

Inhaltsverzeichnis

Willkommen im Kreis Bergstraße	6
Über Integreat	6
Gruß-wort	6
Wissens-wertes über den Landkreis Bergstraße	7
Städte und Gemeinden	8
Abtsteinach	8
Bensheim	8
Biblis	9
Birkenau	10
Bürstadt	10
Einhausen	10
Fürth	11
Gorxheimertal	11
Grasellenbach	11
Groß-Rohrheim	12
Heppenheim	12
Hirschhorn	12
Lampertheim	13
Lautertal	13
Lindenfels	13
Lorsch	14
Mörlenbach	14
Neckarsteinach	14
Rimbach	15
Viernheim	15
Wald-Michelbach	15
Zwingenberg	16
Anleitung	16
Alltag	16
Wohnen	16
Wohnung suchen	16
Miete, Wohn-geld und Kautio	19
Haus-ordn	21
Müll-entsorgung und Müll-trennung	22
Rundfunk-gebühren	25
Mobilität und Verkehr	25
Mit Bus und Bahn fahren	25
Ein Fahrzeug fahren	27
Zu Fuß und mit dem Fahr-rad	29
Geld, Verträge und Versicherungen	30
Haft-pflicht-versicherung	30
Giro-konto	31
Steuern	33
Verträge und Mobil-telefon	34
Gesundheit und Medizinisches	35
Allgemeine Informationen	35
Informationen zum Gesundheits-system	35
Medikamente und Apotheken	35
Kranken-versicherung	36

Kranken-versorgung über Asyl-bewerber-leistung	37
Impfschutz	37
Ärzte und Ärztinnen	38
So finden Sie einen Arzt oder eine Ärztin	38
Fachärzte und Fachärztinnen	39
Wort-schatz Körper und Gesundheit	40
Kita, Schule und Bildung	40
Kita	40
Arten von Kinder-betreuung	40
Kinder-garten	42
Kinder mit Behinderung	43
Schule	43
Schul-pflicht	43
Schul-system	44
Bildungs- und Teilhabe-paket (BuT)	46
Hilfe für Kinder und Jugendliche zum Deutsch-lernen	46
Vorlauf-kurse	47
Sprachkurse bei Zurückstellung	47
Intensiv-klassen und Intensiv-kurse an allgemein-bildenden Schulen	47
Intensiv-klassen an beruflichen Schulen: InteA – Integration durch Anschluss und Abschluss	48
Deutsch-förderung von ehemaligen Seiten-einsteigerinnen und Seiten-einsteigern	49
Deutsch-Förderkurse zur Erweiterung der Sprachkenntnisse	49
Finanzierung und Stipendium	49
Weiter-bildung	49
Bibliotheken	51
Einhausen	51
Kinder, Jugend und Familie	52
Familien-planung, Schwangerschaft und Geburt	52
Sexualität, Verhütung und Gesundheit	52
Schwangerschaft und Geburt	54
Nach der Geburt	56
Geburts-urkunde und Sorge-recht	58
Kinder und Gesundheit	59
Vor-sorge-untersuchungen	59
Gesunde Ernährung	60
Begegnungs-orte für Familien und Jugendliche	60
Information	60
Abtsteinach	61
Bensheim	61
Biblis	62
Bürstadt	63
Einhausen	63
Fürth	64
Heppenheim	64
Lampertheim	65
Lautertal	67
Lindenfels	67
Lorsch	68
Mörlenbach	69
Neckarsteinach	69

Viernheim	69
Wald-Michelbach	70
Zwingenberg	71
Deutsch lernen	71
Sprach-niveau und Zertifikate	72
Integrations-kurse - BAMF	73
Ehren-amtliche Sprach-angebote	74
Berufs-bezogene Sprach-förderung (DeuFöV)	74
Online Angebote	75
Niveau A1 – für Anfänger oder Anfängerinnen	75
Niveau A2 – Grundlegende Kenntnisse	78
Niveau B1 – Fortgeschrittene Sprach-verwendung	80
Niveau B2 – Selbständige Sprach-verwendung	82
Niveau C1 und C2 – Fachkundige und annähernd muttersprachliche Kenntnisse	83
Deutsch im Beruf	85
Grammatik	86
Angebote für Kinder	87
Alphabetisierung	88
Ausbildung, Arbeit und Qualifizierung	89
Allgemeine Informationen	89
Berufs-ausbildung	89
Ausbildung (dual und vollschulisch)	89
Berufliche Schulen	91
Ausbildung und Arbeit	93
Praktikum	93
Arbeits-vertrag	94
Arbeits-markt-zugang	97
Bewerbungen und Vorstellungs-gespräche	99
Anerkennung ausländischer Abschlüsse	102
Amtliche Beglaubigung von Zeugnissen	102
Anerkennung ausländischer Bildungs- und Berufs-abschlüsse	102
Studium	103
Studium an einer Hoch-schule	103
Finanzierung und Stipendium	104
Wichtige Ämter	106
Ausländer- und Migrations-amt	106
Agentur für Arbeit	107
Bürger-büros der Städte und Kommunen	108
Bürger-büro des Kreises Bergstraße	109
Jugend-amt	109
Neue Wege Kreis Bergstraße -Kommunales Job-center-	109
Stabs-stelle Bildungs-koordination für Neu-zugewanderte	112
Stabs-stelle Integrations-beauftragte	112
Standes-amt der Städte und Kommunen	113
Sozial-amt	113
Beratung und Hilfe	114
Erziehungs-beratungs-stellen	114
Bensheim	114
Fürth	114
Heppenheim	115
Lampertheim	115

Viernheim	115
Wald-Michelbach	116
Flüchtlings- und Integrations-beratung	116
Jugend-migrations-dienst (JMD)	116
Bensheim	116
Rimbach	117
Lampertheim	117
Viernheim	117
Migrations-beratung für Erwachsene (MBE)	118
Bensheim	118
Bürstadt	118
Heppenheim	119
Lampertheim	119
Mörtenbach	120
Viernheim	120
Flüchtlings-beratung (Für Asyl-bewerberinnen und Asyl-bewerber)	121
Frauen- und Gleichstellungs-beauftragte	121
Kreis Bergstraße	121
Bensheim	122
Bürstadt	122
Heppenheim	122
Lampertheim	123
Lorsch	123
Viernheim	123
Gesundheit und Hilfe	124
Familien-planung, Schwangerschaft und Geburt	124
Kreis Bergstraße - Frühe Hilfen	124
Bensheim	124
Heppenheim	125
Lampertheim	125
Rimbach	125
Viernheim	126
Menschen mit Behinderung	126
Pflege-beratung	127
Schwangerschafts-konfliktberatung	128
Sozial-psychiatrischer Dienst	128
Drogen- und Sucht-beratung	129
Selbst-hilfe-gruppen	130
Helfer-kreise	131
Integrations-lotsen der Kommunen	132
Bensheim	132
Bürstadt, Biblis und Groß-Rohrheim	133
Heppenheim	133
Lampertheim	133
Lorsch	133
Viernheim	134
Rückkehr-beratung ins Heimat-land	134
Schuldner-beratung	135
Hilfe im Notfall	136
Ärztlicher Bereitschafts-dienst, Apotheken-notdienst	136
Hilfe für Frauen und Kinder	136

Polizei, Feuerwehr, Rettungswagen

138

Sorgen-telefon (für psychische Krisen)

138

Willkommen im Kreis Bergstraße

Über Integreat

Integreat ist eine App.
Die App hilft Ihnen beim Ankommen in Deutschland.

Sie finden in der App:

- Adressen
- Informationen
- Veranstaltungen und Aktionen

Sie brauchen keinen Internet-zugang.
Sie können die App trotzdem benutzen.

Wenn Sie dann wieder im Internet sind:
Dann aktualisiert sich die App von alleine.

Grußwort



Hallo!
Willkommen im Kreis Bergstraße.
Der Kreis Bergstraße ist ein schöner Landkreis.

Sie kommen aus einem anderen Land.
Das ist schön.
Aber es ist auch schwierig.
Sie müssen vieles neu lernen.
Dafür brauchen Sie Hilfe.
Ich helfe Ihnen gerne.
Damit Sie sich in Deutschland gut orientieren können.
Und damit Sie gut ankommen in Deutschland.

Der Kreis Bergstraße hat eine App.
Die App heißt Integreat.
Die App hilft neuen Menschen im Kreis Bergstraße.

Die App zeigt den Menschen:
So können Sie hier leben.

Integreat ist eine App für Handys.
Die App kostet **nichts**.
Die App zeigt den Menschen:

- Die Angebote im Ort
- Veranstaltungen in der Nähe

Es gibt die App in mehreren Sprachen.
Die Informationen sind für den Kreis Bergstraße.

Es gibt zum Beispiel Informationen:

- Alltag
- Ausbildung
- Beratung
- Gesundheit
- Kita
- Kultur
- Schule
- Sprache

Die Inhalte werden von der Stabsstelle Integrationsbeauftragte vom Kreis Bergstraße gemacht.
Die Inhalte werden immer wieder neu gemacht.
Die App können Sie auch ohne Internet benutzen.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Kennenlernen von Ihrer neuen Heimat.
Und ich wünsche Ihnen alles Gute für die Zukunft.

Ihr

Christian Engelhardt
Der Landrat vom Kreis Bergstraße

Wissenswertes über den Landkreis Bergstraße

Der Kreis Bergstraße hat den Namen von einer Straße.
Die Bergstraße ist 68 Kilometer lang.
Die Bergstraße liegt zwischen den Städten Wiesloch und Darmstadt.
Die Bergstraße war schon im 11. Jahrhundert eine Straße für Handel.

Heute ist die Bergstraße eine starke Wirtschaftsregion.
Das bedeutet:
Viele Menschen arbeiten hier.

Die Berg·straße liegt zwischen 2 großen Regionen.
Das sind die Regionen Rhein-Main und Rhein-Neckar.

Der Kreis hat viele Freizeit·möglichkeiten.
Zum Beispiel:
Sie können in der Natur wandern.
Oder mit dem Fahrrad die Region erkunden.
Oder Sie gehen in Kultur·einrichtungen.

Einwohner und Einwohnerinnen

Der Landkreis ist ein Gebiet.
In dem Gebiet leben viele Menschen.
Das Gebiet hat 22 Städte und Gemeinden.
Und es gibt 155 Nationen.
Das heißt:
Die Menschen kommen aus verschiedenen Ländern.
Insgesamt leben ungefähr 271 Tausend Menschen in dem Gebiet.

86 Prozent der Menschen sind Deutsche.
14 Prozent der Menschen haben eine andere Staats·angehörigkeit.

Aktuelle Informationen zum Kreis Bergstraße:

[Kreis Bergstraße](#)

[Facebook](#)

[Instagram](#)

Städte und Gemeinden

Abtsteinach

Adresse

Gemeindeverwaltung

[Kirchstraße 2](#)

[69518 Abtsteinach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06207 9407-0](tel:0620794070)

E-Mail: gemeinde@abtsteinach.de

Homepage: www.abtsteinach.de

Vereine

[Abtsteinach - Vereinsverzeichnis](#)

Bensheim

Adresse

Stadtverwaltung Bensheim

[Kirchbergstraße 18](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 14-0](#)

E-Mail: info@bensheim.de

Homepage: www.bensheim.de

Vereine

[Bensheim - Vereinsverzeichnis](#)

Babbeltreff: [BT Flyer Febr 2024.pdf](#)

Lesezeit - [September 2024.pdf](#)

[Ferientipps Juli 24.pdf](#)

Lesezeit - Zeitschrift von Ausländern für Ausländer

Machen Sie mit bei der Lesezeit!

Gemeinsam bereiten Sie die nächste Ausgabe vor und treffen sich einmal im Monat nach vorheriger Absprache.

Es ist nicht wichtig, perfekt Deutsch zu können - neue Ideen und Kreativität sind das, was zählt.

Egal, ob Sie schon Erfahrung haben oder neu sind, Sie sind herzlich eingeladen!

Melden Sie sich jetzt an: Lesezeit.Bensheim@t-online.de

Biblis**Adresse**

Allgemeine Verwaltung / Bürgerbüro

[Darmstädter Straße 25](#)

[68647 Biblis](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06245 280](#)

E-Mail: service@biblis.eu

Homepage: www.biblis.eu

Vereine

[Biblis - Vereinsverzeichnis](#)

Birkenau

Adresse

Gemeinde Birkenau

[Hauptstraße 119](#)

[69488 Birkenau](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06201 397-0](#)

E-Mail: info@gemeinde-birkenau.de

Homepage: www.birkenau.de

Vereine

[Birkenau - Vereinsverzeichnis](#)

Bürstadt

Adresse

Stadt Bürstadt

[Rathausstraße 2](#)

[68642 Bürstadt](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 701-0](#)

E-Mail: online-service@buerstadt.de

Homepage: www.buerstadt.de

Vereine

[Bürstadt - Vereinsverzeichnis](#)

Einhausen

Adresse

Gemeinde Einhausen

[Marktplatz 5](#)

[64683 Einhausen](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 9602-0](#)

E-Mail: post@einhausen.de

Homepage: www.einhausen.de

Vereine

[Einhausen - Vereinsverzeichnis](#)

Fürth

Adresse

Gemeindeverwaltung Fürth / Odenwald

[Hauptstraße 19](#)

[64658 Fürth](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06253 2001-0](tel:06253 2001-0)

E-Mail: info@gemeinde-fuerth.de

Homepage: www.gemeinde-fuerth.de

Vereine

[Fürth - Vereinsverzeichnis](#)

[Ortsteile - Vereinsverzeichnis](#)

Gorxheimertal

Adresse

Gemeinde Gorxheimertal

[Siedlungsstraße 35](#)

[69517 Gorxheimertal](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06201 2949-0](tel:06201 2949-0)

E-Mail: rathaus@gorxheimertal.de

Homepage: www.gorxheimertal.de

Vereine

[Gorxheimertal - Vereinsverzeichnis](#)

Grasellenbach

Adresse

Gemeinde Grasellenbach

[Schulstraße 1](#)

[64689 Grasellenbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06253 9494-0](tel:06253 9494-0)

E-Mail: sekretariat@gemeinde-grasellenbach.de

Homepage: www.gemeinde-grasellenbach.de

Vereine

[Grasellenbach - Vereinsverzeichnis](#)

Groß-Rohrheim**Adresse**

Gemeindeverwaltung Groß-Rohrheim

[Rheinstraße 14](#)

[68649 Groß-Rohrheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06245 90777-0](tel:06245 90777-0)

E-Mail: info@gross-rohrheim.de

Homepage: www.gross-rohrheim.de

Vereine

[Groß-Rohrheim - Vereinsverzeichnis](#)

Heppenheim**Adresse**

Stadtverwaltung Heppenheim

[Großer Markt 1](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 13-0](tel:06252 13-0)

E-Mail: info@stadt.heppenheim.de

Homepage: www.heppenheim.de

Soziales Netzwerk Heppenheim: [Kontaktordner Soziales Netzwerk Heppenheim \(PDF\)](#)

Vereine

[Heppenheim - Vereinsverzeichnis](#)

Hirschhorn**Adresse**

Magistrat der Stadt Hirschhorn

[Hauptstraße 17](#)

[69434 Hirschhorn \(Neckar\)](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06272 923-0](tel:06272 923-0)

E-Mail: info@hirschhorn.de

Homepage: www.hirschhorn.de

Vereine

[Hirschhorn - Vereinsverzeichnis](#)

Lampertheim**Adresse**

Rathaus-Service Lampertheim

[Domgasse 2](#)

[68623 Lampertheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 935-100](#)

E-Mail: rathaus-service@lampertheim.de

Homepage: www.lampertheim.de

Wegweiser: ["Lampertheim \(mit\)erleben!"](#)

Vereine

[Lampertheim - Vereinsverzeichnis](#)

Lautertal**Adresse**

Gemeinde Lautertal

[Nibelungenstraße 280](#)

[64686 Lautertal \(Odenwald\)](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06254 307-0](#)

E-Mail: info@lautertal.de

Homepage: www.lautertal.de

Vereine

[Lautertal - Vereinsverzeichnis](#)

Lindenfels**Adresse**

Magistrat der Stadt Lindenfels

[Burgstraße 39](#)

[64678 Lindenfels](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06255 306-0](#)

E-Mail: rathaus@lindenfels.de

Homepage: www.lindenfels.de

Vereine

[Lindenfels - Vereinsverzeichnis](#)

Lorsch**Adresse**

Magistrat der Stadt Lorsch

[Kaiser-Wilhelm-Platz 1](#)

[64653 Lorsch](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 5967-0](tel:0625159670)

E-Mail: info@lorsch.de

Homepage: www.lorsch.de

Vereine

[Lorsch - Vereinsverzeichnis](#)

Mörlenbach**Adresse**

Gemeindeverwaltung

[Rathausplatz 1](#)

[69509 Mörlenbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [115](tel:115)

E-Mail: info@moerlenbach.de

Homepage: www.moerlenbach.de

Vereine

[Mörlenbach - Vereinsverzeichnis](#)

Neckarsteinach**Adresse**

Magistrat der Stadt Neckarsteinach

[Hauptstraße 7](#)

[69239 Neckarsteinach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06229 9200-0](tel:0622992000)

E-Mail: info@neckarsteinach.de

Homepage: www.neckarsteinach.com

Vereine

[Neckarsteinach - Vereinsverzeichnis](#)

Rimbach**Adresse**

Gemeinde Rimbach

[Rathausstraße 1](#)

[64668 Rimbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06253 809-0](#)

E-Mail: info@rimbach-odw.de

Homepage: www.rimbach-odw.de

Vereine

[Rimbach - Vereinsverzeichnis](#)

Viernheim**Adresse**

Stadtverwaltung Viernheim

[Kettelerstraße 3](#)

[68519 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06204 988-0](#)

E-Mail: stadtverwaltung@viernheim.de

Homepage: www.viernheim.de

Vereine

[Viernheim - Vereinsverzeichnis](#)

Wald-Michelbach**Adresse**

Gemeindeverwaltung

[In der Gass 17](#)

[69483 Wald-Michelbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06207 9470](#)

E-Mail: rathaus@gemeinde-wald-michelbach.de

Homepage: www.wald-michelbach.de

Vereine

[Wald-Michelbach - Vereinsverzeichnis](#)

Zwingenberg

Adresse

Stadtverwaltung Zwingenberg

[Untergasse 16](#)

[64673 Zwingenberg](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 7003-0](tel:0625170030)

E-Mail: kontakt@zwingenberg.de

Homepage: www.zwingenberg.de

Vereine

[Zwingenberg - Vereinsverzeichnis](#)

Anleitung

Sie wollen Integreat benutzen?

Dann können Sie hier Hilfe bekommen.

Der Kreis Bergstraße hat eine Anleitung auf [Youtube](#).

- [Deutsch](#)
- [Arabisch](#)
- [Englisch](#)
- [Farsi](#)
- [Türkisch](#)
- [Ukrainisch](#)

Alltag

Wohnen

Wohnung suchen

Sie wollen in eine andere Wohnung ziehen?

Dafür müssen Sie eine neue Wohnung suchen.

Sie können in Zeitungen nach Wohnungen suchen.

Oder im Internet.

Zum Beispiel:

- [ImmobilienScout24](#)
- [Wohnungsbörse](#)
- [Immowelt](#)
- [Immonet](#)
- [eBay-Kleinanzeigen](#)
- [WG-Gesucht](#)

In der Anzeige steht:

So können Sie den Vermieter oder die Vermieterin kontaktieren.

Schreiben Sie eine E-Mail.

Oder rufen Sie an.

Erzählen Sie kurz:

Wer Sie sind.

Fragen Sie:

Ob die Wohnung noch frei ist.

Sagen Sie:

Sie möchten die Wohnung anschauen.

Machen Sie einen Termin aus.

Sie haben einen Termin?

Sie gehen zum Termin.

Sie schauen sich die Wohnung genau an.

Sie können noch nicht gut Deutsch sprechen?

Dann nehmen Sie eine Person mit.

Die Person spricht Deutsch.

Die Person hilft Ihnen.

Fragen Sie nach den Mietkosten.

Die Mietkosten sind:

- Die Kaltmiete
- Und die Nebenkosten

Achten Sie darauf:

- Größe der Wohnung
- Mietpreis

Sie können sich vorher vorbereiten.

Bringen Sie diese Sachen mit:

- Anschreiben

- Wer sind Sie?
- Was machen Sie beruflich?
- Haben Sie Kinder?
- Warum möchten Sie die Wohnung mieten?
- Eine Kopie von Ihrem Ausweis.
Oder Ihrer Aufenthalts-erlaubnis.
- **Wenn Sie arbeiten:**
Die Gehalts-nachweise der letzten drei Monate.
- **Wenn Sie nicht arbeiten:**
Eine Kopie von Ihrem Bescheid des [Job-centers](#) oder [Sozial-amt](#).

Nach dem Termin bekommen Sie eine Antwort:

Ob Sie die Wohnung bekommen.

Oder ob Sie die Wohnung **nicht** bekommen.

Sie dürfen in die Wohnung einziehen

Haben Sie eine Zusage für die Wohnung bekommen?

Dann dürfen Sie einen Miet-vertrag unterschreiben.

Der Miet-vertrag ist sehr wichtig für Sie.

Lesen Sie diesen sehr gut durch!

Bekommen Sie Leistungen von einem Amt?

Bevor Sie den Miet-vertrag unterschreiben:

Sie müssen den Miet-vertrag zuerst Ihrem Leistungs-träger zeigen.

Der Leistungs-träger ist das Job-center oder Sozial-amt.

