade de Kaiserslautern](#) (introduzir "Satzung Kindertagesstätten" na pesquisa ali). Além disso, as creches cobram uma taxa de refeição para todas as crianças que participam no almoço, que varia dependendo do tipo de restauração e do patrocínio da creche. Alguns centros de dia adquirem eles próprios materiais de mudança de fraldas e cobram aos pais uma chamada taxa de fraldas. Para crianças a partir dos dois anos de idade, não é cobrada qualquer contribuição parental para cuidados em centros de dia; o dinheiro do almoço continua a ser cobrado.

O registo de uma criança num Kita tem lugar através do portal [Kita-Portal](#). Informações e uma FAQ sobre este tópico podem ser encontradas [aqui](#).

crianças em idade escolar (primária) até aos 12 anos de idade

Estão também disponíveis opções de cuidados pós-escolares para crianças em idade escolar dos 6 aos 12 anos. Há muitos modelos diferentes de cuidados, tais como cuidados pós-escolares, cuidados à hora do almoço ou o dia inteiro de escola. Em todos os modelos, as crianças são apoiadas a completar os seus trabalhos de casa. Além disso, as actividades de lazer não são

negligenciadas. Pode descobrir que modelo de acolhimento de crianças está disponível para as crianças das escolas (primárias) da sua cidade a partir da sua escola primária ou através do Gabinete do Bem-Estar Juvenil.

Todas as escolas primárias da cidade de Kaiserslautern e informação básica podem ser encontradas [aqui](#).

Creche para crianças

Brincar e aprender com outras crianças num pequeno grupo. Seguro e regularmente cuidado por uma criança bem qualificada. Esta é uma creche para crianças. As crianças sentem-se em casa aqui.

Os cuidados infantis prestados por uma ama chama-se creche.

A diferença é principalmente o tamanho do grupo: uma ama de crianças cuida de até 5 crianças - no jardim-de-infância os grupos são maiores. Quase todas as crianças com mais de três anos vão para uma creche. Os mais novos são tratados numa creche ou por uma ama de crianças. Para crianças pequenas, é bom que poucas crianças sejam cuidadas em conjunto.

As crianças que se qualificaram para cuidar de crianças frequentaram cursos. Têm uma licença do gabinete responsável pelas crianças (Gabinete do Bem-Estar dos Jovens) e são regularmente verificados e controlados. As instalações estão também a ser examinadas.

Os amantes da criança gostam de acompanhar as crianças no seu desenvolvimento e de lhes dar estímulos importantes. As crianças mais velhas tomam muitas vezes conta delas depois da escola. Para a criança, a ama fornece fiabilidade e segurança. Cada ama cuida de um máximo de 5 crianças no seu pequeno grupo e presta atenção aos desejos de todas as crianças e dos seus pais.

As minas de crianças são organizadas pelo Departamento de Juventude e Desporto. Tem de se registar lá se estiver à procura de uma ama:

Departamento da Juventude e Desporto

Sra. Carocha

8. OG / 813

 [Willy-Brandt-Platz 1, 67657 Kaiserslautern](#)

 [0631365-2625](tel:0631365-2625)

 [Aqui](#) pode encontrar mais informações sobre o tema.

Quanto custa o cuidado?

Quanto dinheiro é que os pais têm de pagar pelos cuidados infantis pode variar de região para região. Depende de quanto rendimento têm. Se os pais têm pouco dinheiro, não precisam de pagar muito. Em Rhineland-Palatinate, os cuidados numa creche são gratuitos se a criança tiver 2 anos de idade ou mais.

Pergunte ao **Departamento de Juventude e Desporto** sobre isto. Pode saber mais [aqui](#)!

Escola para crianças dos 6 aos 18 anos

Informação básica sobre a escola

Na Alemanha, a frequência escolar é obrigatória por lei. A duração da escolaridade obrigatória é de doze anos. A criança tem de ir para a escola a tempo inteiro durante nove anos. Três anos depois, também só pode ir à escola em part-time. O seu filho quer frequentar uma escola a tempo inteiro a toda a hora? Depois pode fazer isso durante 12 anos.

💡 Após 9 anos, o seu filho não faz nenhuma [formação profissional](#)? E não frequenta nenhuma outra escola? Depois, o seu filho tem de ir para uma escola a tempo inteiro durante mais um ano. A educação obrigatória termina quando a criança atinge a idade de 18 anos. Idade. A menos que haja uma relação de aprendizagem.

O seu filho deve frequentar regularmente a escola. O seu trabalho é cuidar disso. A frequência de escolas estatais e municipais não custa nada.

Existem diferentes tipos de escolas na Alemanha. Em que escola vai o seu filho depende, entre outras coisas, da sua idade, mas também do seu desempenho escolar.

💡 Os pais recebem frequentemente informação escrita da escola que os seus filhos trazem para casa. É importante que leia esta informação.

[Nach Region einfügen: Schularten, Schulanmeldung, spezielle Programme für geflüchtete Kinder, Unterstützung für Schulmaterial, Fahrtkostenerstattung, Krankmeldung etc.]

Sistema escolar

Escola primária:

A frequência da escola primária dura geralmente 4 anos. As crianças com 6 anos de idade até 30 de Setembro do próximo ano lectivo serão obrigadas a frequentar a escola primária. O seu filho será atribuído a uma escola primária. Depois de frequentarem a escola primária, os alunos transferem-se para uma das seguintes escolas, dependendo do seu nível de aproveitamento:

Escolas secundárias:

A partir da 5ª classe Na segunda classe, as crianças frequentam uma escola secundária. Kaiserslautern tem os seguintes tipos de escolas secundárias:

Realschule Plus:

Até ao dia 10 Classe. Na Realschule, o Berufsreife (após o 9º ano) pode ser obtido. O Realschulabschluss (Mittlere Reife após o 10º ano) ou o Realschulabschluss (Mittlere Reife após o 10º ano). Classe) pode ser adquirido.

Escola gramatical:

Até 12. Classe 13 (Fachabitur, habilita o titular a estudar nas universidades de ciências aplicadas) ou 13 (Fachabitur, habilita o titular a estudar nas universidades de ciências aplicadas). Classe (habilita o titular a estudar em todos colégios e universidades)

Escolas especiais:

Numa escola especial, há menos crianças numa turma. Há mais professores. Isto permite que os professores cuidem melhor de cada criança. Isto dá ao seu filho uma melhor oportunidade de ter uma educação mais tarde.

Escolas vocacionais:

Escola vocacional (BBS) refere-se a tipos de escolas que terminam com uma qualificação vocacional ou vocacionalmente orientada: Escolas vocacionais de dupla formação profissional ("aprendizagem"), master classes, colégios vocacionais, academias, escolas vocacionais, mas também formas de ensino conducentes ao Abitur, por exemplo, escolas secundárias especializadas ou escolas secundárias profissionais de diferentes especializações (por exemplo: WG = Wirtschaftsgymnasium, TG = Technisches Gymnasium). Assim, a clássica "escola vocacional", onde os aprendizes vão, é apenas uma parte do sistema de escola vocacional.

Informação útil sobre:

Escola primária: [aqui](#) pode encontrar a brochura sobre o sistema escolar em linguagem simples

Escola Secundária: Em Kaiserslautern, existe também uma brochura informativa que oferece ajuda e informação a todos os pais quando escolhem uma escola [depois da escola primária](#). Todas as escolas secundárias se apresentam aqui e fornecem informações sobre as suas ofertas específicas. Pode aceder à brochura de informação através desta [ligação](#).

 Se for novo em Kaiserslautern, deverá registar o seu filho directamente numa escola apropriada.

Não tem a certeza de qual é a escola certa para o seu filho? Depois marcar uma reunião com o Departamento Escolar.

Município de Kaiserslautern

Departamento Escolar

 [Willy-Brandt-Platz 1, Câmara Municipal](#)
[Piso 10, 67657 Kaiserslautern](#)

 [0631365-1400](tel:0631365-1400)

Horário de abertura

Mon - Thu: 7:30 - 12:30 e 13:30 - 16:00

Fr: 7:30 - 13:00

Educação obrigatória

Na Alemanha, todas as crianças devem frequentar a escola a partir dos 6 anos de idade. Antes de uma criança poder ir para a escola primária, ela é examinada no gabinete de saúde. Isto é importante para ver se a criança é suficientemente madura para a escola.

Se tiver crianças em idade escolar, por favor inscreva-as no **Departamento Escolar**.

Município de Kaiserslautern

Departamento Escolar

 [Willy-Brandt-Platz 1, 67657 Kaiserslautern](#)

Câmara Municipal, Piso 10

 [0631365-1400](tel:0631365-1400)

Horário de abertura

Mon - Thu: 7:30 - 12:30 e 13:30 - 16:00

Fr: 7:30 - 13:00

Importante: Não se esqueça de trazer **o seu filho!** Por favor, traga também consigo um intérprete. Traga também consigo os seguintes documentos:

- O seu bilhete de identidade ou prova de chegada
- Certificado de registo do serviço de registo dos estrangeiros
- todos os documentos relativos ao seu filho (relatórios escolares, certificados médicos, etc.)

A escolaridade obrigatória em Rhineland-Palatinate dura geralmente 12 anos. Aqueles que obtiveram o certificado de conclusão do ensino secundário I qualificado (Realschulabschluss) já não têm de ir à escola. Se terminar a escola e quiser iniciar uma aprendizagem, tem de frequentar uma escola profissional durante a sua aprendizagem. Jovens que deixam a escola sem um certificado de conclusão do ensino secundário I qualificado (Realschulabschluss) e não iniciam uma aprendizagem ou frequentam uma escola secundária (Gymnasium, integrado escola abrangente, escola profissional) vão a um ano de preparação profissional ou escola profissional I por um ano.

Notificação de doença à escola

Por favor, ligue para a escola antes das 8:00 da manhã se o seu filho estiver doente ou não puder frequentar a escola por razões importantes. Caso contrário, a escola terá de procurar o seu filho, se necessário com a polícia. Poderá então ter de pagar uma multa.

Escola durante todo o dia

A escola durante todo o dia significa que o seu filho também está na escola durante a tarde. E que quatro dias por semana. Em Kaiserslautern, o seu filho pode ser tratado durante todo o dia em [estas escolas](#).

 Se inscrever o seu filho na escola durante todo o dia, este compromisso é válido durante um ano lectivo inteiro.

Diretório escolar

Existem várias escolas em Kaiserslautern. Pode procurar tipos específicos de escolas em Kaiserslautern.  Utilize o [Bildungsserver](#) Rheinland-Pfalz.

 [Aqui](#) encontra todas as escolas em Kaiserslautern. Também pode encontrar as pessoas de contacto relevantes.

Financiamento de apoio

Pacote de educação e participação

Se tiver pouco dinheiro, é possível obter apoio financeiro para o seu filho através do "Bildungs- und Teilhabepaket" (pacote de educação e participação). Os seguintes subsídios pertencem ao "Bildungs- und Teilhabepaket":

- Crianças e jovens até à idade de 18 anos As pessoas que celebram os seus 50 anos recebem 10 euros por mês sob a forma de vouchers, por exemplo para aulas, cursos ou actividades de lazer nas áreas da cultura, arte, educação e desporto. O foco principal aqui é nas actividades de lazer.
- Para excursões e viagens de vários dias com a escola ou o centro de dia, os custos (custos de viagem, refeições, admissão) são cobertos.
- Existe um subsídio para o almoço comunitário na escola ou no centro de dia. 1 euro por refeição deve ser pago pelos pais.
- As crianças da escola recebem 100 euros por ano lectivo para material escolar, taxas de cópia e outros custos de propinas.
- As crianças em idade escolar podem receber apoio na aprendizagem (tutoria) sob certas condições. A escola confirma em que disciplinas e em que medida é necessário apoio na aprendizagem.
- Em raros casos excepcionais, os custos de viagem para o caminho para a escola podem ser apoiados financeiramente.

Requisitos

- Crianças e jovens até aos 25 anos de idade são elegíveis para se candidatarem. O programa destina-se a jovens menores de 18 anos que não podem cobrir as suas necessidades educativas e de participação a partir dos seus próprios rendimentos e bens ou dos rendimentos e bens da própria família e que, por conseguinte, têm direito a prestações ao abrigo da Segurança Básica para candidatos a emprego ou da Assistência Social, prestações ao abrigo da Lei das Prestações dos Requerentes de Asilo ou cujas famílias recebem suplemento para crianças ou subsídio de alojamento.
- Idade limite para benefícios de participação na cultura, desporto e lazer: 18 anos.