Der Leistungs-träger entscheidet dann:

Sie dürfen einziehen.

Oder Sie dürfen **nicht** einziehen.

Kümmern Sie sich schnell um alles.

Das ist wichtig.

Damit alle Briefe bei Ihnen ankommen:

Sie sind umgezogen?

Wechseln Sie sofort Ihren Namen auf dem Brief-kasten.

Sie bekommen wichtige Briefe.

Nicht alle Menschen wissen von Ihrem Umzug.

Deshalb machen Sie einen [Nach-sende-auftrag](#) bei der Post.

Ein Nach-sende-auftrag bedeutet:

Die Briefe werden zu der neuen Adresse geschickt.

Vergessen Sie nicht:
Sagen Sie hier Ihre neue Adresse:

- [Job-center](#)
- [Einwohner-melde-amt](#) im neuen Wohn-ort
- [Ausländer- und Migrations-amt](#) im neuen Wohn-ort
- Bank
- Kranken-kasse
- Renten-kasse
- Wenn Sie Kinder haben:
Schule und Kinder-garten
- Familien-kasse
- Andere.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Broschüre | Leben und Wohnen im Kreis Bergstraße | DRK Kreisverband Bergstraße e.V.
[Link zur Broschüre](#)

Die wichtigsten Abkürzungen bei der Wohnungs-suche:

1. OG = Erstes Ober-geschoss
App. = Appartement
DB/Dbad = Dusch-bad
EG = Erd-geschoss
EBK = Einbau-küche
HK = Heiz-kosten
inkl. = inklusive
Kaut. = Kaution
MM = Miete pro Monat
NK = Neben-kosten
sof. frei = sofort frei
teilmb. = teil-möbliert
WG = Wohn-gemeinschaft
Whg. = Wohnung
Wohnfl. = Wohnfläche
Zi. = Zimmer
ZKB = Zimmer-Küche-Bad

Miete, Wohn-geld und Kaution

Miete

Die Miete ist ein Preis für die Wohnung.
Sie zahlen die Miete jeden Monat.

Wie viel Miete Sie zahlen müssen steht im Miet-vertrag.

Die Warm-miete ist der Monats-preis.

Die Warm-miete ist aus:

Kalt-miete

(Grund-betrag)

+

Heiz-kosten

+

Warmes Wasser

+

Neben-kosten

(Zum Beispiel: Müll, Haus-meister, Fernseh-anschluss)

=

Warm-miete

(Sie müssen den Preis jeden Monat zahlen)

Miet-vertrag

Der Miet-vertrag ist ein Vertrag.

Der Vermieter oder die Vermieterin schließen den Vertrag mit Ihnen ab.

Im Miet-vertrag steht:

- Was Sie und der Vermieter oder die Vermieterin **dürfen**.
- Was Sie und der Vermieter oder die Vermieterin **müssen**.

Sie müssen im Miet-vertrag lesen:

- Wer vermietet die Wohnung:
Name und die Adresse von der Person.
- Adresse von der Wohnung
- Wie groß ist die Wohn-fläche?
- Wie viele Zimmer gibt es?
- Was kostet die Miete?
- Was kostet die Heizung?
- Gesamt-miete
- Wie viel kostet die Kautiön?

In Ihrem Miet-vertrag steht:

Wann Sie die Miete bezahlen müssen.

Wenn Sie die Miete oft später bezahlen:

Dann kann Ihr Vermieter die Wohnung kündigen.

Dann müssen Sie ausziehen.

Und eine neue Wohnung suchen.

Die Miete muss immer pünktlich bezahlt werden.

Das ist wichtig für den Vermieter oder die Vermieterin.

Kaution

Sie ziehen in eine Wohnung.
Dann müssen Sie Geld bezahlen.
Das Geld heißt Kautiön.
Sie müssen das Geld für 3 Monate Miete bezahlen.

Sie ziehen aus der Wohnung aus.

Sie haben keine Schäden in der Wohnung hinterlassen?
Dann bekommen Sie die Kautiön wieder.

Vielleicht ist etwas kaputt in der Wohnung.
Dann müssen Sie die Reparatur bezahlen.
Mit der Kautiön.

Sie arbeiten und verdienen nicht viel Geld?

Wohn·berechtigungs·schein

Sie und die Menschen bei Ihnen zu Hause verdienen wenig Geld?
Dann können Sie einen Wohn·berechtigungs·schein bekommen.
Mit dem Schein können Sie eine Sozial·wohnung bekommen.
Sozial·wohnungen sind billig.

Sie müssen einen Antrag stellen.
Sie können den Antrag in Ihrer [Stadt·verwaltung](#) stellen.
Oder in Ihrer [Gemeinde·verwaltung](#).

Wohn·geld

Sie können manchmal Wohn·geld bekommen.
Sie müssen dafür einen Antrag stellen.

Wann und wie Sie den Antrag stellen können:
Das steht auf der Informations·seite von der [Wohngeld·behörde](#).

Haus·ordnung

In einer Wohnung oder in einer Gemeinschafts·unterkunft gibt es Regeln.
Das ist die "Haus·ordnung".
In der Haus·ordnung stehen wichtige Regeln.
Alle Bewohner und Bewohnerinnen müssen diese Regeln beachten.
Dann gibt es keine Probleme.

Die wichtigsten Regeln sind:

Lärm und Ruhe·zeiten

Manchmal machen die Nachbarn laute Geräusche.
Das ist unangenehm.
Zum Beispiel:

- Laute Musik
- Reparaturen in der Wohnung

Es gibt Ruhezeiten.
Die Ruhezeiten sind ein Schutz vor dem Lärm.

- Am Sonntag und am Feiertag:
Den ganzen Tag.
- Montag bis Samstag:
Von 20 Uhr abends bis 7 Uhr morgens.

Die Ruhezeiten sind für alle.
Die Bewohner und Bewohnerinnen müssen ruhig sein.
Sie dürfen nicht laut sein.

Lüften

In einer Wohnung kann es schlecht riechen.
Das kann an der Wohnung selbst liegen.
Zum Beispiel:

- Weil die Wohnung zu warm ist.
- Oder weil die Wohnung zu wenig frische Luft bekommt.

Dann bildet sich Schimmel in der Wohnung.
Sie müssen darum Ihre Wohnung lüften.
Dafür öffnen Sie alle Fenster für ein paar Minuten.
Dann kommt frische Luft in die Wohnung.
Und dann gibt es **keinen** Schimmel in der Wohnung.

Mehr Informationen über dieses Thema:

Broschüre | Checkliste. Wie können Sie Energie sparen und Schimmel vermeiden? | Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.
[Deutsch](#) · [Englisch](#) · [Arabisch](#) · [Russisch](#) · [Farsi](#)

Müll-entsorgung

In Deutschland wird der Müll getrennt.
Bitte werfen Sie nicht alles in eine Müll-tonne.
So trennen Sie den Müll richtig:
[Müll-entsorgung und Müll-trennung](#)

Müll-entsorgung und Müll-trennung

In Deutschland wird der Müll getrennt.
Das ist besser für die Umwelt.
Aus dem Müll können wieder-verwertbare Sachen gemacht werden.

Zum Beispiel:

- Papier
- Glas
- Metall

Ein Teil davon wird zu einer neuen Sache gemacht.

Welcher Müll kommt in welche Tonne?

Papier·abfall·behälter

Hier können Sie Papier und Karton rein tun.

Anleitung | Sortieranleitung Papierabfallbehälter | Zweckverband Abfallwirtschaft Kreis
Bergstraße (ZAKB)

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Italienisch](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#) · [Russisch](#) · [Spanisch](#)

Gelber Sack

Hier können Sie Verpackungen aus Plastik, Metall und Aluminium rein tun.

Zum Beispiel:

- Dosen
- Milch-kartons
- Plastik-becher

Sie können die gelben Säcke im Bürger·büro holen.
Oder im Rathaus.

Sie müssen sie **nicht** bezahlen.

Anleitung | Sortieranleitung Gelber Sack - So trennen Sie richtig! | Zweckverband
Abfallwirtschaft Kreis Bergstraße (ZAKB)

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Italienisch](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#) · [Russisch](#) · [Spanisch](#)

Rest·abfall·tonne

Hier kommen zum Beispiel Windeln und Zigaretten rein.
Und alle anderen Sachen, die **nicht** in die normale Müll·tonne gehören.

Anleitung | Sortieranleitung Restabfallbehälter | Zweckverband Abfallwirtschaft Kreis
Bergstraße (ZAKB)

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Italienisch](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#) · [Russisch](#) · [Spanisch](#)

Bio·abfall·behälter

Hier kommt der Bio·müll rein.

Zum Beispiel:

- Eier·schalen
- Reste von Obst und Gemüse

Verpacken Sie den Bio·müll in Zeitungs·papier.

Oder in Müll·beutel für Bio·müll.

Sie dürfen die Müll·beutel **nicht** aus Plastik nehmen.

Anleitung | Sortieranleitung Bioabfallbehälter | Zweckverband Abfallwirtschaft Kreis
Bergstraße (ZAKB)

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Italienisch](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#) · [Russisch](#) · [Span](#)

Alt·glas·container

Es gibt Alt·glas·container in der Stadt.

Dort können Sie das alte Glas reinwerfen.

Sie müssen das Glas in verschiedene Farben trennen.

Sperr·müll und Elektro·schrott

Bei Sperr·müll dürfen Sie besonderen Müll abgeben.

Zum Beispiel:

- Möbel
- Kühl·schrank
- Fernseher

Sie können Ihren Sperr·müll oder Ihren Elektro·schrott bei einem [Wert·stoff·hof](#) abgeben.

Sie können den Müll abholen lassen.

Sie müssen dann beim Wert·stoff·hof anrufen.

Batterien

Klein·batterien und Geräte·akkus sind gefährlich.

Sie können Batterien **nicht** einfach in den Müll werfen.

Sie können Batterien in bestimmten Geschäften abgeben.

Es kostet meistens **nichts**.

Die Geschäfte sammeln die Sachen.

Sie finden die Abgabe·orte oft beim Eingang von den Geschäften.

Oder neben der Kasse.

Sonder·müll

Manche Sachen sind gefährlich.

Zum Beispiel:

- Dünge-mittel
- Batterien
- Farben und Lacke
- Alt-öl
- Spray-dosen
- Verdünner
- WC-Reiniger

Sie können Sonder-müll beim [Umwelt-mobil](#) abgeben.
Das kostet Sie **nichts**.

Rundfunk-gebühren

Sie müssen für das Radio und Fernsehen bezahlen.
Das gilt für jede Wohnung.
Und für alle Menschen in Deutschland.
Das Fach-word dafür ist: Rundfunk-beitrag.
Sie zahlen 18,36 Euro im Monat.

Müssen Sie auch bezahlen?

Manche Menschen müssen den Rundfunk-beitrag nicht bezahlen.

Zum Beispiel:

- Sie bekommen Geld vom Asyl-bewerber-leistungs-gesetz.
- Oder Sie bekommen andere Sozial-leistungen.

Sie müssen dann einen [Antrag](#) stellen.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Homepage | ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice
[Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Russisch](#) · [Spanisch](#)

Mobilität und Verkehr

Mit Bus und Bahn fahren

Fahr-karte

Bus und Bahn sind öffentliche Verkehrsmittel.

Öffentlich heißt:

Jeder kann sie benutzen.

Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln können Sie zu vielen Orten fahren.

Fahren Sie mit dem Bus oder der Bahn?

Dann müssen Sie eine Fahrkarte kaufen.

Es gibt [verschiedene Fahrkarten](#).

Sie können die Fahrkarte im Bus kaufen.

Oder Sie können die Fahrkarte im Internet kaufen.

Oder Sie können die Fahrkarte an einem Automaten kaufen.

Sie müssen die Fahrkarte zeigen und abstempeln.

Sie stempeln die Fahrkarte an einem Automaten im Bus.

Sie fahren ohne gültige Fahrkarte?

Dann werden Sie angezeigt.

Und Sie müssen viel Geld bezahlen.

Deutschland-Ticket

Ab 1. Mai 2023 gibt es ein neues Ticket.

Das Ticket heißt "Deutschland-Ticket" (kurz: "D-Ticket") oder auch "49-Euro-Ticket".

Mit diesem Ticket können Sie in ganz Deutschland mit Bussen, Straßenbahnen, U-Bahnen, S-Bahnen und Regionalzügen fahren.

Das Ticket gilt nicht für Fernbusse, IC-Züge, EC-Züge und ICE-Züge.

Das Ticket kostet 49 Euro pro Monat und ist nur im Abo erhältlich.

Sie können das Abo jeden Monat kündigen.

Das Ticket ist mit Ihrem Namen personalisiert und gilt nur zusammen mit Ihrem Ausweis, wie zum Beispiel mit Ihrem Aufenthaltstitel, Reisepass oder Führerschein.

Ihr Ticket darf nicht von anderen Personen genutzt werden.

Kinder bis 6 Jahre fahren kostenlos mit.

Hessen-pass mobil

Die Regierung von Hessen bietet etwas Spezielles an, es nennt sich "Hessen-pass mobil".

Menschen, die in Hessen leben und Unterstützung erhalten, können ein günstiges Abo für das Deutschland-Ticket nutzen. Das Ticket kostet dann im Monat 31 Euro.

Alle, die in Hessen wohnen und

- Bürger·geld beziehen,
- Wohn·geld beziehen,
- Sozial·hilfe beziehen,
- Asyl·bewerberinnen/Asyl·bewerber sind,

bekommen den "Hessen·pass mobil".

Diesen erhalten Sie automatisch von Ihrem Amt.

Wenn Sie das günstige Deutschland-Ticket haben wollen, dann müssen Sie den "Hessen·pass mobil" beim kaufen zeigen.

Weitere Informationen finden Sie auf: <https://wirtschaft.hessen.de>.

Wo kann ich das Deutschland-Ticket kaufen?

Das D-Ticket muss bis zum 25. Kalender-tag eines Monats bestellt werden, damit es ab dem nächsten Monat gilt.

Sie können sich entscheiden, ob Sie das Ticket als Handy-Ticket in einer App nutzen möchten oder im Karten·format.

Hier können Sie das D-Ticket kaufen:

- Bei der Deutschen Bahn
 - online unter www.bahn.de
 - persönlich in einem DB-Reise·zentrum
 - über die App DB Navigator
- beim [Verkehrs·verbund Rhein Neckar](#)
- oder über die [App Deutschland-Ticket](#).

Fahr·plan

Jeder Bus und jeder Zug hat einen Fahr·plan.

Sie können die Fahr·pläne auf der Internet·seite vom [Verkehrs·Verbund Rhein Neckar](#) sehen. Oder auf der Internet·seite von der [Deutschen Bahn](#).

Sie können dort auch Fahr·karten kaufen.

Tarif·zonen und Preis·stufen

In einer Stadt gibt es meist [mehrere Zonen](#).

In einer Zone kostet die Fahrt einen bestimmten Preis.

Sie fahren durch viele Zonen?

Dann kostet die Fahrt mehr.

Ein Fahrzeug fahren

Sie wollen ein Auto fahren?
Oder ein Motor·rad?
Dann brauchen Sie einen Führer·schein.
Vielleicht haben Sie noch keinen Führer·schein.
Dann müssen Sie in eine Fahr·schule gehen.

Fragen Sie Ihre Fahr·schule:
Wie viel Geld Sie bezahlen müssen.
Bevor Sie den Vertrag unterschreiben.

Es gibt eine theoretische Prüfung:
Sie müssen bei einem Test Antworten ankreuzen.

Und es gibt eine praktische Prüfung:
Sie fahren mit einem Prüfer mit dem Auto.

Die theoretische Prüfung können Sie in verschiedenen Sprachen machen.
Fragen Sie bei Ihrer Fahr·schule nach.

Sie wollen eine Fahr·schule in Ihrer Nähe finden?
Dann suchen Sie auf [gelbeseiten.de](https://www.gelbeseiten.de) oder im Internet.

Weitere Informationen sind auf der Internet·seite von der [Fahr·erlaubnis·behörde](https://www.fahrerlaubnis-behoerde.de).

Einen ausländischen Führer·schein umschreiben lassen

Sie haben einen Führer·schein aus dem Ausland?
Dann müssen Sie Ihren Führer·schein umschreiben lassen.

Das heißt:
Sie müssen Ihren Führer·schein in deutscher Sprache machen lassen.
Es gibt verschiedene Möglichkeiten:

- Welche Voraussetzungen müssen Sie erfüllen?
- Wie lange dauert es?

Das hängt von Ihrer Fahr·erlaubnis ab.

Sie wollen einen Führer·schein?
Dann fragen Sie bei der Fahr·erlaubnis·behörde.

- [Sie haben Ihren Führer·schein in einem EU-oder EWR-Land bekommen.](#)
- [Sie haben Ihren Führer·schein nicht in einem EU-und EWR-Staat gemacht.](#)

Ein Fahrzeug kaufen und zulassen

Sie wollen ein Auto kaufen?
Dann gehen Sie zu einem Auto·händler.
Oder schauen Sie im Internet.
Sie sollten kein Geld für ein Auto bezahlen,
bevor Sie das Auto gesehen haben.

Hier können Sie gebrauchte Autos suchen:

- bei [mobile.de](https://www.mobile.de)
- bei [autoscout24](https://www.autoscout24.de)
- auf [eBay Kleinanzeigen](https://www.ebay.de/cls/Kleinanzeigen).

Sie haben ein Auto gekauft?

Dann müssen Sie das Auto bei der Behörde melden.

Die Behörde heißt: [Zulassungs-behörde](https://www.zulassungsbuero.de).

Dort bekommen Sie Informationen über die Zulassung von Autos.

TÜV

Der TÜV ist eine Organisation.

Der TÜV kontrolliert Autos.

Der TÜV kontrolliert in der TÜV-Haupt-untersuchung:

Funktioniert das Auto gut?

Und kann man sicher mit dem Auto fahren?

Sie müssen Ihr Auto zur TÜV-Haupt-untersuchung bringen:

Jedes zweite Jahr.

Sie sehen auf dem Aufkleber am Auto-kennzeichen:

Wann Sie die nächste TÜV-Haupt-untersuchung machen müssen.

Sie können mehr Informationen über den [TÜV Hessen](https://www.tuv-hessen.de) bekommen.

Zu Fuß und mit dem Fahr-rad

In Deutschland gibt es Regeln für das Fahren mit dem Auto.

Die Regeln heißen: Straßen-verkehrs-regeln.

Die Regeln sind für alle Menschen.

Die Regeln sind für Sie:

- Wenn Sie zu Fuß gehen.
- Wenn Sie auf einem Motor-rad fahren.
- Wenn Sie mit einem Auto fahren.
- Wenn Sie mit dem Fahr-rad fahren.

Fuß-gänger-weg

Auf den Wegen für Fuß-gänger dürfen nur Fuß-gänger gehen.

Das bedeutet:

Sie dürfen nur zu Fuß gehen.

Nicht:

- Fahrrad

- Auto

Zebra·streifen

Ein Zebra·streifen ist eine besondere Straßen·kreuzung.

An einem Zebra·streifen müssen Autos anhalten.

Wenn jemand über die Straße gehen will.

Dann dürfen Sie über die Straße gehen.

Aber Sie müssen aufpassen:

Vielleicht fährt ein Auto weiter.

Fahr·rad

Wichtige Regeln beim Fahr·rad·fahren:

- Fahren Sie immer auf der rechten Seite von der Straße.
- Fahr·rad·fahrer fahren manchmal neben·einander.
Das ist gefährlich.
Fahren Sie hinter dem Fahr·rad·fahrer.
- Es gibt manchmal einen Fahr·rad·weg.
Dann müssen Sie auf dem Fahr·rad·weg fahren.
- Nur Kinder bis 11 Jahre dürfen auf dem Fuß·weg Fahr·rad fahren.

Wichtig

- Sie brauchen 2 Lichter auf Ihrem Fahr·rad.
Ein Licht vorne und ein Licht hinten.
- Vorne und hinten müssen Reflektoren sein.
Auf den Pedalen auch.
- Auf Ihrem Fahr·rad müssen 2 Bremsen sein.
Und eine Klingel.

Geld, Verträge und Versicherungen

Haft·pflicht·versicherung

Sie haben einen Unfall.

Zum Beispiel mit Ihrem Auto.

Dabei schaden Sie einer Person.

Dann müssen Sie Geld zahlen.

Das Geld nennt man Schadens·ersatz.

Im Gesetz steht:

Sie müssen Schadens·ersatz bezahlen.

Zum Beispiel:

Sie fahren mit dem Auto und stoßen in ein anderes Auto.

Oder Ihr Kind wirft einen Ball in ein Fenster und die Scheibe zerbricht.

Sie können eine private Haft·pflicht·versicherung kaufen.

Die private Haft·pflicht·versicherung bezahlt:

- Wenn Sie andere Menschen verletzen.
- Wenn Ihre Familie andere Menschen verletzt.

Sie müssen für die private Haft·pflicht·versicherung jeden Monat etwas Geld bezahlen.

Sie können selbst entscheiden:

Ob Sie die private Haft·pflicht·versicherung haben wollen oder nicht.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Checkliste | Versicherung | Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Russisch](#)

Giro·konto

Sie haben ein Giro·konto?

Sie können mit dem Giro·konto Geld abheben.

Oder Sie können Geld auf das Konto ein·zahlen.

Das Geld ist für Sie immer erreichbar.

Sie können das Geld im Alltag für Ihre Zahlungen benutzen.

Eröffnung eines Kontos

Es gibt viele Banken.

Die Banken haben unterschiedliche Angebote.

Fragen Sie die Banken nach einem Konto.

Vergleichen Sie die Banken.

Suchen Sie sich eine Bank aus.

Sprechen Sie mit der Bank über die Konto·eröffnung.

Machen Sie einen Termin aus.

Diese Dokumente müssen Sie mitbringen:

- Eine Bestätigung vom Sozial·amt
- Eine Bescheinigung über Ihre deutsche Wohn·adresse
- Eine andere Bescheinigung aus diesen 3 Dokumenten:
 - Personal·ausweis
 - Nachweis über die Ankunft
 - Die Aufenthalts·bewilligung

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Checkliste | Kontoeröffnung | Deutscher Verkehrssicherheitsrat e. V.

Vor der Kontoeröffnung:

[Deutsch](#)

Nach der Kontoeröffnung:

[Deutsch](#)

Wenn Sie ein Giro-konto haben:

- Sie können Geld auf andere Konten überweisen.
- Sie bekommen Ihr Geld auf Ihr Konto.
Sie können das Geld abheben.
- Sie können anderen Leuten erlauben,
Geld von Ihrem Konto abzuheben.
Sie können die Miete über eine Last-schrift bezahlen.
Das heißt: Sie bezahlen mit Ihrem Konto.
- Sie möchten jeden Monat Geld überweisen?
Zum Beispiel für die Miete für eine Wohnung?
Dann können Sie einen Dauer-auftrag machen.
- Sie haben ein Giro-konto?
Dann können Sie bezahlen ohne Bar-geld.
Sie können auch Geld abheben am Automaten.
- Sie können die Konto-auszüge bei Ihrer Bank holen.
Sie können die Konto-auszüge an einem Automaten ausdrucken.
Auf den Konto-auszügen steht:
So viel Geld haben Sie.
So viel Geld haben Sie überwiesen.

Ihre Bank-karte

Sie können ein Konto eröffnen.
Sie bekommen dann eine EC-Karte.
Und Sie bekommen einen PIN-Code.
Sie müssen die EC-Karte unterschreiben.
Lernen Sie den PIN-Code gut auswendig.

Sie brauchen den PIN-Code,
wenn Sie am Automaten Geld abheben.
Oder wenn Sie ohne Bar-geld bezahlen.

Sie können auch Bar-geld am Geld-automaten von anderen Banken holen.
Sie müssen vielleicht extra Geld bezahlen.

Sie haben Ihren PIN 3 mal falsch eingegeben.
Dann nimmt der Automat Ihre Karte weg.
Die Karte ist dann gesperrt.
Vielleicht haben Sie das Problem.
Dann fragen Sie jemanden von Ihrer Bank.

Sie verlieren Ihre Bank-karte?
Oder jemand klaut Ihre Bank-karte?
Dann rufen Sie die Telefon-nummer [116116](tel:116116) an.
Sie sperren die Bank-karte sofort.

Steuern

Die Menschen gehen Abreiten.
Sie bekommen Geld für ihre Arbeit.
Einen Teil von dem Geld müssen sie dem Staat geben.
Man nennt dieses Geld Steuern.
Mit dem Geld baut der Staat zum Beispiel Schulen.
Und Kinder-gärten.

Einkommens-steuer-erklärung

Sie haben eine Arbeit?
Und Sie verdienen mehr als 520 Euro im Monat?
Dann müssen Sie Ihr Einkommen an das Finanz-amt melden.
Das Wort dafür ist: Einkommens-steuer-erklärung.

Manche Menschen zahlen mehr Steuern als andere.
Das Finanz-amt sagt:
So viel Steuern müssen Sie zahlen.
Vielleicht haben Sie zu viel oder zu wenig gezahlt.
Das müssen Sie dem Finanz-amt sagen.

Müssen Sie eine Steuer-erklärung machen?
Fragen Sie beim [Finanz-amt](#) nach.
Fragen Sie auch nach Fristen beim [Finanz-amt](#).

Der [Lohn-steuer-hilfe-verein](#) hilft Ihnen bei der Steuer-erklärung.

Sie wollen mehr über Steuern wissen?
Dann können Sie bei der [Service-Hotline](#) von Hessen anrufen.
Die Hotline kostet **nichts**.

Steuerliche Identifikations-nummer

Die Steuer-identifikations-nummer ist eine Nummer.
Die Nummer ist 11 Stellen lang.

Sie brauchen die Nummer für Ihre Steuer-erklärung.
Sie können die Nummer auch bei Briefen an die Steuer-behörde nehmen.
Sie können die Nummer nicht ändern.

Sie kennen Ihre Steuer-identifikations-nummer nicht?
Fragen Sie bei ihrer Melde-behörde.

Verträge und Mobil-telefon

Verträge

Lesen Sie immer alles genau durch.
Verstehen Sie alles?
Dann unterschreiben Sie nur das.

Verstehen Sie nichts?
Dann unterschreiben Sie nicht.

Niemand darf Sie zwingen zu unterschreiben.

Sie haben einen Vertrag unterschrieben?
Dann müssen Sie die Sachen von dem Vertrag auch machen.
Vielleicht müssen Sie jeden Monat Geld bezahlen.

Sie wollen den Vertrag kündigen?
Das heißt:
Sie wollen den Vertrag beenden?
Dann müssen Sie das schriftlich machen.
Es gibt auch eine Frist für die Kündigung.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Video | Verträge schließen - einhalten - kündigen | Bayerisches Staatsministerium der Justiz
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Paschtu](#) · [Tigrinisch](#) · [Urdu](#)

Handy-verträge

Es gibt 2 verschiedene Handy-verträge in Deutschland.

- **Prepaid Vertrag**
Sie zahlen vorher.
Der Vertrag hat keine Lauf-zeit.
- **Lauf-zeit-vertrag**
Vertrag mit einer bestimmten Zeit.

Die Vertragslaufzeit ist eine bestimmte Zeit.
Zum Beispiel: 1 Jahr oder 2 Jahre.
Nach der Zeit müssen Sie wieder neu entscheiden.
Die Firma will das aber oft **nicht**.

Sie müssen aufpassen:
Dann verlängert sich der Vertrag oft automatisch.
Sie müssen dann den Vertrag selbst kündigen.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Checkliste | Mobilfunk | Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Russisch](#)

Gesundheit und Medizinisches

Allgemeine Informationen

Informationen zum Gesundheitssystem

Es gibt Informationen über das deutsche Gesundheitssystem in verschiedenen Sprachen.
Die Informationen sind auf diesen Internetseiten:

Broschüre | Gesundheit für alle – Ein Wegweiser durch das deutsche
Gesundheitswesen | Bundesministerium für Gesundheit

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Italienisch](#) · [Kurdisch](#) · [Paschtu](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#) · [Russisch](#) · [Somali](#) · [Tigrinya](#) · [Türkisch](#) · [Ukrainisch](#)

Broschüre | Ratgeber Gesundheit für Asylsuchende in Deutschland | Bundesministerium für
Gesundheit

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Kurdisch](#) · [Paschtu](#)

Broschüre | Gesundheitswegweiser der Stadt Heppenheim | Stadt Heppenheim

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Rumänisch](#) · [Russisch](#) · [Somali](#) · [Tigrinya](#) · [Türkisch](#) · [Ukrainisch](#)

Broschüre | Gesundheitswegweiser Viernheim | Stadt Viernheim

[Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Griechisch](#) · [Italienisch](#) · [Kroatisch](#) · [Polnisch](#) · [Portugiesisch](#)

Video | Unser Gesundheitssystem | Deutsches Rotes Kreuz Soziale Dienste OWL

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Paschtu](#) · [Sorani](#)

Medikamente und Apotheken

Medikamente

Sie sind krank?
Sie brauchen Medikamente?

Ihr Arzt oder Ihre Ärztin gibt Ihnen ein Rezept.

Sie bringen das Rezept in eine Apotheke.
Die Apotheke gibt Ihnen die Medikamente.

Manche Medikamente kosten Geld.
Man nennt diese Medikamente auch "verschreibungs-pflichtige Medikamente".
Das heißt:
Sie müssen ein Rezept haben,
um diese Medikamente kaufen zu dürfen.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Flyer | Informationen für Migranten. Medikamente in Deutschland. | ABDA –
Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände e.V.

[Deutsch](#) · [Albanisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Kurdisch](#) · [Paschtu](#) · [Russisch](#) · [Serbisch](#) · [Türkisch](#) · [Urd](#)

Apotheken

Die Apotheken haben oft von Montag bis Samstag geöffnet.

Sie brauchen Medikamente nachts?
Oder am Wochenende?
Oder an Feiertagen?
Auf jeder Apotheke ist ein Schild.

Auf dem Schild steht:

- Der Name von der Apotheke.
- Die Adresse von der Apotheke.

Dort können Sie Medikamente bekommen.
Sie können auch im Internet schauen.

Auf der Internet-seite vom [Apotheken-not-dienst](#) steht:
Wo Sie Medikamente bekommen können.

Es gibt ein Verzeichnis über die Ärzte und Apotheken im Kreis Bergstraße.
Sie können das Verzeichnis im Internet anschauen: [Ärzte- und Apotheken-verzeichnis](#).

Kranken-versicherung

In Deutschland gibt es eine Kranken-versicherungs-pflicht.
Das heißt:
Sie müssen eine Kranken-versicherung haben.

Sie bekommen eine Versicherungs-karte von der Kranken-versicherung.
Bringen Sie die Versicherungs-karte immer mit zu einem Arzt-termin.
Alle Menschen in Deutschland haben die gleichen Rechte bei der Kranken-versicherung.
Menschen im Asyl-verfahren haben aber noch keine Kranken-versicherung.

Diese Menschen brauchen einen [Behandlungs-schein](#).

Versicherten-karte

Sie haben eine Kranken-versicherung?
Dann haben Sie eine Versicherten-karte.

Mit der Karte können Sie zu jedem Arzt gehen.
Auf der Rück-seite ist eine Versicherung für Europa (EHIC).
Mit der Versicherung können Sie auch in andere Ländern gehen.

Kranken-versorgung über Asyl-bewerber-leistung

Menschen mit einem Asyl-antrag bekommen einen Behandlungs-schein.
Sie brauchen den Behandlungs-schein für jede Kranken-behandlung.
Sie müssen den Behandlungs-schein in der Arzt-praxis abgeben.
Sie müssen die Kranken-behandlung nicht selbst zahlen.

Sie haben einen Unfall?
Dann brauchen Sie den Behandlungs-schein nicht.
Sie haben 10 Tage Zeit, den Behandlungs-schein vorzulegen.

Sie können den Behandlungs-schein bei Ihrem Ansprech-partner oder Ihrer Ansprech-partnerin im [Team Flüchtlinge und Aussiedler](#) abholen.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Broschüre | Ratgeber Gesundheit für Asylsuchende in Deutschland | Bundesministerium für Gesundheit

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Kurdisch](#) · [Paschtu](#)

Impfschutz

In Deutschland gibt es manche Krankheiten **nicht** mehr.
Das ist gut.
Aber manche Menschen bekommen noch Krankheiten.
Deshalb müssen die Menschen sich impfen lassen.
Die Impfungen schützen die Menschen.
Die Kranken-kassen zahlen die Impfungen.
Sie bekommen einen Impf-ausweis.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Kalender | Impfkalendar | Robert Koch Institut

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Russisch](#) · [Spanisch](#) · [Türkisch](#)

Broschüre | Schutzimpfungen. Mehrsprachiger Wegweiser | Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

[Deutsch](#) · [Albanisch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Griechisch](#) · [Italienisch](#) · [Kurdisch](#) · [Pers](#)

Video | Impfaufklärungsvideo in verschiedenen Sprachen | Verein zur medizinischen Versorgung von Flüchtlingen, Asylsuchenden und deren Kindern e.V.

Ärzte und Ärztinnen

So finden Sie einen Arzt oder eine Ärztin

In Deutschland gibt es:

- Kranken·häuser
- Allgemein·arzt·praxen
- Fach·arzt·praxen

Sie sind krank?

Oder Sie haben Schmerzen?

Dann gehen Sie zuerst zum Arzt oder zur Ärztin.

Die Ärzte und Ärztinnen heißen auch Haus·ärzte und Haus·ärztinnen.

Die Ärzte und Ärztinnen untersuchen Sie.

Sie geben Ihnen auch Medikamente ([Rezepte](#)).

Die Ärzte und Ärztinnen entscheiden:

Sie brauchen eine weitere Untersuchung von einem [Fach·arzt oder einer Fach·ärztin](#).

Sie werden an einen Fach·arzt oder eine Fach·ärztin überwiesen.

Manchmal ist die Arzt·praxis geschlossen.

Dann können Sie beim ärztlichen Bereitschafts·dienst anrufen.

Die Telefon·nummer ist: [116117](#).

Sie haben schlimme Schmerzen am Wochenende?

Oder an Feier·tagen?

Oder nachts?

Dann gehen Sie ins Kranken·haus.

Sie sind lebens·gefährlich krank?

Sie müssen in ein Kranken·haus?

Sie müssen sofort einen Kranken·wagen anrufen.

Das ist die Telefon·nummer vom Kranken·wagen: [112](#).

Ärzte mit Fremd·sprachen·kenntnissen

Es gibt ein Verzeichnis über die Arzt·praxen im Kreis Bergstraße.

Und ein Verzeichnis über die Apotheken im Kreis Bergstraße.

Das Verzeichnis heißt: "[Fremd·sprachen Ärzte- und Apotheken-verzeichnis für den Kreis Bergstraße](#)".

Fachärzte und Fachärztinnen

Sie brauchen einen besonderen Arzt oder Ärztin?

Der Haus·arzt oder die Haus·ärztin schickt Sie zu einem Fach·arzt oder einer Fach·ärztin.

Es gibt ein Verzeichnis von Ärzten und Apotheken.

Das Verzeichnis ist für den Kreis Bergstraße.

Das Verzeichnis finden Sie hier: ["Fremd-sprachen Ärzte- und Apotheken-verzeichnis für den Kreis Bergstraße"](#).

Kinder·gesundheit

Kinder brauchen oft einen Arzt oder Ärztin.

Dieser Arzt heißt Kinder·arzt oder Kinder·ärztin.

Der Kinder·arzt oder die Kinder·ärztin kümmert sich um die Gesundheit von Kindern.

Der Kinder·arzt oder die Kinder·ärztin untersucht die Kinder.

Das sollen die [Kinder jedes Jahr](#) machen lassen.

Dann kann der Kinder·arzt oder die Kinder·ärztin früh sehen:

- Wird das Kind krank?
- Wächst das Kind gut?

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Broschüre | Kinderkrankheiten in Kita und Schule | DRK Soziale Dienste OWL St.Pauli e.V.
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Türkisch](#) · [Farsi](#)

Frauen·gesundheit (Gynäkologen)

Frauen müssen zu einem Frauen·arzt oder einer Frauen·ärztin.

Der Frauen·arzt oder die Frauen·ärztin untersucht die Frauen.

Das sollten die Frauen regelmäßig machen.

Sie können auch andere Sachen bei der Untersuchung fragen.

Zum Beispiel:

- Wie Sie verhüten können.
- Wie Sie schwanger werden können.
- Wie Sie Geschlechts·krankheiten bekommen können.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Video | Gut zu wissen – Besuch bei der Frauenärztin | Medienzentrum der GWA St.Pauli e.V.
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Türkisch](#)

Männer·gesundheit

Männer können sich bei einem Andrologen oder bei einem Urologen melden.
Andrologen sind für die Gesundheit von Männern.
Urologen sind für die Gesundheit von Männern und Frauen.

Wort·schatz Körper und Gesundheit

Der Wort·schatz für Körper und Gesundheit hilft Ihnen.
Sie können erklären was Sie haben.
Sie können dann besser Hilfe bekommen.

Bildwörterbuch für Flüchtlinge | Apotheken Umschau

[Deutsch](#) · [Englisch](#) · [Ukrainisch](#) · [Russisch](#)

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#)

[Deutsch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Urdu](#)

Website | Zanzu - Mein Körper in Wort und Bild | Bundeszentrale für gesundheitliche
Aufklärung (BZgA)

[Deutsch](#) · [Albanisch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Niederländisch](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#)
· [Türkisch](#)

Vokabeln | Notfall-Wortschatz | notfall-wortschatz.de

[Albanisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Dänisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Griechisch](#) · [Indonesisch](#) · [Italienisch](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#)

Wortfächer | Healthcare Language Guide for Migrants | Take care projekt

[Wortfächer in 17 Sprachen](#)

Kita, Schule und Bildung

Kita

Arten von Kinder·betreuung

Kita

Ihr Kind ist 1 Jahr alt?
Es kann in die Kita gehen.
Bis Ihr Kind 12 Jahre alt ist.

Das Fach·wort für die Kita ist: Kinder·tages·einrichtungen.
Es gibt verschiedene Arten von Kitas.

Zum Beispiel:

- Die Krippe
- Der Kinder·garten

- Der Hort

Die Erzieher und Erzieherinnen betreuen das Kind.

Informationen zur Kinderbetreuung gibt es auf der Internetseite vom [Kreis Bergstraße](#).

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Flyer | Informationen zur Kindertagesbetreuung | Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Kurmanci](#) · [Rumänisch](#) · [Russisch](#) · [Sorbianisch](#)

Video | Kinderbetreuung für Kinder ab 1 Jahr: Kindertagespflege | Bundesverband für Kindertagespflege e.V.

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Kurmanci](#) · [Russisch](#) · [Tigrinya](#) · [Türkisch](#)

Video | Kindertagesbetreuung in Deutschland | Hessisches Ministerium für Soziales und Integration

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#)

Kinder-tages-pflege

Das Kind ist 0 bis 3 Jahre alt

Die Kinder-tages-pflege ist eine besondere Form von Pflege.

Kinder unter 3 Jahren kommen in die Kinder-tagespflege.

Die Kinder bleiben bei der Tages-mutter oder beim Tages-vater.

Die Kinder bekommen dort Essen und Trinken.

Sie wollen mehr Informationen zur Kinder-tages-pflege?

Dann klicken Sie [hier](#).

Sie können auch im [Jugend-amt](#) fragen.

Das Jugend-amt erlaubt die Pflege.

Krippe

Das Kind ist 1 bis 3 Jahre alt

Die Krippe ist eine besondere Einrichtung für kleine Kinder.

Kinder von 1 bis 3 Jahren gehen in die Krippe.

Die Kinder brauchen viel Aufmerksamkeit und Zuwendung.

Dort werden sie gut betreut.

Kinder-garten

Das Kind ist 3 Jahre alt bis zur Einschulung

Kinder von 3 bis 6 Jahren können in einen Kinder-garten gehen.

Das ist ein besonderer Ort für Kinder.

Dort können die Kinder spielen.
Dort können die Kinder neue Freunde finden.

Die Kinder lernen dabei:

- Wie sie mit anderen Kindern spielen können.
- Wie sie mit anderen Kindern reden können.

Mehr Infos gibt es hier: [Kinder·garten](#)

Schüler·betreuung

Kinder von 6 bis 12 Jahren in der Schule

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren gibt es auch Betreuung nach der Schule.

Zum Beispiel:

- die Hort·betreuung
- die Mittags·betreuung
- die Ganztags·schule

Sie können Informationen über die Betreuung in Ihrer Stadt bekommen.
Oder in Ihrer Gemeinde.

Sie können auch Informationen von Ihrer Grund·schule bekommen.
Oder auf der [Internet·seite vom Kreis](#).

Kinder·garten

Der Kinder·garten ist eine Einrichtung für Kinder.

Ihr Kind ist 3 Jahre alt?
Es kann in den Kinder·garten gehen.

Am Ende vom Kinder·garten gibt es Unterricht.
Der Unterricht ist für die Kinder,
die bald in die Schule kommen.
Die Kinder sollen gut in die Schule starten.

Die Eltern melden ihr Kind in dem Kinder·garten an.
Und bei der Verwaltung von der [Stadt oder der Gemeinde](#).

Kinder·garten·kosten

Die Kosten für den Kinder·garten können manchmal übernommen werden.

Zum Beispiel:

- Wenn Sie noch keine Arbeit haben.
- Und wenn Sie Geld vom [Sozial·amt](#) bekommen.

- Oder wenn Sie Geld vom [Job-center](#) bekommen.

Dann können Sie die Kosten für den Kinder·garten bezahlen.
Sie müssen dafür einen [Antrag](#) stellen.

Kinder mit Behinderung

Kinder mit Behinderung können auch in einen Regel·kinder·garten gehen.
Regel·kinder·garten ist ein anderer Name für den normalen Kinder·garten.
Kinder mit Entwicklungs·verzögerung können auch in einen Regel·kinder·garten gehen.

Der Kreis Bergstraße erklärt:

Wie wird ein Kind mit Behinderung betreut?

Sie können Informationen auf der [Internet·seite vom Kreis Bergstraße](#) lesen.

Schule

Schul·pflicht

In Deutschland gibt es eine Schul·pflicht.

Das steht im Gesetz:

Die Kinder zwischen 6 und 16 Jahren müssen in die Schule gehen.

Die Kinder müssen 12 Jahre in die Schule gehen.

Die Eltern von den Kindern müssen dafür sorgen,
dass die Kinder in die Schule gehen.

Die Schul·pflicht endet mit 18 Jahren.

Wenn ein Kind keine Ausbildung macht.

Die Schulen kosten nichts.

Anmeldung an einer Grund·schule

Die Schule schreibt Ihnen einen Brief.

Sie müssen Ihr Kind anmelden.