Importante: Devem sempre fazer o pedido antes de pagarem qualquer coisa eles próprios. Se já pagou alguma coisa, não vai receber o dinheiro de volta.

Gabinete de Acção Social Kaiserslautern

 [Maxstraße 17 + 19, 67659 Kaiserslautern](#)

 [0631365-1500](tel:0631365-1500)

 [@soziales@kaiserslautern.de](mailto:soziales@kaiserslautern.de)

Pode encontrar as seguintes aplicações através dos links abaixo:

 [Aplicação para apoio à aprendizagem](#)

 [Participação na vida social e cultural](#)

 [Aplicação de material escolar](#)

Empréstimo de livros de texto:

Receberá uma confirmação da escola de que o seu filho está matriculado na escola. Com a confirmação, pode solicitar ao Gabinete para as Escolas, Cultura e Desporto da administração da cidade de Kaiserslautern a isenção de materiais de aprendizagem. Informações gerais sobre empréstimo de livros de texto podem ser encontradas [aqui](#).

Importante: Faça o pedido antes de comprar material escolar. Se comprar algo antes e entregar um recibo, não receberá qualquer dinheiro.

Município de Kaiserslautern

Departamento Escolar

 [Willy-Brandt-Platz 1, 67657 Kaiserslautern](#)

 [0631365-4541](#)

 [0631365-2541](#)

Custos de viagem para a escola:

Pode dirigir-se ao Departamento Escolar para que não tenha de pagar os custos do autocarro e do eléctrico. Depois, o bilhete mensal é pago pelo seu filho. Contudo, isto só é possível se o caminho do seu filho para a escola for superior a 2 km (1ª a 4ª classe). Classe). A partir da 5ª classe O percurso até à escola deve ser superior a 3 km.

Serviço social escolar

Existem assistentes sociais escolares nas escolas de Kaiserslautern. São pessoas simpáticas que ajudam os alunos com problemas. Se alguém tiver uma zanga com os amigos, dificuldades nas aulas ou em casa, os assistentes sociais escolares podem ajudar. Eles são confidentes, o que significa que se pode contar-lhes tudo. Os pais e os professores também podem pedir conselhos aos assistentes sociais da escola. Eles certificam-se de que as crianças e os jovens estão bem e se sentem bem na escola.

Ofertas de explicações

Por vezes, uma disciplina escolar é difícil e é necessária uma ajuda extra. A isto chama-se tutoria. Trata-se de aulas especiais em que um professor explica tudo o que não está a entender muito bem. Existem muitos programas de tutoria em Kaiserslautern. Isto significa que pode ir a um local onde alguém o ajudará a aprender. É divertido porque podes fazer perguntas e compreender tudo melhor. Desta forma, podes melhorar na escola e sentir-te mais confiante. Por isso, se tiveres dificuldades, podes obter apoio - isto é normal e ajudar-te-á a ter um melhor desempenho na escola.

Pode encontrar informações sobre [apoio financeiro](#) aqui.

Apoio aos alunos

 [Pariser Straße 10, 67655 Kaiserslautern](#)

 [0631914640146](#)

Disciplinas: todas

LernstudioBarbarossa

 [Schillerplatz 7, 67655 Kaiserslautern](#)
 [06313606350](tel:06313606350)

Disciplinas abordadas: Matemática, Alemão, Inglês, Francês, Espanhol, Latim, Ciências, Biologia, Química

Academia de aprendizagem

 [Fackelstraße 3, 67655 Kaiserslautern](#)
 [06318929220](tel:06318929220)
 [@info@lern-academy.de](mailto:info@lern-academy.de)

AHA! Aulas particulares

 [Glockenstraße 66, 67655 Kaiserslautern](#)
 [0 6316250 6869](tel:063162506869)

Studienkreis - Aulas particulares

 [Fackelstraße 34, 67655 Kaiserslautern](#)
 [063175200](tel:063175200)

Disciplinas abordadas: Matemática, Alemão, Inglês, Francês, Latim, Física, Química, Biologia, Espanhol, História

1a aulas particulares

 [Mühlstraße 2, 67659 Kaiserslautern](#)
 [06314141259](tel:06314141259)

Disciplinas: Matemática, Alemão, Inglês, Francês, Latim, Física, Contabilidade

Prestações familiares

Subsídio parental

Alguns pais trabalham menos após o nascimento do seu filho. Alguns já não querem trabalhar tanto. Outros já não podem trabalhar tanto. Nesse caso, podem receber dinheiro do Estado. Os pais que vivem separadamente também podem requerer o subsídio parental. Podem requerer o subsídio parental se tiverem uma autorização de residência ou de estabelecimento na Alemanha. Pode encontrar informações mais pormenorizadas em várias línguas [aqui](#) e [aqui](#).

Abono de família

Todos os pais com uma autorização de residência ou de estabelecimento na Alemanha têm direito a abono de família. O abono de família deve ser requerido por si junto da Agência Federal de Emprego. Este organismo paga o abono de família a todas as crianças desde o nascimento até, pelo menos, aos 18 anos de idade. Pode encontrar informações mais pormenorizadas em

várias línguas [aqui](#) e [aqui](#).

Actividades de lazer para crianças e jovens

As crianças gostam de brincar. As crianças adoram aprender. As crianças gostam de fazer desporto. Há muitos lugares para crianças em Kaiserslautern. Aqui as crianças podem passar tempo com as suas famílias. Também pode encontrar amigos aqui.

Há também muitas ofertas para os jovens. Aqui podem passar tempo juntos com os amigos.

Para a oferta de desporto para crianças e jovens clique [aqui](#).

A cidade de Kaiserslautern tem numerosas ofertas. Que tal uma visita ao Estádio Fritz Walter, à sala de pedregulho ou um dia na Sala de Fuga? Siga esta [ligação](#) para mais informações.

Centros de juventude

As crianças e os jovens dos 8 aos 25 anos podem visitar os centros para crianças e jovens nos seus tempos livres. Há reuniões abertas, grupos e projectos, aconselhamento e, por vezes, ajuda nos trabalhos escolares, ajuda no início de uma carreira. É também um bom local para se encontrar ou conhecer jovens, jogar bilhar e matraquilhos ou conversar na Internet.

Importante: os centros para crianças e jovens não são adequados para crianças com idades compreendidas entre os 3 e os 7 anos, uma vez que o programa não é adequado à idade e a supervisão não é garantida.

Centros para crianças e jovens em Kaiserslautern

-  [Oficina criativa \(para crianças até aos 15 anos\)](#)
-  [Aconselhamento de jovens no centro de juventude \(15-25 anos\)](#)
-  [A Beta Place-HOT \(casa da porta aberta\)](#)
-  [Local de encontro aberto no centro paroquial da juventude da cidade](#)
-  Centro de juventude e de programas (JUZ)
-  [Centro de juventude inclusivo "Puzzles" \(11-18 anos, com e sem deficiência\)](#)
-  [Centro de juventude "Triangel" \(CVJM Kaiserslautern\)](#)

Motivos recreativos

Há muitos [campos de futebol](#) públicos e [parques infantis](#) em toda a cidade . Aqui os seus filhos podem brincar lá fora na areia , deslizar ou balançar. Há também a oportunidade de as crianças e os jovens jogarem futebol. Os parques infantis estão abertos a todos e são gratuitos.

Na seguinte [ligação](#) encontrará todos os campos de basquetebol em Kaiserslautern e arredores.

Parques infantis

Parque infantil florestal em Vogelwoog

Parque infantil com escorrega, balanço, balanço e muito mais. Muito boa localização mesmo sobre o lago e com um café ao lado. Um parque de estacionamento está localizado em Vogelwoogstraße. A partir daí é apenas a alguns minutos a pé.  [Vogelwoog](#)

Parque infantil florestal em Bremerhof

Parque infantil com escorregador (não adequado para os muito jovens), viga de equilíbrio e mesa giratória. Um parque de estacionamento está localizado directamente no Bremerhof. A partir daí é uma caminhada de cerca de 5-10 minutos.

 [Bremerhof](#)

Parque infantil no Volkspark

No Volkspark encontrará balanços, equipamento de escalada, um areal, um escorrega, um balanço, um parque aquático e muitas áreas relvadas para jogar futebol - adequado para crianças de todas as idades. O pequeno Friedrich gosta particularmente dos patos no tanque do cisne.

 [Parque do Povo](#)

Parque infantil no parque da cidade

O parque da cidade oferece equipamento de escalada, balanços, instalações para jogos de areia, um campo de futebol e muito mais para crianças pequenas e grandes.

 [Parque da Cidade](#)

Parque infantil no espectáculo do jardim (taxa requerida)

O espectáculo de jardim é um paraíso para crianças de todas as idades. Aqui encontrará um campo de futebol, parque de skate, golfe de aventura, escorregas, equipamento de escalada, balanços, instalações para jogos de areia, parque infantil aquático, dinossauros em tamanho real, uma exposição de Lego e muito mais. Comida e bebida estão disponíveis no parque ou no Brauhaus an der Gartenschau directamente na entrada principal. Há vagas de estacionamento suficientes disponíveis. Aberto de Abril a Outubro.

 [Exposição de jardim](#)

Programa de férias

Época de férias e ainda nada planeado?! Com o [programa de férias de Verão](#) para crianças entre os 6 e os 12 anos de idade, não há qualquer hipótese de tédio durante as férias de Verão. O programa de férias oferece várias actividades em terra e água: Escalada, aprender magia, fazer jóias, provar a pesca, desportos de hóquei, jogos, diversão e excitação garantidos.

Não pode pagar o programa de férias? Pode obter apoio financeiro através do [pacote de educação e participação](#). Leia [aqui](#) para mais informações.

Participe e dê a sua opinião!

Se desejar, pode ter uma palavra a dizer e participar nas decisões. Isto significa que pode expressar a sua opinião e também ajudar nas coisas que o afectam. Por exemplo, podes dizer à tua escola do que gostas e do que não gostas. Talvez gostasse de ajudar numa festa ou participar num projeto. Isto é ótimo porque mostra o que pensas e o que é importante para ti. É importante que as crianças e os jovens possam exprimir as suas opiniões. Desta forma, todos podem trabalhar em conjunto para garantir que as coisas são boas e justas na escola e na cidade. Por isso, se quiseres participar e dar a tua opinião, podes fazê-lo facilmente. A tua opinião conta.

Conselho Municipal da Juventude de Kaiserslautern

Rede de todas as organizações de juventude de Kaiserslautern

Presidente: Jürgen Jäger (GpD)

Stadtjugendring Kaiserslautern e.V., c/o Gemeindepädagogischer Dienst (GpD)

 Rittersberg 5, 67657 Kaiserslautern

 [063112924](tel:063112924)

 info@sjr-kl.de

 [Sítio Web](#)

Milha da Cultura Juvenil Kaiserslautern

Rede Crianças Cultura Juvenil

Endereço: Escola de Arte Juvenil de Kaiserslautern, c/o Centro de Educação de Adultos de Kaiserslautern e.V.

 [Kanalstr. 3, 67655 Kaiserslautern](#)

 [06313625800](tel:06313625800)

 [Sítio Web](#)

[Representação da juventude Kaiserslautern](#)

Refugiados menores desacompanhados

Um refugiado tem menos de 18 anos de idade? Ela entrou na Alemanha completamente desacompanhada? Depois é considerada um estrangeiro menor não acompanhado = uma. Estes jovens são informados ao gabinete do bem-estar dos jovens. O gabinete do bem-estar dos jovens fala com os jovens. O Gabinete do Bem-Estar dos Jovens estabelece a sua idade.

- A pessoa tem menos de 18 anos de idade. Então a pessoa é menor de idade. O gabinete do bem-estar dos jovens toma conta desta pessoa. O gabinete do bem-estar dos jovens leva a pessoa a um abrigo para os jovens.
- A pessoa tem mais de 18 anos de idade. Então a pessoa é maior de idade. Ela recebe um aviso de rejeição. Em alternativa, ela é tratada como adulta.