Die Schule sagt Ihnen:

Wann Ihr Kind in die Schule gehen muss.

Die Schule sagt Ihnen auch:

Wann die Anmeldung für die Schule ist.

Weitere Informationen sind auf der [Seite des Kreises](#).

Schul·eingangs·untersuchung

Sie haben Ihr Kind an einer Schule angemeldet.

Alle Kinder müssen vor der Einschulung untersucht werden.

Zum Beispiel:

- Hören
- Sehen
- Denken
- Bewegung
- Sprechen

Sie bekommen eine Einladung vom Gesundheits·amt.

In der Einladung steht:

Sie müssen Ihr Kind zur Schul·eingangs·untersuchung bringen.

Gesundheits·amt Kreis Bergstraße

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Adresse

Gesundheitsamt

Kinder- und Jugendärztlicher Dienst

[Kettelerstraße 29](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

E-Mail: gesundheit@kreis-bergstrasse.de

Schul·system

In Deutschland gibt es [verschiedene Schul·arten](#).

Wie gut Ihr Kind in der Schule ist zeigt:

Auf welche Schule es gehen darf.

Es gibt verschiedene Schulen im Kreis Bergstraße.

Die [Web·seite vom Schul·weg·weiser](#) hat Informationen über alle Schulen.

Die Informationen über die Schulen stehen auch auf der [Internet·seite vom Kreis Bergstraße](#).

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Broschüre | Schulsystem-Grafiken der Bundesländer | Bundesagentur für Arbeit

[Das Schulsystem in Hessen](#)

Video | Das hessische Schulsystem | Hessisches Kultusministerium

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#)

Video | Bildungswege in Hessen | Hessisches Kultusministerium

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Türkisch](#)

Grund·schule

Die Grund·schule ist eine Schule für Kinder.
Die Grund·schule dauert normalerweise 4 Jahre.

Ihr Kind ist 6 Jahre alt?
Dann müssen Sie Ihr Kind anmelden.
Dann kann Ihr Kind in die Grund·schule gehen.

Nach der Grund·schule können Schüler und Schülerinnen wechseln.
Die Eltern entscheiden darüber.
Und die Leistung von Ihrem Kind.

Die Schüler und Schülerinnen können auf eine der Schulen gehen:

Haupt·schule

Die Haupt·schule ist eine Schule für Kinder und Jugendliche.
Die Haupt·schule soll den Kindern helfen.
Die Kinder sollen einen Beruf lernen können.
Die Kinder machen die 9. Klasse an der Haupt·schule.
Dann haben die Kinder einen Haupt·schul·abschluss.

Real·schule

Die Real·schule ist eine Schule für Kinder und Jugendliche.
In der Real·schule lernen die Kinder praktische Dinge.
Die Kinder lernen auch Theorien.
Die Real·schule bereitet die Kinder auf die Ausbildung vor.
Die Kinder bekommen am Ende der 10. Klasse einen Abschluss.

Gymnasium

Das Gymnasium ist eine Schule für Kinder und Jugendliche.
Im Gymnasium lernen die Kinder sehr viele Dinge.
Nach der 12. oder 13. Klasse machen die Jugendlichen das Abitur.
Die Schüler und Schülerinnen können danach studieren.

Gemeinschafts·schule

An einer Gemeinschafts·schule lernen alle Kinder gemeinsam.
Die Kinder können alle Abschlüsse machen:

- Haupt·schul·abschluss
- Mittlere Reife
- Abitur

Informationen

Ihr Kind entwickelt sich manchmal anders.
Dann kann Ihr Kind in eine andere Schul-art wechseln.

Ein Kind kann auch nach der Schule noch weiter lernen.
Zum Beispiel nach einem Abschluss von der Real-schule.
Dann kann das Kind auf ein berufliches Gymnasium gehen.
Und es kann die Prüfung für das Abitur machen.

Bildungs- und Teilhabe-paket (BuT)

Es gibt ein Hilfs-programm.

Das Programm heißt:
Bildungs-und Teil-habe-paket.
Familien mit wenig Geld können Hilfe bekommen.

Die Familien bekommen dann Geld für Sachen wie:

- Mittag-essen in der Schule
- Eintritt in Vereine
- Ausflüge mit der Schul-klasse

Sie können mehr darüber erfahren bei [Neue Wege Kreis Bergstraße](#).

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Flyer | Das Bildungspaket im Kreis Bergstraße | Neue Wege Kreis Bergstraße
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Russisch](#) · [Tigrinja](#)

Video | Bildung und Teilhabe - Klassenfahrten | Neue Wege Kreis Bergstraße
[Deutsch](#)

Video | Bildung und Teilhabe - Schule und Lernförderung | Neue Wege Kreis Bergstraße
[Deutsch](#)

Video | Bildung und Teilhabe - Sport und Kultur | Neue Wege Kreis Bergstraße
[Deutsch](#)

Hilfe für Kinder und Jugendliche zum Deutsch-lernen

In Hessen gibt es ein Programm.
Es hilft Kindern und Jugendlichen, die aus anderen Ländern kommen.
Es hilft ihnen, besser Deutsch zu lernen.
Schon ein Jahr vor der Schule können sie an Kursen teilnehmen.
In der Schule gibt es dann weitere Deutsch-Kurse und viel Unterstützung.
Auch in der Ausbildung wird Deutsch gefördert.

Das Konzept:

- [Vorlauf-kurse](#)
- [Sprach-kurse bei Zurück-stellung](#)
- [Intensiv-klassen und Intensiv-kurse an allgemein-bildenden Schulen](#)
- [Intensiv-klassen an beruflichen Schulen: InteA – Integration durch Anschluss und Abschluss](#)
- [Deutsch-förderung von ehemaligen Seiten-einsteigerinnen und Seiten-einsteiger](#)
- [Deutsch-Förder-kurse zur Erweiterung der Sprach-kenntnisse](#)

Mehr Informationen finden Sie auf der [Internet-seite des Hessisches Kultus-ministerium](#).

Vorlauf-kurse

Grund-schulen machen extra Kurse für Kinder, die noch nicht gut Deutsch sprechen. Diese Kurse heißen Vorlauf-kurse.

Wichtiges über die Kurse:

- Die Kinder müssen mitmachen.
- Die Kurse helfen den Kindern, Deutsch zu lernen, bevor sie in die Schule gehen.
- Die Kurse sind in der Grund-schule oder im Kinder-garten.
- Die Kurse beginnen ein Jahr, bevor die Kinder in die Schule kommen.

Eltern melden ihre Kinder im März oder April an.

Dann wird geprüft, ob die Kinder gut genug Deutsch sprechen.

Wenn sie Hilfe brauchen, wird das schnell erkannt.

Eltern bekommen auch Tipps, wie sie ihren Kindern helfen können.

Sprachkurse bei Zurückstellung

Manchmal sprechen Kinder noch nicht gut Deutsch, wenn sie zur Schule sollen. Dann starten sie später und machen einen Deutsch-kurs.

Wichtige Infos:

- Die Kurse sind Pflicht.
- Sie sind in speziellen Klassen oder an Grund-schulen.
- Nach einem Jahr können die Kinder besser Deutsch.
- Wenn das Deutsch gut ist, können sie dann in die erste Klasse gehen.

Eltern bekommen Tipps, wie sie ihre Kinder unterstützen können, damit sie später in der Schule gut zurechtkommen.

Intensiv-klassen und Intensiv-kurse an allgemein-bildenden Schulen

Intensiv-klassen

Wenn viele neue Schüler·innen und Schüler neu an die Schule kommen und noch nicht gut Deutsch sprechen, gibt es Intensiv·klassen.
Diese Klassen helfen den Kindern, Deutsch zu lernen.

Wichtige Infos:

- Die Intensiv·klassen sind Pflicht für alle neuen Schüler.
- Sie können in der Region oder an anderen Orten sein.
- Die Klassen dauern meist ein Jahr.
- Sie bereiten die Kinder auf den normalen Unterricht vor.
- Die Schüler nehmen auch am Kunst- und Sport·unterricht teil.
- Es gibt nach·mittags Angebote, damit sie gut integriert werden.

Intensiv·kurse

Für neue Schüler, die keine oder nur geringe Deutschkenntnisse haben und nicht an Intensivklassen teilnehmen können, gibt es Intensivkurse.

Wichtige Infos:

- vermitteln grundlegende Deutschkenntnisse,
- dauern bis zu zwei Jahre.

Alphabet·isierungs·kurse

Diese Kurse sind für Schüler, die noch nie eine Schule besucht haben oder das lateinische Alphabet lernen müssen.

Wichtige Infos:

- Die Kurse finden während der Schul·zeit statt.
- Sie sind in Intensiv·klassen, Intensiv·kursen oder bei InteA an Berufs·schulen.

Intensiv·klassen an beruflichen Schulen: InteA – Integration durch Anschluss und Abschluss

In beruflichen Schulen gibt es InteA-Klassen für neue Schüler aus dem Ausland, die noch nicht gut Deutsch können.

Wichtige Infos:

- Für Jugendliche zwischen 16 und 18 Jahren.
- Sie lernen Deutsch und Fachwörter für Berufe.
- Die Kurse dauern bis zu zwei Jahre.
- Nach dem Kurs können sie in andere Schulen oder Aus·bildungen wechseln.
- Die Klassen bereiten auf das Berufs·leben vor.

Deutsch-förderung von ehemaligen Seiten-einsteigerinnen und Seiten-einsteigern

Jugendliche aus dem Ausland, die eine duale Ausbildung machen, bekommen extra Hilfe im Deutsch-unterricht.

Diese Hilfe soll ihnen beim erfolgreichen Abschluss der Ausbildung helfen.

Wichtige Infos zur Deutsch-förderung:

- Sie ist gezielt für die Jugendlichen.
- Sie umfasst vier zusätzliche Stunden Deutsch-unterricht pro Woche.
- Die Unterstützung beginnt gleich am Anfang der Ausbildung und wird danach weiter ausgebaut.

Deutsch-Förderkurse zur Erweiterung der Sprachkenntnisse

Schulen bieten Deutsch-Förder-kurse für Schüler an, die schon etwas Deutsch sprechen, aber noch besser werden möchten.

Wichtige Infos zu den Kursen:

- Sie helfen den Kindern, Deutsch besser zu verstehen und zu sprechen.
- Sie unterstützen die Kinder, damit sie einen guten Schul-abschluss machen.
- In der Grund-schule gibt es bis zu zwei Stunden extra Deutsch-unterricht pro Woche.
- In weiter-führenden Schulen gibt es bis zu vier Stunden extra Deutsch-unterricht pro Woche.

Die Kurse sollen den Kindern helfen, sicherer in Deutsch zu werden und in der Schule erfolgreich zu sein.

Finanzierung und Stipendium

Stipendium

Es gibt viele Stipendien.

Sie können sich für Stipendien bewerben.

Die Bedingungen für die Stipendien sind sehr unterschiedlich.

Manche Stipendien wollen wissen:

- Wie Sie in der Schule sind.
- Wie Sie leben.
- Helfen Sie anderen Menschen?

[SABA gibt Bildungs-stipendien](#) an Migranten und Migrantinnen.

Weiter-bildung

In Deutschland gibt es viele Möglichkeiten:

- Nach der Schule weiter lernen.
- Einen Abschluss von der Schule bekommen.

Sie können von zu Hause aus lernen.

Oder Sie gehen in die Schule.

Es gibt auch Kurse am Abend.

Sie wollen mehr über die Weiterbildung wissen?

Dann lesen Sie die Broschüre:

„[Berufliche Perspektiven schaffen](#)“.

Oder den Flyer:

„[Ihr Weg zum Abschluss!](#)“

Abend·schule

Eine Abend·schule ist eine Schule für Erwachsene.

Man kann dort die Mittlere Reife oder das Abitur machen.

Sie können auch gleichzeitig arbeiten gehen.

Der Unterricht ist am Abend oder am Wochenende.

Abend·schule Heppenheim

Homepage: www.abendschule-heppenheim.de

Adresse

Abendschule Heppenheim

[Gerhart-Hauptmann-Straße 21](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 794616](tel:06252794616)

E-Mail: sekretariat@abendschule-heppenheim.de

Kreis·volks·hoch·schule

Die Kreis·volks·hoch·schule bietet Unterricht an.

Man kann sich zu verschiedenen Sachen weiter·bilden.

Den Unterricht gibt es als:

- Vorträge
- Kurse
- Seminare am Wochenende
- Workshops.

Kreis·volks·hoch·schule Bergstraße

Homepage: www.kvhs-bergstrasse.de

Adresse

Kreisvolkshochschule Bergstraße

[Marktplatz 1](#)

[64653 Lorsch](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 17296-0](tel:06251 17296-0)

E-Mail: info@kvhs-bergstrasse.de

Bildungs·werk der Hessischen Wirtschaft (BWHW)

Das Bildungs·werk der Hessischen Wirtschaft bietet Kurse an.

Die Kurse helfen Ihnen.

Sie können dann besser einen Job finden.

Weitere Informationen finden Sie im ["Teil·qualifizierungs·programm TQ und TQplus Verkäufer/-in"](#).

Bildungs·werk der Hessischen Wirtschaft (BWHW)

Homepage: www.bwhw.de

Adresse

Bildungswerk der Hessischen Wirtschaft (BWHW)

[Lilienthalstraße 39 - 45](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 1749-60](tel:06251 1749-60)

E-Mail: bensheim@bwhw.de

Bibliotheken

In Bibliotheken und Büchereien können Sie Bücher, Zeit·schriften, CDs und DVDs aus·leihen.

Sie können die Bücher und Medien dann für einige Wochen behalten (Leihfrist).

Das meiste davon ist auf Deutsch.

Manchmal gibt es aber auch Bücher in anderen Sprachen.

Wenn Sie etwas ausleihen möchten, benötigen Sie einen Ausweis.

Diesen Ausweis erhalten Sie in der Bibliothek.

Meistens müssen Sie dafür etwas bezahlen.

Wenn Sie die Bücher und Medien nicht rechtzeitig zurück·geben, müssen Sie zusätzliche Gebühren (=Geld) bezahlen.

Einhausen

Öffentliche Bücherei Einhausen

Homepage: <https://bistummainz.de>

Adresse

Öffentliche Bücherei Einhausen

[Marktplatz 1](#)

[64683 Einhausen](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 589500](tel:06251589500)

E-Mail: buecherei@einhausen.info

Kinder, Jugend und Familie

Familienplanung, Schwangerschaft und Geburt

Sexualität, Verhütung und Gesundheit

Familienplanung und Sexualität

Sie haben das Recht auf eine Familie.

Sie haben das Recht auf eine selbst-bestimmte Sexualität.

Sie entscheiden selbst:

- Mit wem Sie Geschlechtsverkehr haben.
- Wie Sie Geschlechtsverkehr haben.
- Ob Sie Geschlechtsverkehr haben möchten.

Sexualberatung

Sie können bei einer Sexualberatung über Ihre Sexualität sprechen.

Sie können zum Beispiel Fragen zu Ihrem Körper stellen.

Oder Fragen zu Ihrer Orientierung.

Oder Sie haben sexuelle Gewalt erlebt.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Broschüre | Deine Sexualität – Deine Rechte | pro familia Bundesverband

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Dari](#)

profamilia

Homepage: www.profamilia.de

Anschrift

profamilia Beratungsstelle Bensheim

[Promenadenstraße 14 \(2. Stock\)](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefon: [06251 82675-30](tel:062518267530)

E-Mail: bensheim@profamilia.de

Verhütung

Sie wollen keine Kinder?
Dann müssen Sie verhüten.

Es gibt verschiedene Verhütungsmittel:
Zum Schutz vor einer Schwangerschaft.
Und zum Schutz vor Krankheiten.

Sie können zu einem Frauenarzt oder zu einer Frauenärztin gehen.
Der Arzt oder die Ärztin erklärt Ihnen die Möglichkeiten.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Flyer | Die Pille danach | Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Russisch](#) · [Türkisch](#)

Flyer | Sicher sein - Kondome + Pannen | Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Russisch](#) · [Türkisch](#)

Flyer | Sicher sein - Pille + Pannen | Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Russisch](#) · [Türkisch](#)

Broschüre | Verhütung | pro familia Bundesverband
[Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Kroatisch](#) · [Kurmanci](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#) · [Tigrinya](#) · [Türkisch](#)

Ungewollte Schwangerschaft

Sie sind schwanger?
Aber Sie wollen das Kind nicht bekommen?
Dann können Sie die Schwangerschaft mit einem Abbruch beenden.

Sie entscheiden allein:
Soll ich das Kind bekommen oder **nicht**?

Niemand darf Ihnen sagen:
Sie **müssen** das Kind bekommen.

Niemand darf Ihnen sagen:
Sie dürfen das Kind **nicht** bekommen.

Niemand darf Ihnen Angst machen.

Niemand darf Ihnen sagen:
So müssen Sie entscheiden.

Sie müssen vorher ein Beratungs-gespräch in einer
"[Schwangerschafts-konflikt-beratungs-stelle](#)" haben.
Dort sprechen Sie mit einem Berater oder einer Beraterin.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Beratung und Informationen auf der Homepage des Bundesministeriums für Familie, Senioren,
Frauen und Jugend:

[Deutsch](#) · [Albanisch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Kurmanci](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#)

Faltblatt | Kurzinfo Schwangerschaftsabbruch | pro familia Bundesverband

[Deutsch](#) · [Albanisch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Kurmanci](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#)

Schwangerschaft und Geburt

Eine Frau bekommt ein Kind.
Das ist eine besondere Zeit.

Sie haben viele Fragen.
Sie können zu Ihrem [Arzt oder zu Ihrer Ärztin](#) gehen.
Oder Sie gehen zu einer [Beratungs-stelle für Schwangerschaft](#).

Die Fach-stelle '[Frühe Hilfen](#)' vom Jugend-amt hat eine Liste mit den Hilfen für Familien
gemacht.

Die Liste ist für die Region Bergstraße.

Auf der Liste stehen:

- die Hilfen für schwangere Frauen,
- die Hilfen für Familien mit kleinen Kindern.

Hier können Sie Beratungs-stellen finden.
Zum Beispiel:

- Hebammen
- Ärzte und Ärztinnen für Frauen
- Ärzte und Ärztinnen für Kinder

Sie möchten sich beraten lassen?
Aber Sie wollen **nicht** Ihren Namen sagen?
Dann können Sie die [anonyme Beratung für Schwangere](#) anrufen.
Die Beratung gibt es in mehreren Sprachen.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Broschüre | "Müttergesundheit" | Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Kurdisch](#) · [Russisch](#) · [Türkisch](#)

Video | Was sind [Frühe Hilfen](#)? | Nationales Zentrum - Frühe Hilfen
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Russisch](#) · [Türkisch](#)

Während der Schwangerschaft

Sie sind schwanger?

Das heißt:

Sie haben ein Kind im Bauch.

Sie müssen zu einem Arzt oder zu einer Ärztin.

Die Ärztin oder der Arzt heißt: Frauen·arzt oder Frauen·ärztin.

Dort bekommen Sie einen Mutter·pass.

Im Mutter·pass stehen wichtige Informationen über:

- Ihre Gesundheit
- Die Gesundheit von Ihrem Kind
- Die Schwangerschaft.

Nehmen Sie immer den Mutter·pass mit.

Sie wollen ein Kind bekommen?

Oder Sie haben schon ein Kind?

Sie können sich bei den [Beratungs·stellen beraten](#) lassen.

Die Beratungs·stellen helfen Ihnen bei der Planung.

Und bei der Schwangerschaft.

Und bei der Geburt.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Checkliste | Checkliste für schwangere Migrantinnen | pro familia Bundesverband

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Tigrinya](#)

Broschüre | Angebotsspektrum Schwangerschaftsberatung | Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#)

Broschüre | Essen, Trinken und Bewegen in der Schwangerschaft - Heft ohne Worte | Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung

[Botschaften zum Heft ohne Worte](#)

Video | Schwangerschaft und Geburt | DRK Soziale Dienste OWL

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Paschtu](#) · [Sorani](#)

Hebamme

Sie sollten eine Hebamme finden.

Die Hebamme hilft Ihnen und Ihrer Familie.

Die Hebamme hilft:

- Wenn Sie ein Kind bekommen werden.
- Wenn Sie ein Kind bekommen haben.

- Wenn Sie stillen.
- Wenn Sie sich Sorgen machen.
- Wenn Sie Fragen haben.

Die Hebamme kümmert sich um Sie:

- In der Schwangerschaft
- Bei der Geburt
- Im Wochen-bett
- In der Still-zeit.

Geburts-vorbereitungs-kurse

Es gibt Kurse für die Vorbereitung auf die Geburt.

Die Kurse heißen:

Geburts-vorbereitungs-kurse.

Sie können in den Kursen viel über die Geburt lernen.

Sie können auch andere werdende Eltern kennenlernen.

Die Kurse sind ab der 25. Woche empfohlen.

Fragen Sie:

- Die Hebamme
- [Die Schwangeren-beratungs-stelle](#)
- [Der Frauen-arzt oder die Frauen-ärztin](#).

Geburt

Ihr Frauen-arzt oder Ihre Frauen-ärztin sagt Ihnen:

In welche Entbindungs-klinik Sie gehen.

Sie müssen sich im Kranken-haus anmelden.

Sie können sich ab dem 8. Monat von Ihrer Schwangerschaft anmelden.

Das Kranken-haus bietet auch Informations-abende an.

Bei den Informations-abenden können Sie den [Kreiß-saal besuchen](#).

Nach der Geburt

Die Klinik meldet Ihr Kind beim [Standes-amt](#) an.

Sie bekommen dort eine Urkunde über die Geburt.

Informationen zur Urkunde und zum Sorge-recht finden Sie hier: [Geburts-urkunde und Sorge-recht](#)

Rück-bildungs-kurse

Sie können Kurse zur Rückbildung machen.
Die Kurse helfen Ihnen.
Sie haben später weniger Schmerzen.
Die Kurse werden oft von einer Hebamme angeboten.
Sie machen die Kurse etwa 6-8 Wochen nach der Geburt.

Sie fragen dann bei:

- Ihrer Hebamme
- Dem Frauenarzt
- Einer Beratungsstelle

Finanzielle Hilfe

Kinder-geld

Alle Eltern in Deutschland bekommen Kinder-geld.
Kinder bekommen bis zum 18. Lebens-jahr Kinder-geld.

Das Kinder-geld soll den Kindern helfen.
Das Kinder-geld ist zum Beispiel für:

- Essen für die Kinder
- Kleidung für die Kinder
- Spiel-zeug für die Kinder.

Sie müssen für das Kinder-geld einen Antrag stellen.
Sie stellen den Antrag bei der [Familien-kasse der Bundes-agentur für Arbeit](#).

Eltern-geld

Eltern-geld ist Geld für Eltern.
Nach der Geburt von ihrem Kind bleiben Sie zuerst zu Hause.
Dann bekommen Sie Eltern-geld.
Die Eltern kümmern sich um das Kind.
Die Eltern arbeiten zuerst **nicht**.
Oder Sie arbeiten **weniger** als vor der Geburt.

Familien haben dann weniger Geld.
Deshalb bekommen die Eltern Geld vom Staat.
Die Eltern bekommen das Geld für 14 Monate.

Sie sind Asyl-bewerber oder Asyl-bewerberin?
Dann bekommen Sie **kein** Eltern-geld.

Das BAMF hat Ihre Anträge positiv beantwortet?
Und Sie haben vor der Geburt gearbeitet?
Dann bekommen Sie Eltern-geld.

Sie müssen einen Antrag auf Eltern·geld stellen.
Sie stellen den Antrag bei den [Hessischen Ämter für Versorgung und Soziales](#).

Geburts·urkunde und Sorge·recht

Geburts·urkunde

Jedes Kind bekommt nach der Geburt eine Urkunde vom [Standes·amt](#).
Die Urkunde heißt: Geburts·urkunde.

In der Geburts·urkunde steht:

- Der Name
- Die Namen von den Eltern
- Das Geschlecht
- Der Geburts·tag
- Die Religion
- Wo das Kind geboren wurde.

Ihre Kinder brauchen die Urkunde:

- Damit sie einen Kinder·reise·pass bekommen.
- Damit sie einen Personal·ausweis bekommen.
- Damit sie Kinder·geld bekommen.
- Damit Sie Eltern·geld bekommen.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Information | So registrieren Sie Ihr neugeborenes Kind. Informationen für
Geflüchtete | Deutsches Institut für Menschenrechte
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#)

Vaterschafts·anerkennung

Ein Kind ist geboren.
Die Eltern von dem Kind sind nicht verheiratet?
Dann muss der Vater eine Anerkennung machen.
Die Mutter muss dazu ja sagen.

Sie können die Anerkennung beim [Jugend·amt](#) machen lassen.
Oder beim [Standes·amt](#).
Oder beim Notar.

Sie wollen die Vaterschaft anerkennen?
Auf der Internet·seite vom Kreis Bergstraße finden Sie Informationen.
Die Internet·seite heißt: [Vaterschafts·anerkennung](#).

Unterhalt des Kindes

Eltern sind zum Unterhalt ihrer Kinder verpflichtet.

Das bedeutet:

Sie müssen Geld für ihre Kinder bezahlen.

Vielleicht leben die Eltern nicht mehr zusammen.

Aber beide Eltern sind für das Kind verantwortlich.

Vielleicht können die Eltern nicht genug Geld verdienen.

Oder sie können das Geld nicht ausgeben.

Dann können sie Hilfe vom [Jugend·amt](#) bekommen.

Sie finden Informationen auf der Internet·seite vom Kreis Bergstraße.

Die Internet·seite heißt: [Unterhalts·vorschuss](#).

Kinder und Gesundheit

Vor·sorge·untersuchungen

Früh·erkennungs·untersuchungen U1-U9

Ihr Kind muss zu Untersuchungen.

Die Untersuchungen sind für das Kind wichtig.

Es gibt 9 Untersuchungen.

Die erste Untersuchung ist die U1.

Die U1 ist nach der Geburt.

Die U2 ist meistens in der Klinik.

Ihr Kinder·arzt oder Ihre Kinder·ärztin machen die anderen Untersuchungen.

Machen Sie einen Termin mit dem Arzt.

Die Arzt·besuche kosten **nichts**.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Video | Gesunde Kinder | DRK Soziale Dienste OWL gGmbH

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Paschtu](#) · [Sorani](#)

Video | U-Untersuchung | Deutsche Liga für das Kind in Familie und Gesellschaft e.V.

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Russisch](#) · [Türkisch](#)

Zahn·gesundheit

Ihr Kind hat Zahn·schmerzen?

Dann gehen Sie zu einem Zahn·arzt oder zu einer Zahn·ärztin.

So bleiben die Zähne Ihres Kindes gesund:

- 2 Mal am Tag die Zähne putzen:
Morgens und abends.
- Sie sollen kein süßes Essen essen
und kein saures Essen essen.
- Trinken Sie viel Wasser.

- 2 Mal im Jahr müssen Sie zum Zahn-arzt gehen.

Es gibt ein Verzeichnis von Ärzten und Apotheken im Kreis Bergstraße.

Das Verzeichnis steht hier: "[Fremd-sprachen Ärzte- und Apotheken-verzeichnis für den Kreis Bergstraße](#)".

Gesunde Ernährung

Essen ist wichtig für die Gesundheit.

Essen Sie gesund.

Essen Sie viel Obst und Gemüse.

Essen Sie wenig Zucker.

Dann fühlen Sie sich auch besser.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Information | Gesund essen und trinken 10 Regeln | Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Polnisch](#) · [Russisch](#) · [Türkisch](#)

Broschüre | Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern | Schweizerisches Rotes Kreuz

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Italien](#) · [Portugiesisch](#) · [Türkisch](#) · [Tigrinya](#)

Begegnungs-orte für Familien und Jugendliche

Information

Neue Leute kennen-lernen ist wichtig.

Mit Freunden fühlen Sie sich besser in Ihrer neuen Heimat.

Hier finden Sie die Treffs für junge Leute.

Und Sie finden Treffs für Familien.

Die Treffs sind nach Städten aufgelistet.

Sie wollen mehr Informationen über Begegnungs-orte?

Hier finden Sie "[Angebote vor Ort](#)".

Familien-treffs

Familien-treffs sind Orte für Eltern und Kinder.

Wenn das Kind **noch nicht** 3 Jahre alt ist.

Die Eltern können dort hingehen.

Sie können sich dort treffen.

Sie bekommen dort Hilfe.

Und Sie können sich dort austauschen.

Jugend-treffs

Ihr Kind kann in einen Jugend·treff gehen.
Das sind Treffen für junge Erwachsene.
Dort kann Ihr Kind neue Freunde kennen·lernen.

Abtsteinach

Familien·treffs

Mutter/ Kind Krabbelgruppe

Homepage: www.abtsteinach.de

Anschrift

Schulturnhalle in Unter-Abtsteinach

[Hauptstraße 82](#)

[69518 Abtsteinach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06207 814-69](tel:0620781469)

Bensheim

Familien·treffs

Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie

Homepage: www.kkstiftung.de

Anschrift

Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie

[Darmstädter Straße 100](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 700519](tel:06251700519)

E-Mail: i.kuusela@kkstiftung.de

Familien·zentrum Bensheim e.V.

Homepage: www.familienzentrum-bensheim.de

Anschrift

Familienzentrum Bensheim e. V.

[Hauptstraße 81](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 8053-110](tel:062518053110)

E-Mail: info@familienzentrum-bensheim.de

Stadt Bensheim Frauen·büro - Eltern-Kind-Treff

Homepage: www.bensheim.de

Anschrift

[Rodensteinstraße 8](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 8560-03](tel:06251856003)
E-Mail: frauenbuero@bensheim.de

Jugend·treffs

Jugendförderung / Jugendzentrum der Stadt Bensheim

Homepage: www.bensheim.de

Anschrift

Jugendförderung/Jugendzentrum
[Rodensteinstraße 19](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 1057-240](tel:062511057240)
E-Mail: info@bensheim.de

Biblis

Familien·treffs

Krabbel·gruppe in der Kinder·tages·stätte Pustebume Biblis

Homepage: www.biblis.eu

Anschrift

Kindertagesstätte Pustebume Biblis
[Viktoriastraße 6](#)
[68647 Biblis](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06245 2979-95](tel:06245297995)
E-Mail: pustebume@biblis.eu

Krabbel·gruppe in der katholischen Kinder·tages·stätte Sonnenschein

Homepage: www.katholische-kita-sonnenschein-biblis.de

Anschrift

Katholische Kindertagesstätte Sonnenschein

[Im Helfrichsgärtel 18](#)

[68647 Biblis](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06245 5589](tel:062455589)

E-Mail: info@katholische-kita-sonnenschein-biblis.de

Bürstadt**Familien·treffs****Krabbelkäfer Bürstadt e.V.**

Homepage: www.krabbelkaefer-buerstadt.de

Anschrift

Gemeindezentrum St. Michael

[St. Michael Straße 1](#)

[68642 Bürstadt](#)

Kontakt

Telefonnummer: [01607945998](tel:01607945998)

E-Mail: vorstand@krabbelkaefer-buerstadt.de

Jugend·treffs**Jugend·haus Bürstadt**

Homepage: www.buerstadt.de

Anschrift

Jugendhaus Bürstadt

[Nibelungenstraße 199a](#)

[68642 Bürstadt](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 9647-976](tel:062069647976)

E-Mail: jugendhaus-buerstadt@gmx.de

Einhausen**Familien·treffs****Evangelische Kirchen·gemeinde Einhausen**

Homepage: www.kirche-einhausen.de

Kontakt

Telefonnummer: [06251 8534931](tel:06251_8534931)

E-Mail: nina.pobloth@gmx.de

Telefonnummer: [06251 8609005](tel:06251_8609005)

E-Mail: sschwab@online.de

Jugend·treffs**Jugend·treff Einhausen**

Homepage: www.einhausen.de

Anschrift

Jugendtreff Einhausen

[Marktplatz 3](#)

[64683 Einhausen](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 9602-0](tel:06251_9602-0)

E-Mail: jugendtreff@einhausen.de

Fürth**Familien·treffs****Freiraum Fürth**

Homepage: www.freiraum-fuerth.de

Anschrift

Freiraum-Fürth

[Erzbergstraße 10](#)

[64658 Fürth](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06209 7967284](tel:06209_7967284)

E-Mail: info@freiraum-fuerth.de

Heppenheim**Familien·treffs****Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie**

Homepage: www.kkstiftung.de

Anschrift

Kath. Kindertagesstätte Arche Noach

[Dr.-Heinrich-Winter-Str. 13](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 7871-79](#)

E-Mail: info@archenoach-hp.de

Jugend·treffs**Jugend·zentrum Oase**

Homepage: www.heppenheim.de

Anschrift

[Weiherhaustraße 14](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 7425-8](#)

E-Mail: jugendfoerderung@stadt.heppenheim.de

Lampertheim**Familien·treffs****Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie**

Homepage: www.kkstiftung.de

Anschrift

Familienzentrum Bensheim e.V.

[Wormser Straße 10](#)

[68623 Lampertheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 8053110](#)

E-Mail: info@familienzentrum-bensheim.de

Lampertheim-Hüttenfeld

Homepage: www.kkstiftung.de

Anschrift

Bürgerhaus

[Alfred-Delp-Straße 50](#)

[68623 Lampertheim-Hüttenfeld](#)

Kontakt

Telefonnummer: [0157 58263434](tel:0157 58263434)

Lampertheim-Hofheim

Homepage: www.familienzentrum-stmichael-lampertheim.de

Anschrift

Kath. Familienzentrum St. Michael

[Kirchstraße 59](#)

[68623 Lampertheim-Hofheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06241 8011-7](tel:06241 8011-7)

E-Mail: kigastmichael@gmx.net

Krabbel-gruppe der Stadt Lampertheim

Homepage: www.lampertheim.de

Anschrift

Mutter-Kind-Gruppen der Stadtjugendpflege Lampertheim

[Römerstr. 51](#)

[68623 Lampertheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 952434](tel:06206 952434)

E-Mail: jugendpflege@lampertheim.de

Krabbel- und Spiel-gruppen der Johannes-gemeinde

Homepage: www.lampertheim.de

Anschrift

Evangelische Johannesgemeinde

[Ahornweg 1](#)

[68623 Lampertheim-Neuschloß](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 5802878](tel:06206 5802878)

E-Mail: lauen-gertrud@web.de

Jugendtreffs**JUZ - Jugendzentrum der Stadt Lampertheim**

Homepage: www.lampertheim.de

Anschrift

Haus am Römer

[Domgasse 2](#)

[68623 Lampertheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 935-312](#)

E-Mail: susanne.camus@lampertheim.de

Lautertal**Familien·treffs****Krabbel·gruppe und Kinder·treff der evangelischen Kirchen·gemeinde**

Homepage: www.dekanat-bergstrasse.ekhn.de

Anschrift

Evangelisches Gemeindehaus

[Nibelungenstraße 261](#)

[64686 Lautertal \(Reichenbach\)](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06254 2779](#)

E-Mail: heididahl@kirchspiel-lautertal.de

Jugend·treffs**Jugend·pflege Lautertal**

Homepage: www.lautertal.de

Anschrift

Jugendzentrum Lautertal

[Nibelungenstraße 280](#)

[64686 Lautertal](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06254 307-44](#)

E-Mail: schuster@lautertal.de

Lindenfels**Familien·treffs****Krabbel·gruppe der evangelischen Kirchen·gemeinde**

Homepage: www.ev-kirchengemeinde-lindenfels.ekhn.de

Anschrift

Evangelische Kirchengemeinde Lindenfels

[Seewiesenweg 10](#)

[64678 Lindenfels](#)

Kontakt

Telefonnummer: [0171 6145263](tel:0171 6145263)

Lorsch**Familien·treffs****Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie**

Homepage: www.kkstiftung.de

Anschrift

Giebauer Haus Lorsch

[Schulstraße 16](#)

[64653 Lorsch](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 8053-110](tel:06251 8053-110)

E-Mail: info@familienzentrum-bensheim.de

MÜTZE Lorsch e. V.

Homepage: www.muetze-lorsch.de

Anschrift

Mütter- und Familienzentrum

[In der Dieterswiese 6](#)

[64653 Lorsch](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 5873-69](tel:06251 5873-69)

E-Mail: info@muetze-lorsch.de

Jugend·treffs**Kinder- und Jugend·förderung der Stadt Lorsch**

Homepage: [Kinder- und Jugendförderung der Stadt Lorsch](#)

Anschrift

Gebäude Stadthaus

[Kaiser-Wilhelm-Platz 1](#)

[64653 Lorsch](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 545-30](tel:0625154530)

E-Mail: jugendfoerderung@lorsch.de

Mörlenbach**Familien·treffs****Eltern-Kind-Treff evangelischen Kirchen·gemeinde**

Homepage: www.ev-kirche-moerlenbach.ekhn.de

Anschrift

Evangelisches Kirchengemeindehaus Mörlenbach

[Hirschgasse 3](#)

[69509 Mörlenbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06209 27224-26](tel:062092722426)

E-Mail: kirchengemeinde.moerlenbach@ekhn.de

Neckarsteinach**Familien·treffs****Familien·zentrum Neckarsteinach**

Homepage: www.neckarsteinach.com

Kontakt

Telefonnummer: [06229 7234](tel:062297234)

E-Mail: kita-abenteuerland@neckarsteinach.de

Jugend·treffs**Jugend·zentrum (JUZ)**

Homepage: www.neckarsteinach.com

Anschrift

Jugendzentrum (JUZ)

[Neckarstraße 2](#)

[69239 Neckarsteinach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06229 920-010](tel:06229920010)

E-Mail: juz-neckarsteinach@thts.de

Viernheim

Familien·treffs

Familienbildungswerk Viernheim

Homepage: www.familienbildungswerk.de

Anschrift

Familienbildungsstätte Viernheim
[Weinheimerstraße 44](#)
[68519 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06204 92962-0](tel:06204 92962-0)
E-Mail: fbw.viernheim@bistum-mainz.de

Jugend·treffs

Kinder- und Jugend·arbeit im „Treff im Bahnhof“

Homepage: www.viernheim.de

Anschrift

Treff im Bahnhof
[Friedrich-Ebert-Straße 8](#)
[68519 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06204 988-436](tel:06204 988-436)
E-Mail: anne.knapp@viernheim.de

Telefonnummer: [06204 988-435](tel:06204 988-435)
E-Mail: christian.stumpf@viernheim.de

Telefonnummer: [06204 988-430](tel:06204 988-430)
E-Mail: ckoehler@viernheim.de

Wald-Michelbach

Familien·treffs

Mutter-Kind-Gruppe der evangelischen Kirchen·gemeinde

Homepage: www.ev-kirchengemeinden-ueberwald.ekhn.de

Kontakt

Telefonnummer: [06207 6068-70](tel:06207 6068-70)

Jugend·treffs

Jugend·treff der Gemeinde Wald-Michelbach

Homepage: [Jugendtreff der Gemeinde Wald-Michelbach](#)

Anschrift

Ehemaliges Bahnhofsgebäude

[Ludwigstraße 162](#)

[69483 Unter-Wald-Michelbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06207 9471-34](#)

E-Mail: markus.knapp@gemeinde-wald-michelbach.de

Zwingenberg

Familien·treffs

Famizz - Familien·zentrum Zwingenberg

Homepage: www.famizz.de

Anschrift

famizz - Familienzentrum Zwingenberg

[Obertor 1](#)

[64673 Zwingenberg](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 8690-494](#)

E-Mail: info@famizz.de

Jugend·treffs

Jugend·zentrum der Stadt Zwingenberg

Homepage: [Jugendzentrum der Stadt Zwingenberg](#)

Anschrift

Jugendzentrum der Stadt Zwingenberg

[Untergasse 16](#)

[64673 Zwingenberg](#)

Kontakt

E-Mail: juz@zwingenberg.de

Deutsch lernen

Sprach-niveau und Zertifikate

Sie leben in Deutschland?
Dann müssen Sie Deutsch lernen.
Das ist wichtig für viele Sachen.

Zum Beispiel:

- Für den Alltag
- Für Kontakte mit anderen Menschen
- Für Arbeit
- Für eine Ausbildung

Hier erfahren Sie:
Welche Kenntnisse in welcher Niveau-stufe stehen.

A1: Anfängerin oder Anfänger

- Sie können einfache Sachen verstehen und sagen.
- Sie können sich vorstellen.
Und Sie können andere vorstellen.
- Sie können Fragen zur Person stellen.
- Sie können Fragen beantworten.
- Eine Person spricht langsam und deutlich.
Dann können Sie mit ihr reden.

A2: Grundlegende Kenntnisse

- Sie können Sätze verstehen.
Und Sie können Wörter verstehen,
die Sie oft hören.
- Sie können sich in einfachen Situationen unterhalten.
Zum Beispiel:
Wenn Sie etwas kaufen wollen.
Sie können sagen:
 - Wie Sie aufgewachsen sind.
 - Was Sie gelernt haben.
 - Wo Sie leben.

B1: Fortgeschrittene Sprach-verwendung

- Sie können viel verstehen.
- Sie können über bekannte Themen sprechen.
Und über Ihre Interessen.
- Sie können über Erlebnisse sprechen.
Sie können über Träume sprechen.

Sie können über Hoffnungen und Ziele sprechen.

- Sie können kurze Erklärungen zu Ihren Plänen geben.
Und über Ihre Ansichten.

B2: Selbständige Sprach-verwendung

- Sie können die wichtigsten Sachen aus schwierigen Texten verstehen.
- Sie verstehen auch Fach-diskussionen
- Sie können sich gut verständigen.
- Sie können eine Meinung zu einem aktuellen Thema haben.
Sie können sagen:
Warum Sie die Meinung haben.
Und warum Sie die Meinung **nicht** haben.

C1: Fach-kundige Sprach-kenntnisse

- Sie können lange und schwierige Texte gut verstehen.
- Sie verstehen auch die Bedeutungen,
die nicht direkt gesagt werden.
- Sie können gut und klar über schwierige Sachen sprechen.

C2: Annähernd mutter-sprachliche Kenntnisse

- Sie können alles sehr gut verstehen.
- Sie können verschiedene Informationen zusammenfassen.
Die Informationen können schriftlich sein.
Oder die Informationen können mündlich sein.
- Sie können sich sehr gut ausdrücken.
Sie können sich schnell und leicht ausdrücken.
Sie können genau sagen was Sie meinen.

Integrations-kurse - BAMF

Der [allgemeine Integrations-kurs](#) besteht aus 2 Teilen:

- Sprach-kurs
- Orientierungs-kurs

Sie lernen in dem Sprach-kurs Deutsch.

Sie lernen 600 Unterrichts-einheiten Deutsch.

Das ist Deutsch bis zum Niveau B1.

Danach kommt der Orientierungs-kurs.

In dem Kurs lernen Sie viel über die Kultur in Deutschland.

Und über die Politik in Deutschland.