 O gabinete do bem-estar dos jovens trará um intérprete para a entrevista.

 Ainda não tem 18 anos de idade na sua prova de chegada? O gabinete do bem-estar dos jovens dá-lhe um aviso de rejeição? Em seguida, o Gabinete de Acção Social Juvenil deve introduzir uma nova data de nascimento no aviso. Só então poderá ter os seus documentos alterados no Serviço de Registo de Estrangeiros e no Serviço de Acção Social.

Alguns menores (pessoas com menos de 18 anos de idade) viajam **com familiares**. Este pode ser um tio ou uma tia. Podem ser primos ou irmãos mais velhos. O seu serviço de alojamento reportará este facto ao Gabinete do Bem-Estar dos Jovens após a sua chegada. O gabinete do

bem-estar dos jovens fala com os menores e os parentes adultos. O gabinete do bem-estar dos jovens verifica se o menor pode lá permanecer. Além disso, o Gabinete do Bem-Estar dos Jovens decide se é nomeado um tutor. O próprio gabinete do bem-estar dos jovens traz um intérprete para a entrevista.

💡 Os parentes adultos também podem pedir a tutela eles próprios no tribunal de família. Com a tutela, o parente é dado total responsabilidade pelo menor no lugar dos pais.

Jurídico e direitos

Direitos fundamentais

A Lei Básica

Em todos os países existem regras que todas as pessoas devem cumprir. A lei mais importante para a Alemanha é a Lei Básica. É uma coleção de 146 artigos. Cada artigo representa uma lei, ou seja, uma regra. Estas regras determinam a forma como as pessoas vivem juntas na Alemanha. Os direitos fundamentais protegem a liberdade de cada indivíduo. Estão estabelecidos nos artigos 1 a 19 da Lei Básica (catálogo dos direitos fundamentais).

🌐 Aqui pode encontrar a Lei Básica em 11 línguas: [Árabe](#), [chinês](#), [inglês](#), [francês](#), [italiano](#), [persa](#), [polaco](#), [russo](#), [sérvio](#), [espanhol](#), [turco](#) e [alemão](#).

🎥 O funcionamento do Estado constitucional alemão é ilustrado de forma vívida neste filme: [Alemão, Dari, Árabe, Inglês, Francês, Pashto, Urdu](#).

As decisões políticas são tomadas por representantes do povo. Os representantes do povo são eleitos pelos Alemães em eleições livres.

As leis aplicam-se igualmente a todas as pessoas na Alemanha. O Estado deve cumprir a lei. Todas as pessoas que vivem na Alemanha devem também cumprir as leis alemãs.

Isto significa, por exemplo:

- Se as pessoas pensarem que outras pessoas ou a administração pública as estão a fazer mal, podem recorrer a um tribunal. Estes tribunais são independentes. Isto significa: O governo não pode ditar aos tribunais a forma como estes devem decidir.
- Os tribunais estaduais decidem se alguém é punido. As sanções incluem multas, serviço comunitário ou prisão. Não há pena de morte na Alemanha.
- A polícia tem a tarefa de assegurar que todas as pessoas possam viver em liberdade e segurança.
- A prática da religião não deve violar as leis. As leis estão sempre acima da religião.

Isso não é permitido na Alemanha:

- Para incitar ao ódio ou à violência.
- Para combater o sistema democrático e os seus valores.

Estes delitos podem levar a uma pena de prisão.

Após cumprirem a sua pena, os cidadãos não alemães podem perder o seu direito de

permanecer sob certas condições e ser deportados.

Declaração Universal dos Direitos do Homem

Os direitos humanos são direitos importantes que se aplicam sempre e a todas as pessoas em todo o mundo. Os direitos humanos são direitos que todo o ser humano tem em virtude de ser humano. Protegem a dignidade de cada ser humano. Todas as pessoas têm o mesmo direito a eles. Não é feita qualquer distinção entre as pessoas.

Existem 30 direitos. As mais importantes são:

- Todas as pessoas têm o mesmo valor.
- Cada pessoa pode ter a sua própria opinião.
- Todas as pessoas têm direito à paz e à segurança.

Asilo e refugiados

Estatuto de residência

Todas as pessoas na Alemanha têm um bilhete de identidade. Este cartão de identificação ajuda a identificar as pessoas. Como requerente de asilo, também precisa de um bilhete de identidade. Isto permite que as autoridades reconheçam o seu estatuto. O seu estatuto determina se está ou não autorizado a trabalhar.

Existem 5 documentos diferentes:

1. Comprovativo de chegada

Estado: Requerentes de Asilo

Antecedentes: Disse às autoridades que precisava de asilo. As autoridades registaram-no no sistema. Mas ainda não apresentaram o pedido de asilo. Este passe é válido até que faça o pedido. Apresenta o pedido ao Departamento Federal de Migração e Refugiados (BAMF).



2. Autorização de residência

Estado: Requerentes de Asilo

Antecedentes: Pediu asilo. Um grupo de pessoas irá decidir sobre a sua candidatura. Isto leva frequentemente muito tempo. Este passe é válido até que a decisão seja tomada. O Departamento Federal de Migração e Refugiados (BAMF) decide sobre o pedido de asilo. O seu pedido foi rejeitado por ser infundado? Depois pode apresentar uma queixa contra a mesma. Fá-lo no tribunal administrativo. São autorizados a permanecer na Alemanha até que

o tribunal administrativo se tenha pronunciado.

Este cartão diz se está autorizado a trabalhar. O cartão de identificação diz-lhe onde pode viver.

- Gostaria de trabalhar? Precisa de uma licença para isto? Pode obter isto junto do [Serviço de Registo de Estrangeiros](#). O seu empregador ou você, como empregado, pode candidatar-se a isto.
- Gostaria de ser colocado no trabalho? Ir para a [agência de emprego](#)
- Precisa de ajuda financeira? Ir para o [gabinete da acção social](#)



3. Certificado de fictícia

Estado: Refugiados reconhecidos

Antecedentes: Apresentou um pedido ao Serviço de Registo de Estrangeiros. Este pedido é para alargar o seu direito de permanência. A autoridade emite então frequentemente um certificado. Este certificado permite-lhe ficar. Isto é importante porque a sua candidatura ainda não foi processada.



4. Autorização de residência

Estado: Refugiados reconhecidos

Antecedentes: O seu pedido de asilo foi aceite

A autorização de residência é um título de residência temporária. É emitido para um fim específico.

- Mais tarde poderá obter um direito de residência permanente (autorização de estabelecimento)
- Tem acesso irrestrito ao mercado de trabalho
- O [centro de emprego](#) pode arranjar trabalho e benefícios sociais para si

- Receberá a data e o escritório responsável BAMF com a sua prova de chegada. Se não conseguiu uma marcação, pergunte ao seu gestor de alojamento
- Mais informações a serem observadas aquando da candidatura, mas especialmente durante a entrevista pessoal, podem ser encontradas aqui em [alemão](#), [inglês](#) e [árabe](#).

2. Marcação da primeira entrevista (pedido de asilo)

Se a data da sua entrevista não for em Trier, vá alguns dias antes da sua 1ª entrevista. Nomeação (pedido de asilo, 1. Entrevista marcada) ou a sua 2. Nomeação (audiência, 2. Entrevista de nomeação) com os seus documentos ao [Gabinete de Acção Social](#). Se tiver o seu 1. Entrevista no BAMF em Trier, por favor lembrem-se de trazer comida suficiente convosco. Pode haver tempos de espera mais longos.

Deve apresentar-se ao [Serviço de Registo de Estrangeiros](#) após a sua primeira nomeação.

3. Audiência pessoal

A segunda data da entrevista é a audiência propriamente dita. Depois disso, o BAMF decidirá sobre o seu pedido de asilo. Eles enviam-lhe um aviso. A decisão é justificada em pormenor. A audiência pessoal é importante. Encontrará, portanto, mais informações sobre este assunto em [alemão](#), [inglês](#) e [árabe](#).

a) A decisão é negativa

- Se a decisão for negativa e quiser contestá-la (ou seja, não concordar), dirija-se ao seu [serviço de aconselhamento social em matéria de asilo](#) imediatamente. Aí eles discutirão consigo o que pode fazer e poderão encaminhá-lo para advogados especializados. Por exemplo, pode apresentar uma queixa contra a decisão.
- Prefere partir voluntariamente? Depois poderá receber apoio financeiro para o seu novo arranque no seu país de origem. Pode encontrar apoio [aqui](#).

b) A decisão é positiva, ou seja, é-lhe reconhecido o direito a protecção. Os próximos passos são:

Certificado fictício ou título de residência electrónico (eAT): Recebeu a decisão positiva do BAMF. Depois deve procurar imediatamente um documento de identidade ou o seu equivalente. Pode obter isto no [Serviço de Registo de Residentes \(Ausländerbehörde\)](#).

Centro de emprego: Já não recebe o seu dinheiro do gabinete da acção social, mas tem de se candidatar ao [centro de emprego](#). **Alojamento:** Pode encontrar dicas úteis sobre como encontrar alojamento em [Housing](#).

Asilo Familiar e Protecção Internacional para Membros da Família

Foi-lhes concedido asilo na Alemanha. Um membro da sua família também precisa de asilo. Pode apresentar uma candidatura. Ao membro da sua família é concedido o estatuto de beneficiário de protecção.

Para efeitos de asilo familiar, os membros das famílias incluem:

- Cônjuges ou parceiros registados,

- menores de idade, filhos não casados,
- os pais de crianças menores de idade, não casadas,
- outras pessoas adultas que tenham a custódia de crianças menores, solteiras,
- os menores de idade, irmãos não casados de menores.

💡 Os pais devem ter a custódia dos seus filhos. Por isso, têm de ser capazes de cuidar dos seus filhos.

Quer trazer o seu cônjuge para a Alemanha? Já deve estar casado no seu país de origem. Depois o seu cônjuge também pode obter asilo. O casamento deve ser reconhecido pela Alemanha. O pedido de asilo deve ser apresentado antes ou ao mesmo tempo que o seu pedido. Deve ter direito a protecção.

Nascido na Alemanha:

Já apresentou o seu pedido de asilo? Teve um filho na Alemanha depois? Pode ser feito um pedido de asilo separado para o seu filho. Você ou o seu parceiro devem ainda estar no processo de asilo. Para tal, informar o Departamento Federal de Migração e Refugiados sobre o nascimento. A Autoridade dos Estrangeiros também pode informar o Ministério Federal. O pedido de asilo é então automaticamente considerado como tendo sido apresentado. Os pais podem apresentar os seus próprios motivos de asilo para os seus filhos. Se não o fizerem, aplicam-se as mesmas razões que para os pais. Também aqui é possível um recurso no caso de uma decisão negativa por parte do Gabinete Federal.

Do mesmo modo, e para protecção da criança, as crianças menores não são e não devem ser repatriadas separadamente dos seus pais no caso de uma decisão negativa.

Mais informações podem ser encontradas directamente no BAMF.

 [Reunião de Família do Website \(BAMF\)](#)

Aconselhamento em matéria de asilo

O serviço de aconselhamento em matéria de asilo ajuda as pessoas que procuram protecção na Alemanha. Se alguém é novo aqui ou tem autorização para ficar, pode também dirigir-se ao serviço de aconselhamento. Os conselheiros ajudam em muitas questões importantes, tais como

- Explicam como funciona o processo de asilo e respondem a perguntas sobre o mesmo
- Explicam o que dizem as leis na Alemanha
- Se tiver dúvidas sobre as autoridades, eles ajudam-no
- Indicam-lhe onde pode encontrar ajuda e serviços nas proximidades
- Apoio nos problemas quotidianos
- dão dicas sobre como se adaptar melhor na Alemanha, por exemplo, através de cursos de línguas
- Se alguém quiser trazer a sua família para a Alemanha, também o podem aconselhar
- Podem ajudar se alguém quiser mudar para outros serviços de apoio

- Aconselham se alguém quiser regressar voluntariamente ao seu país de origem ou mudar-se para outro lugar
- Estão também à disposição dos voluntários e respondem às suas perguntas sobre o processo de asilo

Centro Caritas de Kaiserslautern

 [Engelsgasse 1, 67657 Kaiserslautern](#)

 [0631361200](tel:0631361200)

Casa de Diaconia Kaiserslautern | Aconselhamento de refugiados e diaconia comunitária

 [Pirmasenser Straße 82, 67655 Kaiserslautern](#)

 [063172209](tel:063172209)

 [@AndreasPhilipp.Breier@diakonie-pfalz.de](mailto:AndreasPhilipp.Breier@diakonie-pfalz.de)

 Tem um direito de residência seguro? Então o serviço [de aconselhamento sobre migração para imigrantes adultos](#) pode ajudá-lo. Este serviço aconselha adultos com 27 anos ou mais. As famílias também podem procurar ajuda neste serviço.

 Tem menos de 27 anos? Então, o [Serviço de Migração para Jovens](#) é o sítio certo para se dirigir.

Informações sobre a guerra na Ucrânia

Aconselhamento e assistência

Centros de aconselhamento sobre migração para imigrantes adultos (com 27 anos ou mais)

Se veio para a Alemanha, ou a sua família, e tem mais de 27 anos, pode obter aconselhamento gratuito junto de várias organizações. Estas organizações podem fornecer-lhe informações sobre muitos temas importantes que o afectam na Alemanha. Por exemplo, como lidar com as autoridades, como apresentar requerimentos ou como compreender as notificações.

O serviço de aconselhamento também ajuda em temas como o direito de residência, autorizações de trabalho e apoio financeiro. Também há ajuda para o reconhecimento de qualificações estrangeiras, cursos de integração e de línguas, bem como informações sobre o sistema educativo alemão e a segurança social.

Qualquer pessoa que pretenda trazer a sua família para a Alemanha, por exemplo, filhos ou cônjuges, pode também procurar aconselhamento. Para poder beneficiar deste aconselhamento, é necessário estar autorizado a viver na Alemanha, ou seja, ter uma autorização de residência.

Contacto:

Centro Caritas de Kaiserslautern

Edith-Stein-Haus

 [Engelsgasse 1, 67657 Kaiserslautern](#)

 [063136120222](tel:063136120222)

@m igratio.n.kaiserslautern@caritas-speyer.de

Cruz Vermelha Alemã Associação do Distrito da Cidade de Kaiserslautern

Barbarossastr. 27, 67655 Kaiserslautern

 [063180093140](tel:063180093140) ou [063180093456](tel:063180093456)

@b [.steinm.ann@kv-cls.drk.de](mailto:steinm.ann@kv-cls.drk.de)

ABZ e.V.- Centro de Formação Académica e.V.

 [Rummelstr. 15, 67655 Kaiserslautern](#)

 [017613423141](tel:017613423141)

@m be@a-bz.de

 Tem entre 12 e 27 anos de idade? Então existe um serviço de aconselhamento especial para si: o [Serviço de Migração para Jovens](#).

 O serviço [de aconselhamento](#) em matéria [de asilo](#) apoia-o principalmente em alojamentos locais partilhados.

Serviços de migração de jovens

Os Serviços de Migração de Jovens (JMD) ajudam os jovens que vieram para a Alemanha. Estas pessoas têm idades compreendidas entre os 12 e os 27 anos. Ajudam-nos a instalarem-se na Alemanha o mais rapidamente possível. Apoiam-nos nos seguintes temas:

A **Federação Internacional (IB)** presta aconselhamento nas áreas de:

- Planeamento de carreira
- Reconhecimento de habilitações literárias
- Dificuldades com a língua
- Orientação escolar
- Questões de orientação geral
- Questões pessoais
- Questões financeiras e jurídicas

O aconselhamento é gratuito.

 **Serviço de Migração de Jovens (IB) Kaiserslautern** [Kohlenhofstr. 10, 67663](#)

[Kaiserslautern](#)

 [063168108](tel:063168108)

@JMD-Kaiserslautern@ib.de

Aconselhamento de regresso central

Se o Serviço Federal para a Migração e os Refugiados (BAMF) ainda não tiver decidido se pode permanecer na Alemanha e ainda quiser regressar ao seu país de origem, há ajuda disponível. Sabe como obter o seu passaporte de volta? Precisa de dinheiro para a sua viagem de regresso? O Serviço Central de Aconselhamento para o Regresso (ZRB) pode indicar-lhe

como pode regressar voluntariamente ao seu país de origem. Eles ajudá-lo-ão. Não tem de tomar uma decisão. Após o aconselhamento, pode decidir por si próprio se quer regressar ou se quer ficar na Alemanha.

"Perspektive Heimat" - www.startfinder.de

Para quem é o site www.startfinder.de?

Gostaria de regressar ao seu país de origem.

Vem do Afeganistão, Egito, Albânia, Gâmbia, Gana, Iraque, Kosovo, Marrocos, Nigéria, Paquistão, Senegal, Sérvia ou Tunísia.

Está à procura de

- aconselhamento e ajuda porque está a pensar regressar ao seu país de origem
- novas oportunidades no seu país de origem?
- Aconselhamento na sua língua materna?
- Opções de migração regular para a Alemanha?

O sítio Web www.startfinder.de pode ajudá-lo.

Que ajuda posso obter em www.startfinder.de?

Encontrará informações sobre

- Oportunidades de emprego, trabalho independente e formação no seu país de origem.
- Serviços sociais (por exemplo, aconselhamento) no seu país de origem.
- Programas de apoio na Alemanha antes de deixar o país (por exemplo, cursos de formação).

O sítio www.startfinder.de oferece-lhe um contacto direto com centros de aconselhamento no seu país de origem. Estes aconselhará-lo-ão na **sua** língua materna.

O sítio Web está disponível em várias línguas

 www.startfinder.de

Aconselhamento online

mbeon - Aconselhamento multilingue via chat

Existem muitos centros locais de aconselhamento na Alemanha. Se o centro de aconselhamento estiver fechado ou longe de casa, o aconselhamento por chat digital pode ajudar.

Com mbeon pode facilmente encontrar informação online. Também pode obter conselhos através de chat.

mbeon permite o aconselhamento via chat. Todos os conselheiros são profissionais qualificados do Serviço de Aconselhamento sobre Migração para Imigrantes Adultos (MBE). Têm a garantia de responder dentro de 48 horas. Ajudam em todas as questões e problemas

que a vida no novo ambiente traz. O aconselhamento é anónimo, os dados são seguros e gratuitos.

A aplicação também contém extensa informação sobre tópicos tais como trabalho e carreiras. Encontrará também informações sobre os temas da saúde e da aprendizagem do alemão. Alojamento, família e residência são outros tópicos. Além disso, a mbeon organiza o contacto com centros de aconselhamento sobre migração e outros pontos de contacto importantes.

A aplicação está disponível em alemão, inglês, russo e árabe. Pode receber aconselhamento em mais de 19 línguas diferentes.

O aplicativo tem muitas vantagens:

- O aplicativo é flexível. Pode ser utilizado em qualquer lugar e em qualquer altura.
- O aconselhamento é fornecido na sua língua materna.
- A aplicação é segura de dados. Os documentos podem ser enviados de forma rápida e segura.
- A candidatura e o aconselhamento são gratuitos.
- O aconselhamento é anónimo.

A aplicação gratuita pode ser descarregada a partir da Google Play Store e da AppStore.

 [mbeon na Loja Play do Google](#)

 [mbeon na AppStore](#)

Mais informações estão disponíveis no [website multilingue](#) e na [página do Facebook](#).

Direitos da mulher

Igualdade de direitos para homens e mulheres

Mulheres e homens têm os mesmos direitos. Isto reflecte-se nas leis e na vida quotidiana.

Isto significa, por exemplo:

- Raparigas e rapazes vão juntos à escola e recebem as mesmas lições. Participam juntos em aulas de desporto.
- As mulheres estão autorizadas a estudar ou a aprender uma profissão. Em princípio, todas as profissões estão abertas às mulheres.
- As mulheres assumem a responsabilidade na sociedade, por exemplo como mulheres policiais, médicas, professoras ou em escritórios e autoridades. As suas instruções devem ser seguidas.
- As mulheres decidem por si próprias se vão ou não trabalhar. Podem dispor do dinheiro que eles próprios ganham.

- As mulheres não têm de pedir autorização ao seu marido, pais ou outros membros da família se quiserem trabalhar, abrir uma conta bancária ou celebrar contratos
- As mulheres podem vestir-se como quiserem
- As mulheres decidem por si se, quando e com quem querem casar
- As mães são particularmente protegidas. Deve e pode não trabalhar durante seis semanas antes e oito semanas após o nascimento. Não podem ser despedidos por causa da sua maternidade.
- As tarefas e papéis na família não são prescritos
- As mulheres participam na vida pública. Participam em eventos culturais, políticos ou desportivos, restaurantes e bares.
- As mulheres podem votar e ser eleitas para cargos políticos
- Mulheres e homens são iguais no direito sucessório. Filhas, bem como filhos.
- O toque sexual, comentários ou pedidos só são permitidos se todos os participantes estiverem de acordo. Uma "paragem" ou "não" deve ser respeitada a todo o custo.

Isso não é permitido na Alemanha:

- Qualquer forma de violência contra as mulheres, incluindo no casamento
- Ninguém pode ser molestado sexualmente
- O estupro, mesmo dentro do casamento, é punido
- Ninguém pode ser forçado a casar. A coerção para casar pela força ou ameaça é punível.

Trabalho e salários

As mulheres na Alemanha ganham menos que os homens, em média. Por um lado, trabalham em áreas que são pagas menos. Este é o caso, por exemplo, no sector social. Mas as mulheres também ganham frequentemente menos do que os seus colegas masculinos pelo mesmo trabalho. Há anos que os políticos têm vindo a discutir várias propostas para alcançar mais equidade salarial. Até agora, no entanto, não mudou muito aqui.

Muito do trabalho das mulheres não é visto como trabalho. Eles fazem o orçamento. Eles educam as crianças. Ou cuidam de membros da família doentes ou idosos. Este trabalho não é remunerado. Mas ainda são trabalho. Isto muitas vezes não é reconhecido.

Na Alemanha, muitas pessoas ainda pensam que o homem ganha o dinheiro. E não tem, portanto, de trabalhar no lar. Mas cada vez mais mulheres estão também a trabalhar.

Gostaria de encontrar trabalho bem remunerado na Alemanha? Então a primeira coisa que deve fazer é aprender alemão. O BAMF oferece cursos especificamente para pais e mulheres. Aqui pode também obter informações sobre os cuidados infantis e o sistema escolar. Descubra onde vive a partir dos [centros de aconselhamento sobre migração](#), do [Serviço de Registo de Estrangeiros](#), da [Agência de Emprego](#), do [Centro de Emprego](#) ou directamente das escolas que oferecem cursos de integração.

MGF - mutilação genital feminina

Na Alemanha, a mutilação genital feminina (MGF) é proibida. Desde Setembro de 2013, a MGF é punida com pena de prisão. Os pais também não estão autorizados a deixar o país para que a sua filha seja circuncidada no estrangeiro. Isto também é processado ao abrigo do direito penal alemão. As raparigas e mulheres jovens podem pedir asilo se forem ameaçadas de serem circuncidadas.

Muitas raparigas morrem durante a mutilação ou devido às suas consequências. Existem muitos e perigosos efeitos secundários da mutilação:

- Incontinência,
- Dor,
- hemorragia grave,
- Complicações durante as relações sexuais e o parto,
- Infertilidade,
- Risco de infecção por VIH e hepatite,
- Envenenamento do sangue e tétano,
- Condições de choque,
- trauma psicológico,
- Depressão.

💡 A satisfação sexual também já não é normalmente possível após a MGF.

Se for afectado ou ameaçado por mutilação genital, contacte a linha de ajuda no [número 08000116016](tel:08000116016). O pessoal da linha directa de ajuda está lá para si dia e noite e em diferentes línguas.

Na Alemanha, é possível reconstruir o clítoris. Esta cirurgia reconstrutiva pode ser realizada por cirurgiões plásticos. Pedir conselho a um ginecologista. Foi fundado em Berlim um "[Centro para Vítimas de Mutilação Genital](#)". Aqui, não só as consequências físicas mas também as psicológicas são tratadas de forma gratuita e anónima. Não precisa de seguro de saúde para isso.