Es gibt auch andere [Integrations-kurse](#).

Die Kurse haben unterschiedlich viele Unterrichtseinheiten.

- [Integrationskurs mit Alphabetisierung](#)
- [Zweit-schrift-lerner-kurs](#)
- [Jugend-integrations-kurs](#)
- [Integrations-kurse für Frauen](#)
- [Eltern-kurs](#)
- [Intensiv-kurs](#)
- [Förder-kurs](#)
- [Integrations-kurs für Menschen mit Beeinträchtigungen](#)

Sie wollen in einen Integrationskurs machen?

Dann brauchen Sie einen Berechtigungs-schein vom BAMF.

Sie können den Schein beim [Ausländer-und Migrations-amt](#) beantragen.

Es gibt viele Angebote zum Deutsch lernen im Kreis Bergstraße.

Sie können die Angebote auf der Internet-Seite „[Sprach-kurse und Kurs-träger im Kreis Bergstraße - Eine Übersicht](#)“ sehen.

Oder auf der Internet-Seite: [Bildungs-angebote für Neu-zugewanderte](#).

Sie wollen einen Integrationskurs machen?

Über das [BAMF-NAV](#) können Sie nach [Integrations-kursen](#) suchen.

Und nach [Kurs-orten](#).

Für wen ist der Sprach-kurs?

- [Ausländer mit einer dauerhaften Aufenthalts-erlaubnis](#)
- [Spät-aussiedler](#)
- [Asyl-bewerbende und Geduldete](#)
- Asylbewerbende mit [guter Bleibe-perspektive](#) (Afghanistan, Eritrea, Syrien, Somalia)
- Menschen aus Europa.
Oder aus Deutschland.
Aber die Menschen sprechen noch nicht so gut Deutsch.
Oder sie brauchen viel Hilfe bei der Integration.

Ehren-amtliche Sprach-angebote

Es gibt noch andere Kurse zum Deutsch üben.

Die Kurse werden von Freiwilligen geleitet.

Die Kurse sind kostenlos.

Diese Freiwilligen können Deutsch.

Jeder darf in den Kursen Deutsch üben.

Es gibt viele Angebote.

Die Ehren-amtlichen helfen beim Deutsch Lernen.

Sie können die Angebote hier sehen: [Bildungs-angebote für Neu-zugewanderte](#).

Berufs-bezogene Sprach-förderung (DeuFöV)

Es gibt Kurse für die Berufs-ausbildung.
Die Kurse heißen: Deutsch-förder-kurse.
Sie lernen in den Kursen Deutsch.
Die Kurse helfen Ihnen bei der Suche nach Arbeit.

Sie können die Kurse besuchen:

- Während Sie eine Ausbildung machen.
- Während Sie einen Job haben.
- Wenn Sie in Deutschland ankommen.
Und noch keinen Job haben.

Es gibt viele Angebote zum Deutsch lernen im Kreis Bergstraße.
Schauen Sie auf der Internet-seite „[Sprachkurse und Kursträger im Kreis Bergstraße - Eine Übersicht](#)“ .
Oder auf der Internet-seite: [Bildungsangebote für Neuzugewanderte](#).

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Website | Berufssprachkurse | Bundesministerium für Arbeit und Soziales
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Russisch](#) · [Türkisch](#)

Online Angebote

Niveau A1 – für Anfänger oder Anfängerinnen

[Kompletter A1-Kurs: „Nicos Weg“](#)

Dieser Kurs kostet **nichts**.
Der Kurs hat 18 Kapitel.
Der Kurs hat das Niveau A1.
Jedes Kapitel hat ein kurzes Video.
Danach können Sie Übungen machen.
So lernen Sie Deutsch Schritt für Schritt.
Es gibt 9 Sprachen.
Zum Beispiel auf:

- Englisch
- Arabisch
- Russisch
- Polnisch

[Kompletter A1-Kurs mit Tutor](#)

Dieser Kurs kostet **nichts**.
Sie lernen Deutsch mit:

- Videos
- Audios

- Bildern
- Aufgaben.

Es gibt 12 Lektionen.

Sie können im Lern-portal Ihren Wort-schatz trainieren.

Es gibt 19 Sprachen.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Türkisch
- Albanisch
- Serbisch
- Polnisch

Wortschatz-App: „Stadt der Wörter“

Mit dem Spiel lernen Sie Wörter auf Deutsch.

Das Spiel kostet **nichts**.

Sie spielen das Spiel auf Ihrem Handy.

Oder auf dem Tablet.

Es gibt:

- Bilder
- Audios
- Beispiel-sätze.

Es gibt 8 verschiedene Sprachen.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Russisch
- Spanisch

Miniserie: „Erste Wege in Deutschland“

Diese Serie kostet **nichts**.

In der Serie geht es um den Alltag von Nevin.

Zum Beispiel:

- Im Bus
- Bei einem Arzt-termin
- Beim Wohnung suchen.

Sie schauen sich jeweils ein kurzes Video an.
Danach machen Sie die Übungen.

Vokabeltrainer

Sie wollen ein Gespräch führen?
Dann können Sie hier üben.
Es gibt mehr als 50 Sprachen.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Polnisch
- Albanisch
- Serbisch

Deutschforum und Online-Community

Sie möchten in einer Whatsapp Lern-gruppe lernen?
Oder Sie möchten mit Menschen aus der ganzen Welt auf Deutsch chatten?
Dann können Sie auf der Internet-seite vom Goethe-Institut suchen.
Sie können dort auch Übungen für Deutsch finden.
Die Übungen sind für alle Niveaus.
Es gibt auch Übungen für Anfänger.

Deutsch lernen auf der Seite der Deutschen Welle

Die Deutsche Welle bietet viele Sachen zum Deutsch lernen an.

Zum Beispiel:

- Sie können Nachrichten hören.
Die Sprecher sprechen die Wörter langsamer.
- Sie können im Deutschland-labor schauen:
So leben die Deutschen.
- Sie können in der Online-Community Menschen kennenlernen.
- Sie können Videos schauen.
- Sie können Ihr Hör-verstehen trainieren.
- Sie können Grammatik-fragen nachlesen.
- Sie können viele Übungen machen.

Die Seite gibt es auf 30 Sprachen.
Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch

- Bosnisch
- Griechisch
- Polnisch

Niveau A2 – Grundlegende Kenntnisse

Kompletter A2-Kurs: „Nicos Weg“

Kompletter A2-Kurs: „Nicos Weg“

Dieser Kurs kostet **nichts**.

Der Kurs hat 18 Kapitel.

Der Kurs hat das Niveau A2.

Jedes Kapitel hat ein kurzes Video.

Danach können Sie Übungen machen.

So lernen Sie Deutsch Schritt für Schritt.

Es gibt 9 Sprachen.

Zum Beispiel auf:

- Englisch
- Arabisch
- Russisch
- Polnisch

Kompletter A2-Kurs mit Tutor

Dieser Kurs kostet **nichts**.

Sie lernen Deutsch mit:

- Videos
- Audios
- Bildern
- Aufgaben.

Es gibt 12 Lektionen.

Sie können im Lern-portal Ihren Wort-schatz trainieren.

Es gibt 19 Sprachen.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Türkisch
- Albanisch
- Serbisch
- Polnisch

Wort-schatz-App: „Stadt der Wörter“

Mit dem Spiel lernen Sie Wörter auf Deutsch.

Das Spiel kostet **nichts**.

Sie spielen das Spiel auf Ihrem Handy.

Oder auf dem Tablet.

Es gibt:

- Bilder
- Audios
- Beispiel-sätze.

Es gibt 8 verschiedene Sprachen.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Russisch
- Spanisch

Miniserie: „Erste Wege in Deutschland“

Die Serie kostet **nichts**.

In der Serie geht es um den Alltag von Nevin.

Zum Beispiel:

- Im Bus
- Bei einem Arzt-termin
- Beim Wohnung suchen.

Sie schauen sich jeweils ein kurzes Video an.

Danach machen Sie die Übungen.

Vokabeltrainer

Sie wollen ein Gespräch führen?

Dann können Sie hier üben.

Es gibt mehr als 50 Sprachen.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Polnisch
- Albanisch
- Serbisch

Deutschforum und Online-Community

Sie möchten in einer Whatsapp Lern-gruppe lernen?
Oder Sie möchten mit Menschen aus der ganzen Welt auf Deutsch chatten?
Dann können Sie auf der Internet-seite vom Goethe-Institut suchen.
Sie können dort auch Übungen für Deutsch finden.
Die Übungen sind für alle Niveaus.
Es gibt auch Übungen für Anfänger.

Deutsch lernen auf der Seite der Deutschen Welle

Die Deutsche Welle bietet viele Sachen zum Deutsch lernen an.

Zum Beispiel:

- Sie können Nachrichten hören.
Die Sprecher sprechen die Wörter langsamer.
- Sie können im Deutschland-labor schauen:
So leben die Deutschen.
- Sie können in der Online-Community Menschen kennenlernen.
- Sie können Videos schauen.
- Sie können Ihr Hör-verstehen trainieren.
- Sie können Grammatik-fragen nachlesen.
- Sie können viele Übungen machen.

Die Seite gibt es auf 30 Sprachen.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Bosnisch
- Griechisch
- Polnisch

Niveau B1 – Fortgeschrittene Sprach-verwendung

Kompletter B1-Kurs: „Nicos Weg“

Dieser Kurs kostet **nichts**.
Der Kurs hat 18 Kapitel.
Der Kurs hat das Niveau A1.
Jedes Kapitel hat ein kurzes Video.
Danach können Sie Übungen machen.
So lernen Sie Deutsch Schritt für Schritt.
Es gibt 9 Sprachen.
Zum Beispiel auf:

- Englisch

- Arabisch
- Russisch
- Polnisch

Kompletter B1-Kurs mit Tutor

Dieser Kurs kostet **nichts**.

Sie lernen Deutsch mit:

- Videos
- Audios
- Bildern
- Aufgaben.

Es gibt 12 Lektionen.

Sie können im Lern-portal Ihren Wort-schatz trainieren.

Es gibt 19 Sprachen.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Türkisch
- Albanisch
- Serbisch
- Polnisch

Telenovela: „Jojo sucht das Glück“

Jojo ist eine Brasilianerin.

Sie lebt in Köln.

Jojo will Deutsch lernen.

Deshalb gibt es zu jeder Folge Übungen zum Deutsch lernen.

B1 - Deutsch im Job

Dieser Kurs ist kostet **nichts**.

Sie lernen Deutsch für Ihren Beruf.

Es gibt 7 Lern-einheiten.

Bei jeder Lern-einheit gibt es Videos.

Dann müssen Sie eine Aufgabe lösen.

Bei der Aufgabe lernen Sie:

- Wörter für Ihren Beruf.
- Rede-wendungen für Ihren Beruf.

- Sätze für Ihren Beruf.

Deutsch lernen auf der Seite der Deutschen Welle

Die Deutsche Welle bietet viele Sachen an für Menschen,
die Deutsch lernen wollen.

Zum Beispiel:

- Sie können Nachrichten hören.
Die Nachrichten sind für Lernende.
Die Sprecher sprechen die Wörter langsamer.
- Sie können im Deutschland-Labor schauen:
So leben die Deutschen.
- Sie können in der Online-community andere Lernende kennenlernen.
- Sie können Videos schauen.
- Sie können Ihr Hör-verstehen trainieren.
- Sie können viele Übungen machen.

Die Seite ist in 30 Sprachen verfügbar.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Bosnisch
- Griechisch
- Polnisch

Deutsch-forum und Online-Community

Sie möchten in einer Whatsapp Lern-gruppe lernen?
Oder Sie möchten mit Menschen aus der ganzen Welt auf Deutsch chatten?
Dann können Sie auf der Internet-seite vom Goethe-Institut suchen.
Sie können dort auch Übungen für Deutsch finden.
Die Übungen sind für alle Niveaus.
Es gibt auch Übungen für Anfänger.

Niveau B2 – Selbständige Sprach-verwendung

Telenovela: „Jojo sucht das Glück“

Jojo ist eine Brasilianerin.
Sie lebt in Köln.
Jojo will Deutsch lernen.
Deshalb gibt es zu jeder Folge Übungen zum Deutsch lernen.

Deutsch lernen auf der Seite der Deutschen Welle

Die Deutsche Welle bietet viele Sachen an für Menschen, die Deutsch lernen wollen.

Zum Beispiel:

- Sie können Nachrichten hören.
Die Nachrichten sind für Lernende.
Die Sprecher sprechen die Wörter langsamer.
- Sie können im Deutschland-labor schauen:
So leben die Deutschen.
- Sie können in der Online-Community andere Lernende kennenlernen.
- Sie können Videos schauen.
- Sie können Ihr Hör-verstehen trainieren.
- Sie können viele Übungen machen.

Die Seite ist in 30 Sprachen verfügbar.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Bosnisch
- Griechisch
- Polnisch

B2 - Deutsch für den Beruf

In diesem Kurs können Sie Deutsch lernen.

Der Kurs ist kostet **nichts**.

Der Kurs hat 20 Lektionen.

In jeder Lektion gibt es Videos und Bilder.

Und Audios und Texte.

Es gibt auch einen Tutor.

Der Tutor hilft Ihnen, wenn Sie Fragen haben.

Der Tutor verbessert auch Ihre Texte.

Deutschforum und Online-Community

Sie möchten gerne in einer Whatsapp Lern-gruppe lernen?

Oder Sie möchten mit Menschen aus der ganzen Welt auf Deutsch chatten?

Dann können Sie auf der Internet-seite vom Goethe-Institut suchen.

Sie können dort auch Übungen für Deutsch finden.

Die Übungen sind für alle Niveaus.

Niveau C1 und C2 – Fachkundige und annähernd muttersprachliche Kenntnisse

Deutsch lernen auf der Seite der Deutschen Welle

Die Deutsche Welle bietet viele Sachen an für Menschen, die Deutsch lernen wollen.

Zum Beispiel:

- Sie können Nachrichten hören.
Die Nachrichten sind für Lernende.
Die Sprecher sprechen die Wörter langsamer.
- Sie können im Deutschland-labor schauen:
So leben die Deutschen.
- Sie können in der Online-Community andere Lernende kennen-lernen.
- Sie können Videos schauen.
- Sie können Ihr Hör-verstehen trainieren.
- Sie können viele Übungen machen.

Die Seite ist in 30 Sprachen verfügbar.

Zum Beispiel:

- Englisch
- Arabisch
- Bosnisch
- Griechisch
- Polnisch

Grammatikübungen

Auf dieser Internet-seite können Sie Übungen zu verschiedenen Themen finden.
Die Übungen sind für C1.

Rund um die deutsche Sprache

Auf dieser Seite finden Sie Übungen zum Hör-verstehen.
Oder Übungen zum Lese-verstehen.
Oder Übungen zum Finden von Wörtern.
Sie können die schönsten deutschen Wörter kennenlernen.
Oder Rede-wendungen.
Oder Ausdrücke im Alltag.

Deutsch-forum und Online-Community

Sie möchten gerne in einer Whatsapp Lern-gruppe lernen?
Oder Sie möchten mit Menschen aus der ganzen Welt auf Deutsch chatten?
Dann können Sie auf der Internet-seite vom Goethe-Institut suchen.
Sie können dort auch Übungen für Deutsch finden.
Die Übungen sind für alle Niveaus.
Es gibt auch Übungen für C1.

Deutsch im Beruf

Deutsch am Arbeitsplatz

Auf dieser Internet-seite können Sie viele Übungen finden.
Die Übungen sind in vielen Schwierigkeiten.

Sie können lernen:

- Wie man telefoniert.
- Wie man einen Brief schreibt.
- Wie man eine Bewerbung schreibt.

Sie üben damit die wichtigen Sachen für Ihren Beruf.
Sie lernen auch viele wichtige Wörter für Ihren Beruf.

Vokabular für den Beruf

Die App Lunes hilft Ihnen beim Lernen.
Die App ist für Schule und Ausbildung und für den Beruf.
Die App hat Wörter und Bilder zu vielen Themen.
Sie können die Wörter hören.

Wort-schatz für den Beruf

Auf dieser Seite finden Sie Vokabeln.
Vokabeln sind Wörter.
Sie können die Wörter in diesen Sprachen lernen:

- Englisch
- Arabisch
- Farsi
- Russisch
- Türkisch

B1 - Deutsch im Job

Sie wollen Deutsch lernen für Ihren Beruf?
Dann können Sie diesen Kurs machen.
Der Kurs kostet **nichts**.
Es gibt verschiedene Kurse.

Zum Beispiel:

- Gastronomie
- Anlagen-technik
- Gebäude-reinigung

- Kranken·pflege
- Einzel·handel

B2 - Deutsch für den Beruf

In diesem Kurs können Sie Deutsch lernen.
Der Kurs kostet **nichts**.
Der Kurs hat 20 Lektionen.
In jeder Lektion gibt es Videos und Bilder.
Und Audios und Texte.
Es gibt auch einen Tutor.
Der Tutor hilft Ihnen bei Fragen.
Der Tutor verbessert Ihre Texte.

Deutsch für Bau·arbeiterinnen und Bau·arbeiter

Die Plattform ist für Menschen die auf dem Bau arbeiten.

Sie verstehen kein Deutsch?
Oder Sie verstehen nur wenig Deutsch?
Die 20 Lektionen helfen den Menschen.

Sie lernen alles über die Arbeit auf der Bau·stelle.

App: „Ein Tag Deutsch - in der Pflege“

Diese App kostet **nichts**.
In der App können Sie Deutsch lernen ab Niveau B1.
In der App gibt es Spiele.
In den Spielen trainieren Sie:

- Wörter für Medizin·berufe
- Wörter für Pflege·berufe
- Gespräche mit Patienten
- Gespräche mit Kollegen
- Gespräche mit Vorgesetzten

Grammatik

Fragen zur Grammatik?

Diese Seite zeigt die deutsche Grammatik.
Sie können sie als Hilfe für die deutsche Grammatik benutzen.
Oder Sie können sie nutzen um neue Sachen zu lernen.

Fragen zur Grammatik?

Hier werden Ihnen die Regeln von der deutschen Sprache erklärt.
Die Erklärungen sind einfach und verständlich.

Grammatik-übungen

Kostenlose Texte und Übungen zur Grammatik.
Die Übungen sind für alle Niveaus von A1 bis C1.

Angebote für Kinder

Deutsch mit Socke

Deutsch mit Socke ist eine Reihe von Filmen.
Die Filme sind für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren.
Die Kinder lernen in den Filmen die deutsche Sprache.

Vokabel-App für Kinder

Die App „phase6 hallo Deutsch“ ist für Kinder.
Die Kinder lernen mit der App Deutsch.
Die App ist auch für Jugendliche.

Die App hat mehr als 1300 wichtige Wörter und Redensarten.
Jedes Wort wird erklärt.
Dann können die Kinder die Wörter üben.

Es gibt auch Bilder und Spiele in der App.

Die Sendung mit dem Elefanten

In der Sendung gibt es Geschichten mit Bildern.
Die Geschichten sind für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren.
Die Sendung dauert etwa 25 Minuten.

Kinder-kanal WDR Maus

Auf dieser Internet-seite gibt es Informationen.

Zum Beispiel:

- Wie wird eine Sache gemacht?
- Oder wie funktioniert eine Sache?

Es gibt auch Hör-geschichten.
Und Spiele.
Und Tipps zum Basteln.

Die Informations-seite ist für Kinder zwischen 6 und 9 Jahren.
Die Informations-seite heißt: „Sendung mit der Maus“.
Eine Sendung dauert etwa 30 Minuten.

Lingo für Kids

Mit Lingo können Kinder Deutsch üben.
Die Kinder sind zwischen 8 bis 12 Jahren alt.
Es gibt spannende Texte zu lesen und zu hören.
Es gibt auch Experimente.
Und es gibt Basteltipps.

einfach vorlesen!

Jede Woche werden drei kostenlose Vorlese-Geschichten veröffentlicht. Eine für Kinder ab 3, eine für Kinder ab 5 und eine für Kinder ab 7. Die Geschichten kann man auf dem Tablet, Smartphone, dem Desktoprechner lesen oder sie ausdrucken.

Alphabetisierung

ABC-Kurs

Im ABC-Kurs lernen Sie lesen und schreiben.
Der Kurs kostet **nichts**.
Der Kurs ist online.
Der Kurs hat 12 Lektionen.

In den Lektionen lernen Sie Deutsch mit:

- Videos
- Audios
- Bildern
- Aufgaben.

ABC-Kurs

Es gibt einen Alphabetisierungs-kurs:
Das bedeutet:
In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben.
Dafür gibt es Videos und Bilder.
Und es gibt Audios.
Der Kurs kostet **nichts**.

Serlo-ABC

Die App Serlo ABC ist kostet **nichts**.
Mit der App lernen Sie das Alphabet.

Und Sie lernen wichtige Wörter.
Sie können die Sachen selbstständig lernen.

Playlist „Deutsch schreiben lernen und Grammatik – mit Bildern“

Hier können Sie das deutsche Alphabet lernen.
Und Sie können die Aus·sprache lernen.
Sie können dann auf Deutsch lesen und schreiben.
Und Sie lernen die deutsche Grammatik.

Ausbildung, Arbeit und Qualifizierung

Allgemeine Informationen

Sie wollen arbeiten in Deutschland?
Dafür müssen Sie einen bestimmten Status haben.
Den Status können Sie hier nachschauen: [Arbeits·markt·zugang](#).
Dort steht auch:
Wer Ihnen weiter·helfen kann.