Aborto

Na Alemanha, tem o direito de interromper a sua gravidez sob certas condições. Um aborto só pode ser realizado nas primeiras doze semanas de gravidez, após uma sessão de aconselhamento sobre conflitos de gravidez e na companhia de um médico. Após as primeiras doze semanas, a rescisão só é possível em casos excepcionais.

Se alguém quiser obrigá-lo a fazer um aborto ou se tiver perguntas sobre um possível aborto, contacte a linha directa de ajuda Schwangere em Não: 08004040020.

Na página de [planeamento familiar e contracepção](#) encontrará também centros de aconselhamento para aconselhamento sobre conflitos de gravidez.

Se ficou grávida em resultado de violação, pode fazer um aborto até doze semanas após a sua concepção. Neste caso, não é necessário visitar um centro de aconselhamento. No entanto, pode obter aconselhamento gratuito num centro de aconselhamento perto de si. Se a sua saúde física ou mental estiver ameaçada pela gravidez, pode ainda fazer um aborto numa fase posterior. O perigo deve ser certificado por médicos.

💡 Tem menos de 18 anos de idade? Quer interromper a gravidez? Então a sua mãe ou o seu pai normalmente tem de concordar. Tem mais de 16 anos de idade? Então o médico pode decidir que já não precisa do consentimento dos seus pais. Tem menos de 16 anos de idade? Então, normalmente é necessário o consentimento de um dos pais. Não pode ou não quer contar aos seus pais sobre a gravidez? Em seguida, contactar um centro de aconselhamento. O pessoal que lá trabalha irá ajudá-lo.

Quem paga os custos de um aborto?

Se ficou grávida em resultado de violação ou se a sua gravidez puser em perigo a sua saúde, a sua caixa de seguro de saúde ou o gabinete de acção social cobrirá os custos do aborto. Se quiser terminar a sua gravidez por outras razões, terá de pagar uma parte dos custos pessoalmente. Neste caso, o seu seguro de saúde só paga a consulta e os cuidados médicos, bem como a medicação antes e depois do procedimento. Tem de ser o próprio a pagar os custos do aborto efectivo. Isto é normalmente entre 200 e 600 euros. Pode saber mais sobre as diferentes opções para interromper uma gravidez em muitas línguas diferentes em zanzu.de.

💡 Recebe benefícios do Estado? Ou ganha apenas um pouco de dinheiro? Em seguida, pode solicitar que os custos do aborto sejam cobertos pela sua [caixa de seguro de saúde](#) ou pelo [gabinete de acção social](#).

Não quero ficar com a criança, mas também não a quero abortar. O que é que posso fazer?

Se não pode ou não quer manter o seu filho, pode dar o seu filho para adopção após o nascimento. O Gabinete do Bem-Estar dos Jovens assumirá então inicialmente os cuidados do seu filho e cuidará do seu filho. Se finalmente decidir que não quer criar o seu próprio filho, pode dá-lo para adopção. O Gabinete do Bem-Estar dos Jovens procurará então uma família atenciosa que crie o seu filho.

Se ninguém estiver autorizado a saber da sua gravidez, ainda há a possibilidade de trazer o seu filho ao mundo. Também não está sozinho nisto. Existe a possibilidade de um chamado "nascimento confidencial". Com um "parto confidencial" pode dar à luz o seu filho em segurança num hospital. Com a excepção de um conselheiro, ninguém saberá o seu nome. O conselheiro não está autorizado a falar de si a ninguém. Desta forma, permanece sem ser reconhecido. Depois dos 16 anos, o seu filho pode ter o direito de saber o seu nome. No entanto, para além do seu filho, ninguém tem o direito de o fazer. Não tem de pagar os custos da consulta e o próprio nascimento. Se desejar um "nascimento confidencial", pode contactar o centro de aconselhamento "[Counselling & Birth Confidential](#)" 24 horas por dia no [08004040020](tel:08004040020) ou online. O aconselhamento é gratuito e anónimo. O pessoal que lá trabalha fala muitas línguas. Alternativamente, pode também contactar qualquer clínica. O pessoal lá sabe o que fazer.

Pode contactar o [hospital em Kaiserslautern](#).

Violência doméstica

A sua família e também os seus conhecidos devem apoiá-lo e protegê-lo. Mas nem sempre é esse o caso. Por vezes estas pessoas também o magoam. Eles podem fazer-lhe violência. Esta violência pode assumir diferentes formas. Pode ser sexual. Ou fisicamente, tais como bater ou

pontapear. Mas também pode ser psicológico. Se alguém que conhece lhe faz violência, é chamado "violência doméstica".

A violência doméstica ocorre normalmente em casa, mas também pode acontecer noutros locais. Muitas pessoas pensam na violência doméstica como violência física, ou seja, abuso sexual ou espancamentos. Mas a violência doméstica tem outras formas: Se for insultado, maltratado, ameaçado ou controlado, isto é também violência doméstica. A perseguição, ou seja, quando se está a ser seguido e vigiado, também pode ser uma forma de violência doméstica.

Todas as formas de violência são puníveis na Alemanha. Isto significa que a [polícia](#) tem de se envolver se ouvir falar de si ou de testemunhas.

Se é vítima de violência doméstica, não está sozinho. Estudos mostram que uma em cada quatro mulheres na Alemanha é vítima de violência doméstica. Para muitas vítimas de violência doméstica é difícil recorrer à polícia ou a um centro de aconselhamento com as suas experiências. Sentem vergonha e esperam que a situação mude e que a pessoa violenta se acalme e deixe de ser violenta. No entanto, acontece geralmente que a gravidade da violência tende a aumentar e os intervalos entre os surtos individuais de violência tornam-se mais curtos.

Existem numerosos pontos de contacto para vítimas de violência doméstica na Alemanha. Não tenha medo de procurar ajuda.

Pode contactar a [linha de ajuda para a violência contra as mulheres](#).

Direitos da criança

Em criança, é necessária uma protecção especial. É por isso que tem direitos especiais. Estes direitos estão consagrados na Convenção sobre os Direitos da Criança. A Assembleia Geral das Nações Unidas adoptou a Convenção em 1989.

A Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança pode ser dividida em quatro grupos: o direito à vida e ao desenvolvimento pessoal, a igualdade de tratamento, o interesse superior da criança e a participação. Em detalhe, isto significa:

- Todas as crianças têm direito a todas as coisas de que necessitam para viver. Isto inclui, por exemplo, alimentos e bebidas ou tratamento médico.
- Poder ir à escola é também um direito da criança, assim como o direito de brincar e de lazer.
- Todas as raparigas e rapazes têm os mesmos direitos e nenhuma criança deve ser tratada pior do que as outras crianças.
- Cada criança tem o direito de crescer saudável, cuidada e protegida da violência.
- Cada criança tem o direito de viver com os seus pais ou, se os pais viverem separadamente, de ter contacto com ambos os pais.
- Todas as raparigas e rapazes têm o direito de formar as suas próprias opiniões e de as defender.

💡 Há questões que o preocupam enquanto criança? Depois os adultos têm de ouvir a sua opinião e tê-la em conta na tomada de decisões.

🌐 Os 10 direitos das crianças importantes são aqui claramente explicados: [Alemão/Arábico](#) e [Alemão/Persa](#).

Sente violência? Sente que está a ser tratado de forma injusta? Depois, o [gabinete do bem-estar dos jovens](#) pode aconselhá-lo.

Polícia

Polícia: 110

Ligue para o número **110**. Pode contactar a polícia através deste número. A polícia é responsável se alguém não cumprir uma lei (por exemplo, acidentes de viação, agressões, roubos, drogas).

Quando ligar para o número, permaneça ao telefone e responda às perguntas até que a pessoa de contacto lhe diga que pode desligar.

Mantenha-se próximo de todos os incidentes de danos para poder testemunhar. Com base nas informações que fornecer, poderá ser possível tomar medidas adequadas no local. Isto também se aplica se for testemunha ou estiver envolvido num acidente de viação.

Em caso de emergência, ligue sempre primeiro para o **110** !

Responsabilidades da polícia

A polícia existe para nos proteger do perigo. Também resolve crimes. Não tem nada a ver com os serviços secretos ou com a política. Há uma emergência? Então pode contactar a polícia a qualquer momento, marcando [110](#). A chamada é gratuita. Pode ler [aqui](#) o que deve ter em conta ao efetuar uma chamada de emergência.

O que a polícia pode e não pode fazer está previsto na lei. Por exemplo, precisam da autorização de um juiz para revistar uma casa. A não ser que exista um grande perigo para uma pessoa na casa. Leia mais sobre os seus direitos em relação à polícia [aqui](#).

👮 Não tente subornar a polícia. As tentativas de suborno dos agentes da polícia são severamente penalizadas na Alemanha.

Quando é que devo chamar a polícia?

Está a correr perigo, a si ou a outra pessoa? Foi testemunha de um crime? Então chame a polícia.

Pode tratar-se de um assalto. Ou um roubo. Também se incluem furtos, fogo posto e danos materiais. Os abusos sexuais, as agressões ou as ameaças são igualmente da competência da polícia. Também deve chamar a polícia em caso de violência doméstica.

Se telefonar para o número de emergência 110, a polícia irá ter consigo o mais rapidamente possível.

Importante: Se tiver sido vítima de violência de direita, racista, antissemita, islamofóbica, homofóbica ou transfóbica, pode contactar a polícia em qualquer altura. Pode obter mais informações sobre este assunto no nosso capítulo "[Discriminação](#)".

Também pode chamar a polícia no caso de uma chamada infração administrativa. Por exemplo, se alguém não respeitar as horas de silêncio e estiver a ouvir música alta durante a noite.

Se notar uma radicalização política ou religiosa de jovens adultos na sua área, pode também comunicar o facto à polícia. Pode também contactar o Centro de Aconselhamento sobre Radicalização da BAMF através do endereço [09119434343](https://www.bamf.de/Service/Service-09119434343) em várias línguas.

Direitos em relação à polícia

O que é que a polícia pode fazer?

A polícia pode pedir-lhe a sua identificação. Se não for suspeito de um crime específico ou se não tiver consigo provas de outro suspeito, a polícia não pode revistá-lo. Isto também se aplica à sua casa: a sua casa só pode ser revistada se for suspeito de um crime ou se suspeitar que um suspeito se encontra na sua casa. Isto também se aplica à sua casa: a sua casa só pode ser revistada se for suspeito de um crime ou se a polícia suspeitar que um suspeito se encontra na sua casa. No entanto, se a polícia anunciar que o quer revistar a si ou ao seu apartamento de qualquer forma, deve dizer que não concorda. Se não disser nada, considera-se que deu o seu consentimento. Disse que não? A polícia revistou o seu apartamento na mesma? Nesse caso, a polícia é responsável por um processo judicial. Neste caso, contacte um centro de aconselhamento ou um advogado. Tem o direito de fazer uma chamada telefónica durante uma busca. Também tem o direito de levar alguém consigo. Esta pessoa também pode ser testemunha e ajudá-lo. Normalmente, a polícia precisa de um mandado de um juiz.

💡 As mulheres podem solicitar a presença de uma agente da polícia do sexo feminino se quiserem ser revistadas.

Se estiver a viajar num veículo, a polícia pode pedir o seu documento de identificação, a carta de condução e o registo do veículo. A polícia pode também pedir-lhe que pare e saia do veículo. A polícia pode também verificar se tem consigo um triângulo de sinalização e um estojo de primeiros socorros. No entanto, a polícia não está autorizada a revistar o seu veículo ou a testar a sua aptidão para conduzir através de vários testes (por exemplo, andar em linha recta) se não houver indicação clara de que está sob a influência de álcool ou drogas. Se a polícia o fizer ou o pedir de qualquer forma, deve recusar o seu consentimento. Se a polícia o obrigar, é passível de acção judicial.

💡 Se não disser nada, isso será considerado como consentimento.

A polícia só pode efectuar uma análise ao sangue ou à urina se for acusado de uma infração penal. Regra geral, a polícia tem de obter o consentimento de um juiz para o efeito. A polícia só pode actuar sem o consentimento de um juiz se for necessário reagir imediatamente (por exemplo, porque não é possível provar mais tarde a presença de drogas ou álcool). No entanto, é importante que existam provas efectivas do consumo de álcool ou de drogas. A polícia não está autorizada a efectuar estes testes de forma arbitrária. Se um agente da polícia quiser efectuar uma análise ao sangue ou à urina sem um motivo compreensível, pode recusar o seu consentimento.