Sie haben schon im Ausland:

- Eine Ausbildung gemacht?
- Einen Abschluss gemacht?

Dann müssen Sie die [Abschlüsse in Deutschland anerkennen](#) lassen.
Das heißt:
Sie müssen zeigen, dass Sie die Abschlüsse auch hier in Deutschland haben.

In Deutschland gibt es 400 Ausbildungs·berufe.
Sie wollen einen Ausbildungs·beruf?
Dann lesen Sie hier weiter:
[Berufs·ausbildung](#) (dual und voll·schulisch).

Sie wollen studieren?
Dann schauen Sie hier: [Studium](#).

Berufs·ausbildung

Ausbildung (dual und vollschulisch)

Duale Ausbildung

Für viele Berufe brauchen Sie eine Ausbildung.
Die Ausbildung dauert normalerweise 3 Jahre.

Sie lernen in der Ausbildung:

- Was machen Sie im Beruf?
Das lernen Sie bei dem Arbeiten.
- Das Fachwissen für den Beruf.
Das lernen Sie in der Berufsschule.

Sie bekommen Geld für die Ausbildung.
Am Ende der Ausbildung machen Sie eine Abschlussprüfung.
Sie müssen die Prüfung bestehen.
Dann dürfen Sie in dem Beruf arbeiten.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Video | Duale Ausbildung | IHK24

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Tigrinya](#)

Video | Die duale Berufsausbildung - der Erklärfilm | Netzwerk Unternehmen integrieren
Flüchtlinge

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Tigrinya](#)

Es gibt verschiedene Berufe.
Sie möchten eine duale Ausbildung machen?
Dann wenden Sie sich an die richtige Stelle.

Handwerkskammer (HWK)

Für Handwerksberufe gibt es besondere Regeln.
Dafür ist die Handwerkskammer zuständig.

Zum Beispiel:

- Bäcker und Bäckerin
- Maurer und Maurerin
- Maler und Malerin

Kreishandwerkerschaft Bergstraße

Homepage: www.kh-bergstrasse.de

Adresse

Kreishandwerkerschaft Bergstraße
[Werner-von-Siemens-Straße 30](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 138-0](tel:062511380)
E-Mail: handwerk@kh-bergstrasse.de

Industrie- und Handelskammer (IHK)

Die Industrie- und Handelskammer (IHK) ist für diese Berufe zuständig:

- Industrielle Fertigung
- Handel
- Dienstleistungen

Zum Beispiel:

- Anlagenmechaniker oder Anlagenmechanikerin
- Kaufmann oder Kauffrau im Großhandel
Und im Außenhandel

Industrie- und Handelskammer Darmstadt (IHK)

Homepage: www.darmstadt.ihk.de

Adresse

IHK Darmstadt
Rhein Main Neckar
[Rheinstraße 89](#)
[64295 Darmstadt](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06151 871-0](tel:061518710)
E-Mail: info@darmstadt.ihk.de

Vor-schulische Ausbildung an der Berufs-fach-schule

Sie können auch eine Berufs-fach-schule besuchen.
Die Berufs-fach-schule bildet Sie in einem Beruf aus.
Sie lernen dort die Theorie.
Und Sie lernen auch die Praxis.
Die Ausbildung dauert zwischen 2 und 3,5 Jahren.

Es gibt verschiedene Berufs-fach-schulen im Kreis Bergstraße: [Schul-weg-weiser](#).

Bensheim

- [Heinrich Metzendorf Schule](#)
- [Karl Kübel Schule](#)

Lampertheim

- [Elisabeth-Selbert-Schule](#)

Berufliche Schulen

Sie möchten einen Beruf lernen?
Oder einen Abschluss von der Schule machen?
Für junge Leute über 15 Jahren gibt es viele Möglichkeiten.

Sie wollen mehr Informationen über die [beruflichen Schulen](#) im Kreis Bergstraße?
Dann klicken Sie [hier](#).

BÜA (Berufs·fach·schule zum Übergang in Ausbildung)

Dauer: 1 oder 2 Jahre

Das **1. Schul-jahr (Stufe 1)** der Berufs·fach·schule zum Übergang in Ausbildung (BÜA) ist wichtig.

Man lernt dort viele Berufe kennen.

Man kann auch einen Haupt·schul·abschluss machen.

Im **2. Schul-jahr (Stufe 2)** können die Kinder eine Prüfung machen.

Mit der Prüfung kann man einen Abschluss von der Real·schule bekommen.

Das Fach·wort für den Abschluss ist: Real·schul·abschluss.

Sie können die Informationen auf der [Internet·seite von dem Hessischen Kultus-Ministerium](#) lesen.

PuSch (Praxis und Schule)

Dauer: 1 Jahr

PuSch bietet die Möglichkeit zu einer Qualifizierung.

In dem Kurs lernen die Menschen viele Dinge.

Zum Beispiel:

- Haus·wirtschaft
- Metall

Die Menschen machen in dem Kurs auch praktische Sachen.

Und sie gehen zur Schule.

Sie sind noch nicht 18 Jahre alt?

Dann können Sie den Kurs machen.

Am Ende von PuSch gibt es eine Prüfung.

In der Prüfung können Sie einen Haupt·schul·abschluss machen.

InteA (Integration durch Anschluss und Abschluss)

Dauer: in der Regel 2 Jahre

InteA ist ein Angebot für Menschen aus anderen Ländern.

Sie lernen dort Deutsch.

Sie können danach in die Schule gehen.

Oder eine Ausbildung machen.

Fach·ober·schule (FOS)

Die Fach·ober·schule ist eine besondere Schule.
Sie ist eine Form von der Ober·stufe.

Man muss einen mittleren Abschluss haben.
Zum Beispiel: Realschul·abschluss.
Dann kann man an die Fach·ober·schule gehen.
Man kann dort Fach·hoch·schul·reife machen.
Und man kann dort eine Berufs·ausbildung machen.
Man kann danach auch an eine Universität gehen.

Berufliches Gymnasium

Man kann auf einem Beruflichen Gymnasium eine Hoch·schul·reife machen.
Man muss aber mindestens 16 Jahre alt sein.
Man braucht einen mittleren Abschluss.
Sie müssen dafür gute Noten haben.

Zwei·jährige Berufs·fach·schule

Sie können nach der Haupt·schule in eine Ausbildung gehen.
Oder Sie können auf die Fach·ober·schule gehen.
Die Fach·ober·schule dauert 2 Jahre.
Sie machen eine schriftliche Prüfung.
Und Sie machen eine praktische Prüfung.
Nach der Prüfung haben Sie einen mittleren Bildungs·abschluss.
Einen Real·schul·abschluss.

Nicht·schüler·prüfungen

Sie wollen einen höheren Abschluss nach der Schule machen?
Aber Sie haben die Schule vor langer Zeit beendet?
Oder Sie kommen aus einem anderen Land?
Oder Sie haben die Schule ohne Abschluss beendet?
Dann können Sie dort einen Abschluss bekommen.

Ausbildung und Arbeit

Praktikum

Sie wissen nicht genau:
Welchen Beruf Sie machen wollen?
Oder welche Arbeits·stelle zu Ihnen passt?

Ein Praktikum hilft Ihnen.
Sie können in einem Praktikum Deutsch lernen.

Oder Sie bereiten sich in einem Praktikum auf eine Ausbildung vor.

Was ist zu beachten?

Sie brauchen einen Aufenthalts·titel.

Der Aufenthalts·titel sagt:

- Sie dürfen in Deutschland arbeiten.
- Oder Sie brauchen eine Erlaubnis von der Behörde.

Sie müssen zuerst mit einer Behörde sprechen.

Zum Beispiel:

- Mit dem [Ausländer-und Migrations-amt](#)
- Mit der [Agentur für Arbeit](#)
- Mit dem [job-center](#)

Wie finde ich ein Praktikum?

Sie suchen ein Praktikum?

Sie fragen sich:

- Was gibt es in meiner Umgebung?
- Was möchte ich gern machen?

Dann können nach einem Praktikum suchen:

- [Agentur für Arbeit im Internet](#)
- Oder Sie sprechen mit Ihrer [Ansprech·person bei der Agentur für Arbeit.](#)
- Oder Sie sprechen mit dem [job-center](#).

Sie können auch einen Lehr·stellen·platz suchen:

- [Lehrstellen·börse der Industrie-und Handels·kammer](#)
- [Lehrstellen·radar der Handwerks·kammer](#)

Arbeits·vertrag

Sie haben eine Arbeits·stelle?

Dann bekommen Sie einen Arbeits·vertrag.

Der Arbeits·vertrag ist ein Papier.

In dem Papier steht:

- Wie viel Geld Sie bekommen.
- Wann Sie Urlaub haben.
- Wie lange Sie arbeiten.
- Wie lange Sie bei der Firma arbeiten können.

Sie müssen den Arbeitsvertrag lesen und unterschreiben.
Unterschreiben Sie erst, wenn Sie alles verstanden haben.

Sie wollen mehr Informationen zum Thema Arbeitsrecht?
Dann besuchen Sie die [Internet-seite vom Kreis Bergstraße](#).

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Checkliste Arbeitsvertrag

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Amharisch](#) · [Dari](#) · [Tigrinya](#)

Vertragsarten:

Unbefristeter Arbeitsvertrag

Die Probezeit ist normalerweise 3 Monate lang.
Oder 6 Monate.

Während der Probezeit können Sie kündigen.
Oder der Arbeitgeber kann kündigen.
Das geht schnell.

Nach der Probezeit haben Sie ein festes Arbeitsverhältnis.
Dann ist der Kündigungsschutz länger.

Sie arbeiten normalerweise 40 Stunden in der Woche.

Befristeter Arbeitsvertrag

Das Arbeitsverhältnis endet am vereinbarten Termin.
Man muss dann nicht kündigen.

Mini-job

Sie bekommen jeden Monat Geld.
Sie dürfen aber nicht mehr als 538 Euro im Monat verdienen.
Sie müssen **keine** Steuern bezahlen.

Zeitarbeit/ Leiharbeit

Bei der Zeitarbeit arbeiten Sie bei einer Zeitarbeitsfirma.
Die Firma verleiht Ihre Arbeit an eine andere Firma.
Sie arbeiten in einer Firma für eine bestimmte Zeit.

Das Geld für die Arbeit bekommen Sie von der Zeit-arbeits-firma.

Sie haben auch bestimmte Rechte bei der Arbeit.

Zum Beispiel:

- Wie viel Urlaub Sie machen können.
- Achten Sie darauf, dass die Firma Ihre Rechte einhält.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Broschüre | Ihre Rechte in der Leiharbeit | IQ Netzwerk

[Deutsch](#) · [Englisch](#)

Arbeits-recht:

Es gibt viele Gesetze in Deutschland.

Die Gesetze schützen die Arbeit-nehmer und Arbeit-nehmerinnen.

Zum Beispiel:

- Arbeitszeit
- Mindest-lohn
- Urlaubs-anspruch
- Kündigungs-schutz
- Betriebliche Interessen-vertretungen (Betriebs-rat)
- Regelung zur Arbeit von Gewerkschaften

Sie haben Probleme bei der Arbeit?

Dann können Sie sich an diese Beratungs-stellen wenden:

Betriebs-rat/ Personal-rat/ Mitarbeiter-vertretung

Viele Firmen haben einen Betriebs-rat.

Der Betriebs-rat vertritt die Interessen von den Arbeit-nehmern und Arbeit-nehmerinnen.

Die Arbeit-nehmer und Arbeit-nehmerinnen wählen den Betriebs-rat.

Sie haben Probleme mit anderen Mitarbeitenden?

Oder Sie Probleme mit Ihrem Chef oder Ihrer Chefin?

Dann können Sie zum Betriebs-rat gehen.

Fragen Sie Ihre Kollegen und Kolleginnen:

Mit wem können Sie darüber sprechen.

Gewerkschaft

Es gibt auch noch andere Interessen-vertretungen.

Zum Beispiel:

Die Gewerkschaften.

Eine Gewerkschaft vertritt Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen aus vielen Firmen.
Zum Beispiel: aus der Industrie.

Fragen Sie Ihre Kollegen und Kolleginnen:
Welche Gewerkschaft gibt es?

Sie können dann in der Gewerkschaft Mitglied werden.
Dafür müssen Sie jede Monat Geld bezahlen.

Die Gewerkschaft hilft Ihnen bei Problemen.
Die Gewerkschaft kann Sie auch schulen.

Beratungsstellen "Faire Integration für Geflüchtete"

Es gibt [Beratungsstellen für Geflüchtete](#).
Die Beratungsstellen helfen bei Problemen mit der Arbeit.

Zum Beispiel:

- Was muss in einem Arbeitsvertrag stehen?
- Wie viel Geld bekomme ich?

Die Stellen sind in:

- Kassel
- Wiesbaden
- Frankfurt.

Es gibt auch mobile Beratungen.

Beratungsstelle "Faire Mobilität"

Es gibt eine Beratung für Arbeitsrecht und für Sozialrecht.
Die Beratung hilft den Menschen aus Europa.
Die Beratung ist in [Frankfurt](#) und in [Mannheim](#).

Schwarzarbeit

Sie gehen arbeiten?
Aber Sie zahlen keine Steuern und Sozialabgaben.
Das heißt:
Sie arbeiten illegal.

Das dürfen Sie **nicht** tun.
Sie können eine Strafe von der Polizei bekommen.

Arbeitsmarktzugang

Sie sind aus einem anderen EU-Land gekommen?
Dann können Sie überall in der EU arbeiten.
Sie brauchen **keine** Erlaubnis für die Arbeit.

Sie sind geflüchtet?

- Es gibt verschiedene Arten von Aufenthalt.
- Es gibt verschiedene Erlaubnisse für die Arbeit.

Asyl-suchende mit Ankunfts-nachweis oder Aufenthalts-gestattung

Das [Ausländer-und Migrations-amt](#) entscheidet:

Sie dürfen arbeiten.

Oder Sie dürfen **nicht** arbeiten.

Sie müssen immer einen Antrag auf Beschäftigungs-zulassung im Ausländer-und Migrations-amt stellen.

Dafür müssen Sie bestimmte Sachen beachten.

- **Nach 3 Monaten** können Sie arbeiten.
Aber nur mit einer beschränkten Erlaubnis.
Das heißt:
Sie dürfen nur in bestimmten Jobs arbeiten.
Die [Agentur für Arbeit](#) prüft:
Gibt es für den Job einen anderen Arbeit-nehmer vor Ihnen?
Und die Arbeits-bedingungen müssen gut sein.
- **Nach 15 Monaten** wird keine Vorrang-prüfung mehr gemacht.
Aber die Arbeits-bedingungen werden noch geprüft.
- **Nach 48 Monaten** können Sie überall arbeiten.
Sie brauchen dafür eine Erlaubnis vom Ausländer-und Migrations-amt.
Die Erlaubnis steht in Ihrer Aufenthalts-gestattung.

Sie wollen eine **betriebliche Ausbildung** machen?

Dann brauchen Sie eine Arbeits-erlaubnis.

Das [Ausländer-und Migrations-amt](#) entscheidet darüber.

Duldung

- Sie haben eine Duldung?
Das heißt:
Sie dürfen noch nicht arbeiten.
Aber Sie können trotzdem eine Arbeits-erlaubnis bekommen.
Das entscheidet immer das [Ausländer-und Migrations-amt](#).

Das Amt kann aber auch sagen:
Sie dürfen **nicht** arbeiten.

- Haben Sie **kein** Arbeits-verbot?
Dann dürfen Sie ab dem 1. Tag der Duldung arbeiten.
- Sie müssen ansonsten die gleichen Voraussetzungen erfüllen wie oben.

Geflüchtete mit Aufenthalts-erlaubnis

Sie haben eine Aufenthalts-erlaubnis?
Dann können Sie in Deutschland arbeiten.
Sie haben dann die Erlaubnis für jede Arbeit.
Für selbstständige Arbeit gelten aber andere Regeln.

Bewerbungen und Vorstellungsgespräche

Sie wollen in Deutschland eine Ausbildung machen?
Oder Sie wollen eine Arbeit in Deutschland?
Dann müssen Sie sich bei einer Firma bewerben.
Die Firma hat eine Stellen-anzeige in das Internet gestellt.
Oder in der Zeitung.

In der Anzeige steht:

- Was für eine Arbeit es ist.
- Was die Firma von Ihnen erwartet.
- Wo Sie sich bewerben müssen.

Das Unternehmen will Sie kennen-lernen?
Dann bekommen Sie eine Einladung zu einem Vorstellungsgespräch.

Bereiten Sie sich gut auf das Gespräch vor.
Sammeln Sie Informationen über die Firma.
Stellen Sie Fragen während des Gesprächs.

Die Bewerbungs-unterlagen

Anschreiben

In Ihrem persönlichen Anschreiben schreiben Sie:

- Wer Sie sind.
- Warum Sie für die Arbeit geeignet sind.
- Was Sie schon gemacht haben.

- Warum Sie gerade dort arbeiten möchten.

Das Anschreiben sollte nur eine Seite lang sein.
Sie müssen das Anschreiben unterschreiben.

Lebenslauf

Der Lebenslauf ist eine Liste von allen Ihren Erfahrungen.
Schreiben Sie in Ihren Lebenslauf:

- Von wann bis wann haben Sie bei einer Firma gearbeitet?
- Wo sind Sie zur Schule gegangen?
- Welchen Abschluss haben Sie gemacht?

Sie können auch ein Foto von sich in Ihrem Lebenslauf zeigen.
Viele Firmen finden das gut.

Zeugnisse und Nachweise

Schicken Sie Kopien von Ihren Zeugnissen mit.
Die Kopien sind **nicht** die Originale!

Sie schicken:

- Ihren Abschluss von der Schule
- Ihren Abschluss von der Uni
- Arbeitszeugnisse

Die Zeugnisse müssen auf Deutsch oder auf Englisch sein.
Sonst müssen die Zeugnisse übersetzt werden.

Sie schicken auch Nachweise von:

- Praktika
- Deutschkursen
- Fortbildungen

Wie bewerben Sie sich?

Schriftlich

Sie schicken Ihre Bewerbung in einer Mappe.

In der Mappe sind:

- Ein Brief
- Ein Lebenslauf
- Zeugnisse (Kopien)

Sie schicken die Bewerbung an die Adresse,
die in der Stellen-anzeige steht.

E-Mail

Viele Menschen schicken Bewerbungen über E-Mail.
Sie müssen dann Ihre Bewerbung in eine PDF-Datei speichern.

Zum Beispiel:

- Ein Anschreiben
- Ihren Lebenslauf
- Ihre Zeugnisse

Dann schicken Sie die PDF-Datei als Anhang in der E-Mail.
Schreiben Sie noch einen kurzen Text in die E-Mail.

Online

Große Firmen haben eine eigene Internet-seite.
Dort müssen Sie sich bewerben.
Sie müssen sich auf der Internet-seite anmelden.
Dann können Sie Ihre Bewerbung schicken.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Sie wollen sich bewerben?
Dann lesen Sie die Informationen bei [Planet Beruf](#).

[Euro-pass](#) ist eine Internet-seite.
Euro-pass hilft den Menschen.
Euro-pass gibt es in mehr als 20 Sprachen.

Euro-Pass zeigt den Menschen:

- So können Sie Ihre Fähigkeiten und Kenntnisse zeigen.
- Sie können auf Euro-pass einen Sprachen-pass erstellen.
- Sie können auf Euro-pass auch einen Lebens-lauf erstellen.
- Sie können auf Euro-pass wichtige Tipps für gute Bewerbungen finden.

Sie können sich auf [Bewerbung.net](#) und [StepStone](#) einen Lebenslauf erstellen lassen.
Das kostet **nichts**.
Und Sie können sich ein Anschreiben erstellen lassen.
Das kostet auch **nichts**.

Informationen und Vorlagen für das Anschreiben finden Sie hier:
[Bewerbung2go](#), [Bewerbungs-Wissen](#) und [Karriere-Bibel](#).

Es gibt 2 weitere Internet-seiten.
Die Internet-seiten helfen Ihnen bei ihrer Bewerbung.

- [Ich will Deutsch lernen](#)
- [Deutsch für dich](#)

Anerkennung ausländischer Abschlüsse

Amtliche Beglaubigung von Zeugnissen

Ein Dokument muss manchmal beglaubigt werden.

Das heißt:

Ein Amt muss bestätigen,
das Dokument ist echt.

Sie brauchen dafür diese Sachen:

- Das Original und die Kopien.
Die Kopien müssen Sie beglaubigen lassen.
- Ein gültiges Ausweis- oder Pass-dokument.

Offizielle Dokumente wie zum Beispiel:

- Zeugnisse
- Heirats-urkunden
- Geburts-urkunden müssen von einem Übersetzer oder einer Übersetzerin übersetzt werden.
Diese Übersetzungen sind teuer.

Sie brauchen eine Übersetzung?

Sie sollten erst mal überprüfen:

Brauche ich eine Übersetzung mit beglaubigtem Dokument?

Hier können Sie eine [Übersetzer-daten-bank](#) finden.

Anerkennung ausländischer Bildungs- und Berufs-abschlüsse

Zeugnisse sind wichtig in Deutschland.

Sie brauchen ein Zeugnis für:

- Arbeit
- Studium
- Ausbildung

Vielleicht haben Sie Zeugnisse aus dem Ausland.

Dann müssen Sie die Zeugnisse in Deutschland anerkennen lassen.

Vielleicht haben Sie keine Zeugnisse mehr.

Dann können Sie Tests machen.

Die Tests zeigen:

Sie können bestimmte Dinge gut machen im Job.