A polícia também não está autorizada a levá-lo para a esquadra sem motivo. Se um agente da polícia lhe pedir para o acompanhar, também pode recusar o seu consentimento. Se, mesmo assim, for levado, a polícia pode ser objecto de um processo judicial. Neste caso, deve

contactar um advogado. Se não conhecer nenhum advogado, pode contactar o "[Anwaltlichen Notdienst in Strafsachen](#)" ([Serviço Jurídico de Emergência em Matéria Penal](#)) da Vereinigung Berliner Strafverteidiger e.V. (Associação dos [Advogados](#) de Defesa de Berlim) através do endereço ☎ [01723255553](tel:01723255553) e pedir ajuda. Os funcionários estão disponíveis dia e noite.

Se for interrogado pela polícia, pode recusar-se a testemunhar. Isto significa que não é obrigado a responder às perguntas da polícia. Não deve responder às perguntas sem um advogado. Se receber um convite por escrito da polícia, não tem de se deslocar ao local. Só tem de aceitar convites do Ministério Público ou de um tribunal. Não se esqueça de contactar previamente um advogado.

Tem o direito de pedir o bilhete de identidade do agente da polícia e de anotar os seus dados. Isto é importante se quiser apresentar queixa mais tarde. É sempre útil pedir aos transeuntes que observem a situação. Assim, terá também testemunhas. Importante: deve apresentar uma queixa criminal no prazo de três meses após o incidente. Pode fazê-lo directamente no Ministério Público. Não é necessário dirigir-se à polícia.

💡 O que a polícia pode fazer exactamente é um pouco diferente em cada estado federal.

Viver

Procurar um apartamento

Procurar em associações de habitação

Os proprietários privados e as associações de habitação oferecem apartamentos. Dirija-se pessoalmente às associações de habitação durante os horários de funcionamento indicados.

Cooperativa de construção Bahnheim eG

📍 [Bahnheim 22, 67663 Kaiserslautern](#)

☎ [0631371160](tel:0631371160)

@ info@baugenossenschaft-bahnheim.de

🗺️ Aberto ao público:

De segunda a sexta-feira: 9.00 - 12.00 a.m.

Também pode efetuar marcações por marcação.

Por telefone:

De segunda a quinta-feira: das 8.00 às 16.00 horas.

Sexta-feira: das 8.00 às 12.00 horas.

Gemeinnützige Baugesellschaft Kaiserslautern AG

📍 [Fischerstraße 25, 67655 Kaiserslautern](#)

☎ [063136400](tel:063136400)

@ info@bau-ag-kl.de

🗺️ De segunda a quinta-feira, das 7h30 às 17h00

Sexta-feira, das 7h30 às 12h30

Pesquisa no jornal

Muitos senhorios procuram inquilinos através dos jornais diários. O jornal mais importante de Kaiserslautern é o **Rheinpfalz**. Todas as sextas-feiras há uma secção dedicada ao imobiliário. Também é possível consultar os anúncios na Internet.

Outra opção é o semanário, que é publicado gratuitamente todas as quartas-feiras e está disponível na [Internet](#).

Existem também muitos portais em linha onde são oferecidos apartamentos para aluguer ou venda.

Pesquisa na Internet

A maioria das ofertas de arrendamento pode ser encontrada na Internet, nestes portais em linha:

-  [Rheinpfalz](#)
-  [Immobilien Scout 24](#)
-  [Procura-se WG ou partilha de apartamento para estudantes](#)
-  [Comissão zero](#)
-  [Cherryflats](#)
-  [Troca de apartamento](#)
-  [Imowelt](#)
-  [Immonet](#)
-  [Classificados Ebay](#)

Apartamentos partilhados

Os apartamentos partilhados são uma forma especial de viver em conjunto. Se é solteiro e está à procura de um apartamento, um apartamento partilhado pode ser uma boa alternativa. Num apartamento partilhado, partilha-se um apartamento com pessoas maioritariamente jovens. Cada um tem o seu próprio quarto. Partilha apenas as áreas comuns, como a casa de banho, a cozinha ou a sala de estar.

O melhor sítio para encontrar quartos disponíveis em apartamentos partilhados é o sítio Web ["WG-gesucht"](#).

Visualização plana

Existem poucos apartamentos vagos em Kaiserslautern. Muitas pessoas candidatam-se a estes apartamentos ao mesmo tempo. Por isso, é necessário obter documentos importantes desde o início, como as informações SCHUFA ou a auto-declaração do inquilino. Isto pode ajudá-lo a conseguir um apartamento.

É aconselhável reunir todos os documentos numa "pasta de candidatura".

A pasta de candidatura deve conter os seguintes elementos:

- Carta de apresentação (Quem sou eu/somos nós? O que é que eu faço na vida? Que idade têm os meus filhos? Porque é que quero arrendar o apartamento?)

- [Auto-declaração do inquilino](#)
- Cópia do bilhete de identidade/autorização de residência (atenção: cópia frente e verso)
- Cópia do aviso do centro de emprego/centro de ação social, se não estiver a trabalhar
- Comprovativo do salário dos últimos três meses, se estiver a trabalhar
- Cópia do relatório de crédito Schufa
- Cópia da prova de ausência de rendas em atraso
- Comprovativo do seguro de responsabilidade civil

Aluguer e contrato de aluguer

Encontrou um apartamento. Parabéns. Está a arrendar este apartamento a uma pessoa. Esta pessoa é o seu senhorio. Assina um contrato com essa pessoa. O contrato diz-lhe que está autorizado a viver no apartamento. É o chamado contrato de arrendamento. O contrato de arrendamento regula os direitos e obrigações. Tu tens direitos e obrigações. E o senhorio tem direitos e obrigações. Por exemplo, tens de pagar dinheiro todos os meses. Isso é a renda. O senhorio deve alugar-lhe o apartamento. O senhorio também tem de tratar das reparações do apartamento.

O contrato de arrendamento é um documento importante. Nele se indica o preço do apartamento. Também indica se é permitido fumar ou lavar roupa no apartamento. Tudo é estabelecido por escrito no contrato. Não percebe alguma coisa do contrato? Pergunte-lhe. O melhor é fazê-lo antes de assinar o contrato.

A renda é composta pela renda líquida e pelas taxas de serviço. Também paga as taxas de serviço todos os meses. É assim que paga as despesas correntes. Estas incluem a limpeza das escadas ou o jardineiro. Paga também a [recolha do lixo](#). Estas taxas de serviço são partilhadas por todos os moradores do edifício. As pessoas com apartamentos maiores pagam mais.

O contrato de arrendamento deve incluir os seguintes pontos

- Nome e morada do senhorio
- Endereço do imóvel arrendado
- Área de habitação em m²
- Número de divisões
- Montante da renda líquida
- Montante das despesas de funcionamento
- Montante das despesas de aquecimento
- Total da renda
- Montante da caução O contrato de arrendamento estipula a data de pagamento da renda. Se a renda for paga repetidamente com atraso, o contrato de arrendamento pode ser rescindido.

Só você tem a chave do seu apartamento. Cuide bem da chave. Perdeu a chave? Nesse caso, terá de recorrer a um serralheiro. Um serralheiro pode ser caro. Por vezes, o(s) senhorio(s) precisa(m) de ter acesso ao seu apartamento. Por vezes, outras pessoas também precisam de aceder à sua casa. Deve ser informado da visita. Isto é frequentemente feito por correio ou por telefone. Isto pode ser particularmente necessário se um comerciante precisar de entrar em sua casa. Pretendem reparar algo na sua casa. Ou se os serviços públicos ou o seu fornecedor de

energia precisarem de ler a quantidade de água ou eletricidade que utilizou.

Caução de segurança

O depósito de segurança é uma garantia para o senhorio. O montante máximo da caução é de 3 rendas de base. Se sair do apartamento, receberá o dinheiro de volta.

💡 Não deve deixar quaisquer danos ao sair do apartamento. Em caso de danos, o reembolso da caução será reduzido.

O centro de emprego pode conceder a caução a título de empréstimo, mediante pedido. Normalmente, este empréstimo não é problemático e é concedido se as despesas de alojamento forem razoáveis. A caução é geralmente paga diretamente ao senhorio pelo centro de emprego. O reembolso do empréstimo ao centro de emprego é automaticamente deduzido das prestações mensais normais (normalmente um máximo de 10%) e retido.

Quer avisar com antecedência?

A Alemanha protege os inquilinos e os senhorios. Não se pode simplesmente rescindir o contrato de arrendamento de um dia para o outro. Deve avisar o senhorio ou a senhoria com pelo menos três meses de antecedência. O aviso de rescisão deve ser sempre feito por escrito. Confirme a sua rescisão. Precisa de ajuda? Então dirija-se ao seu [centro de ajuda](#). A associação de inquilinos também pode ajudar. Mas terá de pagar dinheiro.

Prestações do centro de emprego

Está desempregado e a receber subsídios do [centro de emprego](#)? Nesse caso, o centro de emprego pagará a renda. Para que o centro de emprego pague, é necessário que esteja a precisar de ajuda. A renda também não deve ser demasiado elevada. Para a cidade de Kaiserslautern, estes [limites máximos de renda](#), sob a forma de renda bruta (renda líquida + custos de funcionamento do frio sem custos de aquecimento e eletricidade), são considerados razoáveis.

Cada um paga os seus próprios custos de eletricidade. Estes custos não são suportados pelo centro de emprego ou pela segurança social. Estão incluídas no subsídio normal.

Despesas suportadas pelo centro de emprego - o que devo ter em conta?

Se encontrou um apartamento e a renda é paga pelo centro de emprego, necessita do formulário [de oferta de arrendamento](#) do centro de emprego. Este deve ser preenchido e assinado pelo senhorio. O Jobcentre deve verificar e aprovar a adequação dos custos de alojamento. A decisão do Jobcentre sobre a adequação e a aceitação da caução será comunicada imediatamente através de uma confirmação escrita do arrendamento. Só pode assinar o contrato de arrendamento após o reconhecimento das despesas de arrendamento. Se a renda for mais elevada, terá de pagar a diferença entre a renda e o que é considerado razoável.

Se viver num apartamento que custa mais do que a renda bruta adequada, deve procurar um apartamento mais barato. Se conseguir provar ao Centro de Emprego que está à procura de alojamento, a renda mais elevada será paga durante um período máximo de 6 meses. Para o efeito, deve apresentar mensalmente ao Job Centre uma prova dos seus esforços para encontrar alojamento. O formulário "Prova de esforços para reduzir as despesas de alojamento" é útil para

o efeito.

Regras da casa

Nas cidades, várias pessoas vivem frequentemente numa só casa. Para que eles possam viver bem juntos, são necessárias regras. Estas regras estão estabelecidas nas regras da casa. O período de descanso é particularmente importante na Alemanha. Verifique as regras da sua casa para ver a que horas tem de ser sossegado. Muitas vezes este é o domingo inteiro. Nos outros dias, isto é frequentemente a partir das 22 horas. Tenha cuidado para não fazer muito barulho. Os seus vizinhos são demasiado ruidosos? Depois fale com eles. Peça-lhes para recusarem a música ou a televisão.

Perguntar educadamente não ajuda? Também se pode chamar a [polícia](#) em casos extremos.

Subsídio de alojamento e equipamento inicial

Subsídio de alojamento

Ganha pouco dinheiro? Então pode obter um apartamento com ajuda. Necessita de um certificado de elegibilidade para habitação. Por vezes, também pode receber subsídio de alojamento. Se já recebe dinheiro do Estado para a sua família, normalmente não precisa de requerer o subsídio de alojamento.

Deve requerer o certificado de direito à habitação no Estado federado ou na cidade onde pretende obter uma habitação social. Os refugiados com uma declaração de reconhecimento do Departamento Federal de Migração e Refugiados (BAMF) podem, regra geral, receber um certificado de direito a habitação (WBS), mesmo que ainda não lhes tenha sido emitida uma autorização de residência.

Weitere Informationen zum Thema Wohnen finden Sie in unserem Kapitel "[Viver](#)" und speziell auf der Unterseite "[Procura de um apartamento](#)".

Erstausstattung

Bekommen Sie Geld vom [Jobcenter](#)? ? Dann können Sie um Hilfe für die Erstausstattung von Möbeln und anderen Dingen bitten. Je nachdem, wie viele Personen in Ihrem Haushalt leben, wie groß Ihre Wohnung ist und was Sie brauchen, bekommen Sie einen festen Geldbetrag. Zur Erstausstattung gehören Möbel, Vorhänge, Matratzen, Kochutensilien, Geschirr und, wenn diese Dinge in Ihrer Wohnung fehlen, auch Herd, Spüle, Kühlschrank und Waschmaschine.

É importante que o pedido seja apresentado antes da compra dos móveis.

💡 Pode demorar algum tempo até que o dinheiro seja pago!

Separação e depósito de resíduos

A separação de resíduos significa que os diferentes tipos de resíduos são recolhidos e reciclados separadamente. Na Alemanha, a separação de resíduos começa diretamente com o consumidor. Isto significa que cada agregado familiar tem de separar o seu próprio lixo e de o deitar em diferentes caixotes e contentores. A maioria dos resíduos na Alemanha é reciclada e compostada, o que conserva os recursos e protege o ambiente. Basicamente, evitar o

desperdício continua a ser a forma mais fácil de fazer algo contra as crescentes montanhas de lixo.

Se deitarmos algo no caixote errado, os funcionários ou as instalações de triagem nos centros de reciclagem terão de o separar novamente. Se todos fizermos uma triagem correta, podemos evitar esse esforço, reduzir os custos e fazer algo pelo ambiente.

O que é que vai para que caixote?

Os caixotes do lixo na Alemanha têm cores diferentes. As cores indicam-lhe quais os resíduos que podem ser colocados em cada contentor. Nas grandes cidades, os contentores estão muitas vezes situados mesmo ao lado da casa. No campo, poderá ter de se deslocar a um centro de reciclagem para encontrar todos os contentores. Ou pode ter de esperar pela próxima data de recolha de determinados resíduos. Entretanto, pode guardar o lixo na sua garagem ou cave, por exemplo. Pode saber quando é que o lixo é recolhido no chamado "calendário do lixo", que pode encontrar todos os anos na sua caixa de correio ou levantar na Câmara Municipal.

💡 Só podem ser deitados em cada contentor determinados tipos de resíduos!

Saco amarelo: destina-se a embalagens limpas de plástico, metal e alumínio. Por exemplo: latas, pacotes de leite, copos de plástico. Os sacos amarelos podem ser obtidos gratuitamente no Centro do Cidadão, no balcão de registo, ou no balcão de informações da Câmara Municipal.

Caixote azul: para papel e cartão.

Contentor de vidro usado: O vidro usado separado por cor é uma matéria-prima de muito melhor qualidade do que as cores misturadas. Por isso, é importante deitar fora as garrafas de vidro e os frascos com tampa de rosca nos respectivos contentores de vidro. Por favor, deite fora o vidro vermelho, azul e amarelo no contentor de vidro verde. Aqui encontra uma visão geral da [localização dos contentores](#). Clique em "Mapa com todas as localizações". Filtrar por contentor de vidro.

Contentor de resíduos orgânicos: cascas de ovos, resíduos de frutas e legumes, embrulhados em jornais (não em plástico).

Os resíduos alimentares cozinhados devem ser colocados no contentor de resíduos.

Caixotado lixo residual: fraldas, beatas de cigarro e todos os outros resíduos que não se enquadram num dos outros caixotes.

[Aqui](#) encontrará um resumo do que pode/deve ir para cada contentor.

Roupavelha: Existem contentores para roupa e calçado velhos em vários locais da cidade.

O lixo é recolhido regularmente. Pode encontrar os horários da sua rua [aqui](#). Clique em "Datas de recolha". Introduza a sua rua. Clique em "Procurar".

Resíduos volumosos: Os objectos de grandes dimensões que já não são utilizados (móveis, frigorífico, televisão, etc.) podem ser recolhidos ou levados para um centro de reciclagem. Clique [aqui](#) para obter mais informações.

Schadstoffhaltige Abfälle:

Zu den schadstoffhaltigen Abfälle gehören beispielsweise: Altöl, Batterien, Chemikalien, Energiesparlampen, Frostschutzmittel, Holzschutzmittel, Insektizide, Klebstoffe, Lackreste, Laugen, Lösungsmittel, Pflanzenschutzmittel, Säuren, Verdüner

In Kaiserslautern kann man diese Abfälle zu einem Umweltmobil bringen. Die Standorte und Termine finden Sie [hier](#).

Tenho de separar o meu lixo?

Sim, a separação do lixo é obrigatória na Alemanha. Cada um deve separar corretamente o seu lixo e colocá-lo nos contentores adequados. Se não cumprir as regras de separação do lixo, o seu senhorio pode dar-lhe um aviso. Se não alterar o seu comportamento, pode mesmo perder o seu apartamento. O senhorio pode também cobrar-lhe os custos decorrentes da separação incorrecta dos resíduos. Se for proprietário da sua própria casa, a separação incorrecta dos resíduos irá aumentar a sua fatura de eliminação de resíduos. A separação incorrecta dos resíduos é também uma infração. Se for apanhado, terá de pagar uma coima. Se não separar repetidamente os resíduos ou se os separar incorretamente, esta multa pode mesmo ascender a várias centenas ou milhares de euros.

O que é que eu preciso de saber sobre os "depósitos"?

Na Alemanha, existe a chamada "obrigação de depósito" para determinados recipientes de bebidas. Se comprar garrafas de plástico e de vidro ou latas de bebidas no supermercado, paga alguns cêntimos a mais por elas. Se mais tarde as devolver vazias no ponto de recolha de vasilhame do supermercado (normalmente uma máquina de venda automática), recebe esse dinheiro de volta. A isto chama-se um "depósito". Existem dois tipos diferentes destas garrafas especiais:

Nas **garrafas descartáveis** (que são recicladas) encontra um sinal quadrado com uma lata e uma garrafa rodeadas por uma seta. Este é o logótipo da Deutsche Pfand-System GmbH. As garrafas ou latas com este símbolo recebem um depósito de 25 cêntimos.

Nas **garrafas retornáveis** (que são lavadas e enchidas de novo), não encontrará qualquer rótulo, um "anjo azul" ou as palavras "retornável (garrafa)", "garrafa retornável" ou "garrafa de depósito". Recebe um depósito de 15 cêntimos para as garrafas retornáveis. Para as garrafas de cerveja, o depósito é de 8 cêntimos.

💡 As embalagens de cartão para bebidas não têm depósito.

💡 Se não tiver tempo ou disposição para devolver as suas garrafas retornáveis, pode também colocá-las num local bem visível junto a um caixote do lixo na rua. Há muitas pessoas na Alemanha que recolhem estas garrafas para ganharem algum dinheiro extra.

Energia e ambiente

Precisa de gás e electricidade para a sua casa. Utiliza-o para operar vários dispositivos. Provavelmente cozinha-se com electricidade ou gás. A sua máquina de lavar também precisa de electricidade. E o seu telemóvel de qualquer maneira. Alguns aparelhos consomem mais do que outros. É por isso que deve prestar sempre atenção ao consumo de energia ao comprar um novo aparelho. Muitos dispositivos chegam mesmo a receber energia em modo de espera, apesar de estarem realmente desligados. O melhor antídoto é uma faixa de alimentação comutável. Com um clique, vários dispositivos podem ser desconectados da rede.

Normalmente, os novos inquilinos são automaticamente registados pelo senhorio junto da empresa local (i.d.R. SWK Stadtwerke Kaiserslautern). No entanto, o fornecedor local é frequentemente mais caro do que uma tarifa especial com outro fornecedor. Por conseguinte, pode rescindir o seu contrato com a SWK e mudar para um fornecedor de electricidade e gás mais barato.

A melhor maneira de encontrar uma visão geral dos fornecedores e comparações de preços é através do [portal independente](#)  [do consumidor de energia](#).

Em muitas casas, o aquecimento funciona com gás. Paga frequentemente ao seu fornecedor, mensalmente e com antecedência. Depois é feito um recálculo uma vez por ano. Por vezes é preciso pagar mais. Por vezes recebe-se dinheiro de volta. Quando a electricidade e o gás são caros, vale a pena poupar dinheiro todos os meses. Então tem dinheiro suficiente se tiver de pagar algo em atraso.

 Se utilizar a energia com moderação, poupa dinheiro. Também é bom para o ambiente.

Precisa de água, especialmente na casa de banho. Mas também na cozinha, para cozinhar e lavar. Poupar água compensa de várias maneiras. Paga-se então menos pela água, águas residuais e também a energia para aquecer a água.

 Dicas para poupar água: Instalar um chuveiro de economia. É melhor tomar um duche do que um banho. Reparação de torneiras gotejantes. Instalar um botão de paragem de descarga na sanita.

Dica: O centro de aconselhamento ao consumidor fornece informações sobre como utilizar o mínimo possível de electricidade e água quente e assim poupar dinheiro com os seguintes folhetos . Para evitar a formação de bolor em sua casa, é importante aquecer e ventilar adequadamente.

[Versão alemã](#)

[Versão inglesa](#)

[Versão em árabe](#)

[Versão Russa](#)

[Versão em Farsi](#)

Através do [centro de aconselhamento ao consumidor](#) um perito pode também analisar o consumo de energia em sua casa e dar dicas sobre como poupar custos. Se receber apoio do gabinete de assistência social ou do centro de emprego, este aconselhamento energético é gratuito.

 [0800-809802400](tel:0800-809802400)

 @energie@vz-rlp.de

Ventilação e aquecimento adequado

Certifique-se que ventila regularmente (abra a janela completamente durante 5 minutos pelo menos 3 vezes por dia) e que aquece correctamente. É assim que se evita o desenvolvimento de bolor.

Informação detalhada e dicas úteis estão disponíveis a partir do site:

 [Centro de Aconselhamento ao Consumidor](#).

Taxas de radiodifusão

A elaboração de relatórios independentes é muito importante. A Alemanha tem serviços independentes de rádio, televisão e online. ARD, ZDF e Deutschlandradio oferecem isto. Relatam livres de influências económicas e políticas. Todas as pessoas juntas pagam dinheiro por isto. A isto chama-se taxa de radiodifusão.

A lei estabelece: Deve ser paga uma taxa de radiodifusão por cada casa na Alemanha. No entanto, apenas uma pessoa por apartamento tem de pagar a taxa de radiodifusão. Isto custa 18,36 euros por mês. O dinheiro deve ser pago ao serviço de contribuição da ARD, ZDF e Deutschlandradio. Para mais informações, consulte a seguinte [ficha de informação](#). Aqui em [linguagem fácil](#). Em alternativa, no [website da taxa de radiodifusão](#). O website está disponível em várias línguas.

Algumas pessoas podem ser dispensadas de pagar. Por exemplo, se receber prestações ao abrigo da Asylum Seekers' Benefits Act ou outras prestações sociais. Deve ser apresentado um pedido de isenção da taxa de radiodifusão.

O pedido de isenção pode ser encontrado [aqui](#).

Nota para os requerentes de asilo

Não tem direito legal à televisão (TV) no seu alojamento em asilo. Isto significa que não tem de haver uma televisão no alojamento. Se tiver televisão no seu alojamento, pode ser-lhe enviada uma factura pela taxa de radiodifusão (GEZ). Portanto, não pague a conta, mas mostre a conta ao pessoal do serviço de assistência social.

Aconselhamento em matéria de alojamento

Aconselhamento sobre habitação

Para os refugiados, é muitas vezes difícil encontrar uma habitação a preços acessíveis na Renânia-Palatinado e especialmente em Kaiserslautern. Nós podemos ajudá-lo na sua procura.

- Apoiamo-lo na criação de uma boa pasta de candidatura para a sua procura de habitação.
- Aconselhamo-lo sobre os documentos necessários.
- Ajudamo-lo a preparar os documentos necessários.
- Mostramos-lhe como procurar alojamento no "mercado livre de habitação".
- Damos-lhe dicas sobre como se preparar para as visitas.

Não podemos arranjar apartamentos!

O que é necessário:

- Ter em mãos os documentos existentes sobre o tema da habitação.
- Pense no que quer perguntar: Em que é que precisa de ajuda? Onde é que existem problemas?

O serviço não tem qualquer custo.

Centro de aconselhamento da Renânia-Palatinado

Centro de aconselhamento estatal para a construção e a habitação sem barreiras

55116 Mainz

 Seppel-Glückert-Passage 10

 [06131284871](tel:06131284871)

☎ 06131284874
@b [arriere](mailto:arriere@frei-wohnen@vz-rlp.de) frei-wohnen@vz-rlp.de
🌐 www.barrierefrei-rlp.de

Bau AG Kaiserslautern Gestão social
67655 Kaiserslautern
📍 Fischerstrasse 25
☎ [06313640118](tel:06313640118)
@ info@bau-ag-kl.de

🌐 [https:// www.bau-ag-kl.de/service/sozialmanagement/](https://www.bau-ag-kl.de/service/sozialmanagement/)

Centro Social Ecuménico Otterberg e.V.
67697 Otterberg
📍 Geißbergring 2
☎ [06301796960](tel:06301796960)
@k [ontakt@ sozialstation-otterberg.de](mailto:ontakt@sozialstation-otterberg.de)
🌐 www.sozialstation-otterbach.de

Registrar/anular o registo de residência

Registrar / recensear o seu local de residência

Se se mudar para Kaiserslautern, deve registar-se rapidamente. Se mudar dentro da cidade, deve registar o seu novo local de residência no prazo de duas semanas. Se não o fizer, pode ser multado.

Para se registar ou recensear, pode dirigir-se pessoalmente ao gabinete do cidadão. Pode também enviar uma outra pessoa com o formulário preenchido e assinado. É necessário marcar uma hora para se deslocar ao Gabinete do Cidadão. A marcação pode ser efectuada em linha.

Se quiser saber mais, pode consultar aqui:

Fazer uma marcação no Centro de Cidadania

<https://www.kaiserslautern.de/serviceportal/ols/0...>

Acesso a habitação subsidiada

Acesso a habitação subsidiada

Se vive na Alemanha e não dispõe de muito dinheiro, pode obter um apartamento subsidiado. Para o efeito, deve dirigir-se ao serviço de subsídio de habitação de Kaiserslautern.

Contacto:

Cidade de Kaiserslautern
Câmara Municipal
Willy-Brandt-Platz 1

67657 Kaiserslautern

Serviço de subsídio de habitação (Departamento dos Assuntos Sociais)

Maxstraße 17 + 19

67659 Kaiserslautern

☎ [06313651500](tel:06313651500)

@ sozialamt@kaiserslautern.de

🌐 <https://www.kaiserslautern.de/serviceportal/dl/03...>

Horário de funcionamento: Segunda, terça, quinta e sexta-feira: 07:30 - 12:30.

O que é necessário trazer:

- Comprovativo dos seus rendimentos (por exemplo, folhas de vencimento ou prestações sociais)
- O seu bilhete de identidade ou passaporte
- O seu contrato de arrendamento ou prova do local onde vive atualmente
- Se a sua mãe estiver grávida, precisará de um cartão de maternidade ou de um atestado médico
- Um atestado médico, se tiver um
- Se os seus pais viverem separados, precisa de um comprovativo de custódia ou de uma declaração

Procura de casa:

Se tudo correr bem, receberá uma mensagem. Esta mensagem indica-lhe o espaço de que necessita e a urgência com que procura um apartamento. Depois, pode procurar apartamentos.

Contacto e mais informações:

Também pode consultar o sítio Web do serviço de subsídio de alojamento para obter mais informações:

🌐 <https://www.kaiserslautern.de/serviceportal/dl/03...>

Equidade - As lojas de departamentos um pouco diferentes

Os grandes armazéns um pouco diferentes" em Kaiserslautern

Damos uma segunda oportunidade aos artigos em segunda mão. O nosso conceito conserva os recursos e permite-nos oferecer artigos em segunda mão a preços justos e acessíveis a pessoas com um orçamento mais apertado.

O que oferecemos

... inclui roupa e calçado em muito bom estado, artigos para a casa, artigos de decoração, livros, CDs, discos, DVDs, Blu-Rays, pequenos móveis e muito mais a preços justos.

Horário de funcionamento:

De segunda a quinta-feira:

10:00 - 18:00

Sexta + Sábado:

10:00 - 14:00

Compras

Entre e dê uma olhadela.

É muito bem-vindo!

Endereço:

 Beethovenstraße 56, 67655 Kaiserslautern

 +49 (0) 63162402320

Donativos em géneros

Ficamos satisfeitos com

✓ Vestuário

Sapatos

Bens de uso doméstico

Artigos de decoração

Vestuário

Artigos eléctricos

Mobiliário

✓ e muito mais...

A pedido, teremos todo o prazer em informá-lo sobre o que não podemos aceitar atualmente.

Abrigos para mulheres e alojamento anónimo

Refúgio para mulheres - alojamento anónimo

O refúgio para mulheres em Kaiserslautern é um local seguro para mulheres e seus filhos que sofrem violência numa relação. Aí podem encontrar proteção. São protegidas contra novas violências. Além disso, recebem apoio e aconselhamento para as ajudar a ultrapassar a sua situação difícil. Podem permanecer no local durante o tempo que necessitarem de ajuda.

A quem se destina: Mulheres e seus filhos que procuram um lugar seguro devido à violência doméstica

É importante que as mulheres que frequentam o refúgio possam permanecer anónimas, razão pela qual o endereço não é publicado. Qualquer pessoa que precise de ajuda pode telefonar 24 horas por dia para obter mais informações ou apoio:

- Refúgio para Mulheres Kaiserslautern
P.O. Box 1674
67605 Kaiserslautern
 [0 6311700 0](tel:063117000)

Aconselhamento:

Violência doméstica/violência em (ex-)uniões de facto
perseguição
Serviços adicionais
Refúgio/abrigo para mulheres
Programas de grupo, por exemplo, grupos de orientação, grupos de autoajuda
Aconselhamento pró-ativo

A quem se destina o serviço?

Mulheres maiores de idade

O aconselhamento está disponível nas seguintes línguas

alemão, inglês - inglês, russo - Русский - árabe

Sem barreiras/acessibilidade para pessoas com deficiência

Quartos: não são acessíveis a cadeiras de rodas
Serviços de proximidade para as pessoas afectadas

Ajuda aos sem-abrigo

Ajuda para os sem-abrigo

Existem locais em Kaiserslautern que ajudam as pessoas que não têm casa. Estes locais são o centro de dia Glockenstubb e o centro de apoio Caritas St. Christophorus.

Refugiados, pessoas em processo de asilo e pessoas com estatuto tolerado

Há também pessoas que fugiram de outros países ou que pediram asilo. Estas pessoas não podem simplesmente passar a noite num abrigo para os sem-abrigo. O Departamento Federal de Migração e Refugiados (BAMF) cuida delas. Existem regras especiais que determinam que estes refugiados devem ficar num alojamento específico que lhes seja destinado.

Glockenstubb - centro de dia para os sem-abrigo

 Pariser Str. 23, 67655 Kaiserslautern

 [06313160611](tel:06313160611)

O Glockenstubb é um lugar para pessoas que têm problemas. Se desejar mais informações, pode consultá-lo aqui: (homeless-online.de, [Obdachlosenhilfe DIE BRÜCKE e.V.](http://Obdachlosenhilfe.DIE.BRÜCKE.e.V.))

 Segunda-feira - Quinta-feira: 6:30 às 14:30

Sexta-feira: das 6.30h às 12.30h

Centro de apoio da Caritas St. Christophorus

 Logenstraße 44, 67655 Kaiserslautern

 [0631316370](tel:0631316370)

(Informações gerais/disponibilidade/escritório central)

@st.christophorus.kaiserslautern@caritas-speyer.de

O Centro de Apoio da Caritas de St. Christophorus ajuda as pessoas que não têm casa ou que receiam perder a sua casa. Podem dormir lá e receber apoio se precisarem de ajuda. Também

recebem aconselhamento se não se sentirem bem ou se estiverem numa situação difícil.

Pode encontrar mais informações sobre os vários serviços oferecidos pelo centro de apoio da Caritas no sítio Web www.st-christophorus-kaiserslautern.de em "Ajuda e aconselhamento".

Ajuda com a ameaça de perder a sua casa

Ajuda para quem pode perder a sua casa

Se está preocupado com a possibilidade de perder a sua casa por ter sido notificado para sair ou porque alguém lhe disse que tinha de sair, existem locais onde pode obter ajuda. Pode dirigir-se a estas organizações para obter apoio:

Glockenstubb - centro de dia para pessoas sem-abrigo

📍 Pariser Str. 23, 67655 Kaiserslautern

☎ [06313160611](tel:06313160611)

O Glockenstubb é um ponto de encontro para pessoas com problemas sociais.

> Detalhes(homeless-online.de, [Obdachlosenhilfe DIE BRÜCKE e.V.](http://Obdachlosenhilfe.DIE.BRUECKE.e.V.))

HORÁRIOS DE ABERTURA:

Segunda-feira - Quinta-feira: 6:30 - 14:30

Sexta-feira: 6.30 - 12.30

Centro de apoio da Caritas St. Christophorus

📍 Logenstraße 44, 67655 Kaiserslautern

☎ [0631316370](tel:0631316370)

(Informações gerais/disponibilidade/escritório central)

@st.christophorus.kaiserslautern@caritas-speyer.de

O Centro de Apoio da Caritas de St. Christophorus ajuda homens e mulheres que não têm casa ou que receiam perder a sua casa. Podem encontrar aí um lugar para dormir, obter ajuda e aconselhamento se estiverem a passar por dificuldades ou se precisarem de ajuda.

O [sítio Web www.st-christophorus-kaiserslautern.de](http://www.st-christophorus-kaiserslautern.de) contém muitas informações sobre a ajuda que oferecem. Pode ler mais sobre o assunto em "Help & counselling" (Ajuda e aconselhamento).

Para mais informações e perguntas:

Direção geral: Peter Lehmann, ☎ [06313163715](tel:06313163715)

Gestão de clientes: Jasmin Rothe, ☎ [06313163712](tel:06313163712)

Aconselhamento energético

Aconselhamento energético em Kaiserslautern

Em Kaiserslautern, o centro de aconselhamento ao consumidor e a cidade oferecem aconselhamento energético gratuito. Este aconselhamento ajuda-o a poupar nos custos de eletricidade, água e aquecimento. Os especialistas dão-lhe dicas sobre como consumir menos

energia. Se não pagar as suas contas, a eletricidade ou a água podem ser cortadas.

O aconselhamento energético do centro de aconselhamento ao consumidor é gratuito

O aconselhamento sobre energia no centro de aconselhamento ao consumidor não custa nada. Os especialistas do centro ajudá-lo-ão se tiver dúvidas sobre como pode poupar energia em casa. Pode marcar uma consulta em mais de 60 locais na Renânia-Palatinado. O aconselhamento é gratuito porque é apoiado pelos governos federal e estadual.

Mais informações estão disponíveis em: [Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e.V.](https://www.verbraucherzentrale-rlp.de)

Contacto:

Aconselhamento sobre energia no centro de aconselhamento ao consumidor em Kaiserslautern:

Quarta-feira: 09:15 - 13:00

 Fackelstraße 22, 67655 Kaiserslautern

 @energie@vz-rlp.de

 [063192881](tel:063192881)

ou telefone gratuito* sobre energia  08006075600

*gratuito a partir da rede fixa alemã e para assinantes de telemóveis

Aconselhamento energético na administração municipal, Departamento de Proteção Ambiental

Todas as quartas-feiras, das 13.30 às 16.30 horas, por marcação telefónica

Câmara Municipal Norte

 Lauterstraße 2, 67657 Kaiserslautern

 @umweltschutz@kaiserslautern.de

 [06313651150](tel:06313651150)

É possível o aconselhamento ao domicílio.

Os conselheiros deslocam-se quando necessário.

Há vários temas à escolha.

Pode encontrar mais informações aqui.

Pedidos de informação através da linha direta de energia  08006075600, 

energie@vz-rlp.de

Aconselhamento energético nos serviços públicos municipais de Kaiserslautern

 Brandenburger Straße 2, 67663 Kaiserslautern

Marcações por marcação em  [063180011602](tel:063180011602)

 @ebz@swk-kl.de

<https://www.swk-kl.de/produkte-services/service/k...>