Fach-beratungs-stelle für Anerkennung ausländischer Qualifikationen

Homepage: www.hessen.netzwerk-iq.de

Kontakt

Telefonnummer: [0151 55565548](tel:0151 55565548)

E-Mail: anerkennungsberatung-bensheim@involas.com

Sie wollen eine Arbeit als Wissenschaftler?

Oder ein Studium?

Dann fragen Sie bei den Ansprech·personen von den Hochschulen.

Sie wollen wissen:

Wie kann ich meine ausländischen Abschlüsse hier in Deutschland anerkennen lassen?

Dann gehen Sie auf die Internet·seite von dem [Auswärtigen Amt](#).

Oder auf die Internet·seite von dem [Informations·system zur Anerkennung ausländischer Bildungs·Abschlüsse](#).

Informationen über die [Anerkennung von ausländischen Berufs·qualifikationen](#) sind hier.

[Wörter·buch](#) für Fach·wörter.

Das Wörter·buch ist auf:

- Deutsch
- Englisch
- Arabisch
- Persisch
- Kurdisch

Informationen zum Anerkennungs·verfahren finden Sie unter:

www.anerkennung-in-deutschland.de

www.netzwerk-iq.de

www.bq-portal.de

www.ihk-fosa.de

www.anabin.kmk.org

Studium

Studium an einer Hoch·schule

Sie können auch ohne Asyl·antrag ein Studium anfangen.

Sie müssen dann fachliche Voraussetzungen erfüllen.

Sie müssen auch gut Deutsch können.

Und Sie müssen die richtigen Formulare für die Hoch·schule ausfüllen.

Informationen bekommen Sie an der Hoch·schule.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Webseite | www.anabin.kmk.org | Kultusministerkonferenz – Zentralstelle für ausländisches Bildungswesen

[Deutsch](#)

Webseite | www.daad.de | Deutscher Akademischer Austauschdienst e.V.

[Deutsch](#) · [Englisch](#)

Webseite | www.hochschulkompass.de

[Deutsch](#) · [Englisch](#)

Webseite | www.study-in-germany.de | Bundesministerium für Bildung und Forschung

[Deutsch](#) · [Englisch](#)

Finanzierung und Stipendium

BAföG

Sie sind Student oder Studentin?

Dann können Sie vielleicht Geld vom BAföG bekommen.

Das steht für: Bundes·ausbildungs·förderungs·gesetz.

Sie bekommen Geld für Ihr Studium.

Sie bekommen das Geld jeden Monat.

Sie müssen das Geld nach dem Studium zurück·zahlen.

Die Hälfte von dem Geld müssen Sie zurück·zahlen.

Die Informationen über das BAföG ändern sich immer wieder.

Die neuesten Informationen gibt es hier: [BAföG für Geflüchtete und Migranten](#)

Stipendium

Sie können sich für viele Stipendien bewerben.

Die Bedingungen für die Stipendien sind sehr unterschiedlich.

Manche Stipendien wollen wissen:

- Wie engagieren Sie sich für andere Menschen?
- Was studieren Sie?
- Wie gut waren Sie in der Schule?
- Wie sieht Ihr Leben aus?

[Friedrich-Ebert-Stiftung \(FES\) - Scholarships for Refugees](#)

[Böckler-Aktion Bildung der Hans-Böckler-Stiftung](#)

[Konrad-Adenauer-Stiftung \(KAS\) - Scholarships for Refugees](#)

[Villigst - Unser Stipendium für Geflüchtete](#)

[Brot für die Welt - Flüchtlingsstipendienprogramm](#)

[Garantiefond Hochschule der Otto-Benecke-Stiftung in Bonn](#)

[Deutschlandstipendium: Stipendiat werden](#)

Werk-studentische Tätigkeit

Viele Studien-gänge bieten Werk-studenten-stellen an.
Sie können dann bei einem Unternehmen arbeiten.
Sie können dort Erfahrungen im Beruf sammeln.
Und Sie können Geld verdienen.

Die Firma bietet Ihnen oft nur 10 bis 20 Stunden Arbeit in der Woche an.
Sie müssen gut arbeiten.
Dann kann die Firma Sie vielleicht nach dem Studium einstellen.

Suchen Sie nach Firmen in Ihrer Umgebung.

Studentische Hilfs-kraft

Sie sind Studentin oder Student?
Und Sie wollen als studentische Hilfs-kraft arbeiten?

Dann können Sie in der Regel bis zu 20 Stunden in der Woche arbeiten.
Sie müssen an einer Hoch-schule eingeschrieben sein.
Die Stellen für die studentischen Hilfs-kräfte werden an den Hoch-schulen ausgeschrieben.

Neben-job

Viele Studierende haben einen Neben-job.
Damit verdienen sie Geld.
Mit dem Geld können sie studieren.

Es gibt verschiedene Arten von Neben-jobs.
Sie wollen einen Neben-job?
Dann fragen Sie:

- Wie viel Geld darf ich dazu-verdienen?
- Welche Förderung bekomme ich?

Zum Beispiel:

- BAföG
- Stipendium

Bildungs-kredit

Der Bildungs-kredit ist ein Kredit.
Der Kredit ist billig.

Sie machen ein Studium?
Dann können Sie den Kredit bekommen.
Man muss am Ende von dem Studium sein.
Sie brauchen kein Einkommen von der Arbeit.
Das Einkommen von Ihren Eltern ist egal.
Oder das Einkommen von Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin.

[Hier](#) erhalten Sie Informationen über den Bildungs-kredit.

Wichtige Ämter

Ausländer- und Migrations-amt

Das Ausländer- und Migrations-amt kümmert sich um die Rechte von Menschen mit ausländischem Pass.

Zum Beispiel:

- Sie wollen einen Ausweis haben.
- Sie wollen eine Arbeits-erlaubnis haben.
- Sie wollen in Deutschland wohnen.
- Sie wollen in Deutschland arbeiten.
- Sie wollen Urlaub machen.

Das Amt hilft Ihnen dabei.

Das Ausländer- und Migrations-amt bietet eine neue Möglichkeit: Sie können jetzt einige [Anträge online ausfüllen und ab-schicken](#).

Diese Anträge können Sie online stellen:

Aufenthalts-titel beantragen: Wenn Sie in Deutschland bleiben möchten, können Sie Ihren Aufenthalts-titel online beantragen.

Neben-bestimmungen ändern: Neben-bestimmungen sind besondere Regeln für Ihren Aufenthalts-titel. Zum Beispiel, ob Sie arbeiten dürfen. Wenn sich Ihre Situation geändert hat, können Sie eine Änderung online beantragen.

Visa-Anträge: Wenn Sie als Fach-kraft in Deutschland arbeiten möchten, können Sie das Fach-kräfte-verfahren online beantragen. Sie können auch eine Verpflichtungs-erklärung (VE) online stellen, wenn Sie für eine Person bürgen möchten, die ein Visum braucht.

Ukraine: Flüchtlinge aus der Ukraine können ihre Aufenthalts-erlaubnis online beantragen.

Haben Sie Fragen? Schreiben Sie eine E-Mail an: aufenthaltsrecht@kreis-bergstrasse.de.

Wichtig: Sie müssen einen Termin im Voraus ver-einbaren.

Ausländer- und Migrations-amt

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Sachgebiete des Ausländer- und Migrations-amts:

- [Allgemeines Ausländer-recht](#)
- [Ausgabe-stelle elektronischer Aufenthalts-titel](#)
- [Einbürgerung](#)
- [Asyl-recht](#)
- [Standesamts-aufsicht, Namens-änderung, Urkunden und Beglaubigungen](#)
- [Visum, Einreisen und Einladungen](#)
- [Rechts-fragen, Ausweisungen](#)
- [Integrations- und Deutsch-kurse](#)

Adresse

Ausländer- und Migrationsamt

[Graben 15](#)

[64646 Heppenheim](#)

Agentur für Arbeit

Die Agentur für Arbeit hilft Ihnen bei vielen Sachen.

Zum Beispiel:

- Wenn Sie keine Arbeit haben.
- Wenn Sie eine Arbeit suchen.
- Wenn Sie Kinder-geld brauchen.
- Wenn Sie Beratung zu der Ausbildung brauchen.

Sie haben noch eine Aufenthalts-gestattung?

Oder Sie haben eine Duldung?

Dann gehen Sie zu der Agentur für Arbeit.

Sie sind anerkannt?

Dann reden Sie mit dem [job-center](#).

Die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen vom Job-center helfen Ihnen.

Agentur für Arbeit Bensheim

Homepage: www.arbeitsagentur.de

Besucheradresse

[Kirchbergstr. 13](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06151 304-111](tel:06151304111)

Telefonnummer: [0800 4 5555-00](tel:08004555500)

E-Mail: Bensheim@arbeitsagentur.de

Agentur für Arbeit Lampertheim

Homepage: www.arbeitsagentur.de

Besucheradresse

[Gauss-Str. 19](#)
[68623 Lampertheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06151 304-111](tel:06151304111)
Telefonnummer: [0800 4 5555-00](tel:08004555500)
E-Mail: Lampertheim@arbeitsagentur.de

Agentur für Arbeit Michelstadt

Homepage: www.arbeitsagentur.de

Besucheradresse

[Walther-Rathenau-Allee 17c](#)
[64720 Michelstadt](#)

Kontakt

Telefonnummer: [060629513](tel:060629513)
Telefonnummer: [0800 4 5555-00](tel:08004555500)

Familien-kasse Hessen (Kinder-geld)

Homepage: www.arbeitsagentur.de

Weitere Informationen: [Finanzielle Hilfe](#)

Adresse

[Groß-Gerauer-Weg 7](#)
[64295 Darmstadt](#)

Kontakt

Telefonnummer: [0800 4 5555-30](tel:08004555530) (Kindergeld/Kinderzuschlag)
Telefonnummer: [0800 4 5555-33](tel:08004555533) (Zahlungstermine für das Kindergeld)
E-Mail: familienkasse-hessen@arbeitsagentur.de

Bürger-büros der Städte und Kommunen

In jeder Stadt gibt es ein Bürger-büro.
Im Bürger-büro können Sie viele Sachen regeln:

- Wohnsitz anmelden
 - Einen neuen Reise-pass beantragen
 - Einen neuen Personal-ausweis beantragen
 - Dokumente beglaubigen lassen
-

- Die neue Adresse melden bei einem Umzug

Die Adresse vom Bürger-büro finden Sie unter: [Städte und Gemeinden](#).

Bürger-büro des Kreises Bergstraße

Die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der Verwaltung helfen Ihnen.

Sie erklären Ihnen:

- Was die Verwaltung macht.
- Wer für was zuständig ist.

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Adresse

Kreis Bergstraße

Bürgerbüro

[Graben 15](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 15 - 3000](tel:06252 15 - 3000)

Jugend·amt

Das Jugend·amt hilft Kindern und Eltern.

Das Jugend·amt kümmert sich um Kinder.

Das Jugend·amt beschützt Kinder.

Brauchen Sie Hilfe bei der Erziehung?

Dann können Sie das Jugend·amt um Hilfe bitten.

Sie können auch zu einer [Beratungs·stelle](#) gehen.

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Adresse

Jugendamt

[Graben 15](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 115](tel:06252 115)

E-Mail: jugendhilfe-leitung@kreis-bergstrasse.de

Neue Wege Kreis Bergstraße -Kommunales Job-center-

Sie haben keine Arbeit?

Das Job-center hilft Ihnen.

Zum Beispiel:

- Für einen Sprach-kurs
- Für eine Berufs-beratung
- Für finanzielle Hilfen

Die Internet-seite ist: www.neuwewege.org

Bei Fragen gehen Sie auf das Portal [NWdigital](#).

Sie können [Unterlagen](#) online einreichen.

Sie können [Termine](#) online vereinbaren.

Sie können diese Anträge online stellen:

- [SGB II Kurzantrag](#)
- [Weiter-bewilligungs-antrag](#)
- [Änderungs-mitteilung](#)

In den Sprachen:

- Deutsch
- Ukrainisch

Die Beratungs-stelle [NAVI Bergstraße](#) hilft geflüchteten Menschen.

Die Beratungs-stelle sagt:

So können Sie am besten eine Arbeit finden.

Sie haben noch eine Aufenthalts-gestattung?

Oder Sie haben eine Duldung?

Dann können Sie bei der [Agentur für Arbeit](#) fragen.

Hier finden Sie Link zu den Internetseiten von dem Job-center.

Dort finden Sie die Online-Services mit Video-Anleitungen:

- Video-Anleitung zur Anforderung fehlender Unterlagen
| [Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Tigrinya](#) · [Ukrainisch](#)
- Ein allgemeines Informations-video für einen Überblick über die Leistungen nach dem [SGB II](#) | [Deutsch](#)
- Wie funktioniert die [online Terminierung](#) für die Service-points? | [Deutsch](#)
- Wie funktioniert die Online [Weiter-bewilligung oder Änderung](#)? | [Deutsch](#)
- Wie funktioniert der [SGB II Online-antrag](#)? | [Deutsch](#)
- Wie funktioniert die [Video-beratung](#) mit BigBlueButton? | [Deutsch](#)
- Wie funktioniert der [verschlüsselte Mail-versand](#)? | [Deutsch](#)
- Wie funktioniert das [Dokumenten-portal](#) von NWdigital? | [Deutsch](#)

Haben Sie fragen zum Bürgergeld oder zu Leistungen für Bildung und Teilhabe?

Dann rufen Sie die **Service-Hotline** an: **[06252 15-6500](tel:06252156500)**

Sprechzeiten

Montag - Freitag 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Montag - Donnerstag 13:00 Uhr bis 15:30 Uhr

Job-center Bergstraße

Zuständigkeit

Bensheim, Einhausen, Heppenheim, Lautertal, Lorsch und Zwingenberg

Homepage: www.neue-wege.org

Adresse

Jobcenter Bergstraße

[Walther-Rathenau-Straße 2](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 15-6500](tel:06252 15-6500)

E-Mail: heppenheim@neue-wege.org

Job-center Odenwald

Zuständigkeit

Abtsteinach, Birkenau, Fürth, Gorxheimertal, Grasellenbach, Hirschhorn, Lindenfels, Mörlenbach, Neckarsteinach, Rimbach und Wald-Michelbach

Homepage: www.neue-wege.org

Adresse

Jobcenter Odenwald

[Weinheimer Straße 50-50a](#)

[69509 Mörlenbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06209 7976-0](tel:06209 7976-0)

E-Mail: moerlenbach@neue-wege.org

Job-center Ried

Zuständigkeit

Biblis, Bürstadt, Groß-Rohrheim und Lampertheim

Homepage: www.neue-wege.org

Adresse

Jobcenter Ried

[Industriestraße 14](#)

[68642 Bürstadt](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 96956-0](tel:06206 96956-0)

E-Mail: buerstadt@neue-wege.org

Job-center Viernheim**Zuständigkeit**

Viernheim

Homepage: www.neue-wege.org

Adresse

Jobcenter Viernheim

[Industriestraße 20-22](#)

[68519 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06204 98695-0](tel:06204 98695-0)

E-Mail: viernheim@neue-wege.org

Stabs-stelle Bildungs-koordination für Neu-zugewanderte

Die Stabs-stelle Bildungs-koordination für Neu-zugewanderte soll helfen:

- dass mehr Bildungs-angebote für Neu-zugewanderte gemacht werden
 - dass die Bildungs-anbieter besser zusammen-arbeiten.
- Dann können alle Menschen mit Migrations-hintergrund gut lernen.
-

Stabs-stelle Bildungs-koordination

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Adresse

Stabsstelle Bildungskoordination

[Gräffstraße 5](#)

[64646 Heppenheim](#)

Stabs-stelle Integrations-beauftragte

Die Stabsstelle Integrations-beauftragte kümmert sich um die Integration von Zugewanderten.

Sie hilft Bürgern, Vereinen und Institutionen.

Sie erstellt Projekte im Kreis Bergstraße.

Sie fördert Integration in verschiedenen Lebens-bereichen.

Stabs-stelle Integrations-beauftragte

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Flyer: [Integration von Migrantinnen und Migranten im Kreis Bergstraße.pdf](#)

Adresse

Stabsstelle Integrationsbeauftragte

[Graben 15](#)

[64646 Heppenheim](#)

Standes·amt der Städte und Kommunen

Das Standes·amt hat viele Aufgaben.

Zum Beispiel:

- Wenn ein Kind geboren wird.
Dann bekommen die Eltern eine Geburts·urkunde für das Kind.
- Wenn Sie heiraten möchten.
Dann müssen Sie die Ehe anmelden beim Standes·amt.

Weitere Aufgaben:

- Sie beurkunden:
 - Geburten
 - Tod
- Sie nehmen Kirchen·austritte entgegen.
- Namens·änderungen
Sie machen Urkunden.
Zum Beispiel:
 - Geburts·urkunde
 - Sterbe·urkunde
 - Urkunde von der Heirat

Fragen Sie in Ihrer [Stadt oder Gemeinde](#) nach dem Standes·amt.

Sozial·amt

Das Sozial·amt hilft Menschen mit Problemen.

Zum Beispiel:

- Wenn sie nicht genug Geld haben.
- Wenn sie behindert sind.
- Wenn sie pflege·bedürftig sind.

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Die Sach·gebiete vom Sozial·amt sind:

[Grund·sicherung / Hilfe zum Lebens·unterhalt](#)
[Wohngeld·behörde](#)

[Hilfe zur Pflege](#)
[Eingliederungs-hilfe für Erwachsene](#)
[Fachstelle Leben im Alter](#)
[Pflege-stützpunkt](#)

Team Flüchtlinge und Aussiedler

Sie kommen aus dem Ausland?
Sie sind neu im Kreis Bergstraße?
Dann müssen Sie zum Sozial-amt.
Das Team Flüchtlinge und Aussiedler im Sozial-amt hilft Ihnen.
Sie bekommen dort Geld für Essen und Trinken.
Sie bekommen auch andere Hilfen.

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de
[Zuständige Mitarbeitende](#)

Adresse

Soziales - Flüchtlinge und USG
[Graben 15](#)
[64646 Heppenheim](#)

Beratung und Hilfe

Erziehungs-beratungs-stellen

Bensheim

Beratungs-stelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Adresse

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
[Am Wambolterhof 8](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 84600](tel:0625184600)
E-Mail: jugendhilfe-eb-bensheim@kreis-bergstrasse.de

Fürth

Beratungs-stelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Adresse

Caritasverband Darmstadt e. V.

[In den Pfarrwiesen 1](#)

[64658 Fürth](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06253 806154-0](tel:06253 806154-0)

E-Mail: eb@caritas-bergstrasse.de

Heppenheim**Beratungs-stelle für Eltern, Kinder und Jugendliche**

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Adresse

Caritasverband Darmstadt e. V.

[Bensheimer Weg 16](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06253 806154-0](tel:06253 806154-0)

E-Mail: eb@caritas-bergstrasse.de

Lampertheim**Beratungs-stelle für Eltern, Kinder und Jugendliche und Ehe-, Familien- und Lebens-beratung**

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Adresse

[Blücherstr. 26](#)

[68623 Lampertheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 9104-11](tel:06206 9104-11)

E-Mail: jugendhilfe-eb-lampertheim@kreis-bergstrasse.de

Viernheim**Außen-stelle Viernheim**

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Adresse

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

[Kettelerstr. 5a](#)

[68519 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06204 740505](tel:06204740505)

Wald-Michelbach**Beratungs-stelle für Eltern, Kinder und Jugendliche**

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Adresse

Caritasverband Darmstadt e. V.

[Spechtbach 10](#)

[69483 Wald-Michelbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06253 806154-0](tel:062538061540)

E-Mail: eb@caritas-bergstrasse.de

Flüchtlings- und Integrations-beratung**Jugend-migrations-dienst (JMD)**

Die Jugend-migrations-dienste helfen jungen Menschen mit Migrations-hintergrund.

Die Hilfe ist für junge Menschen zwischen 12 und 27 Jahren.

Die Jugend-migrations-dienste helfen bei den Themen:

- Fragen zur Orientierung
- Schule, Ausbildung und Beruf
- Persönliche Fragen
- Geld und Gesetze

Informationen zur Migrations-beratung gibt es auf dem Flyer:

[Sprech-zeiten Migrations-dienste](#).

Bensheim**Regionale Diakonie Bergstraße**

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Adresse

Jugendmigrationsdienst Bensheim

[Riedstraße 1](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 1072-29](tel:06251107229)

E-Mail: sarah.dickmeis@@regionale-diakonie.de

Rimbach

Regionale Diakonie Bergstraße

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Adresse

Regionale Diakonie Bergstraße

[Schlossstraße 52a](#)

[64668 Rimbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06253 98981-34](tel:06253 98981-34)

E-Mail: janine.eckert@regionale-diakonie.de

Lampertheim

Regionale Diakonie Bergstraße

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Adresse

Jugendmigrationsdienst Lampertheim

[Industriestraße 35](#)

[64683 Lampertheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 9299-20](tel:06206 9299-20)

E-Mail: marion.persson@regionale-diakonie.de

Telefonnummer: [06206 9299-21](tel:06206 9299-21)

E-Mail: stefan.gruenewald@regionale-diakonie.de

Viernheim

Regionale Diakonie Bergstraße

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Adresse

Treff im Bahnhof (TiB)

[Friedrich - Ebert - Straße 8a](#)

[68519 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06204-966831](tel:06204-966831)

E-Mail: stefan.gruenewald@regionale-diakonie.de

Migrationsberatung für Erwachsene (MBE)

Die Migrationsberatung für Erwachsene hilft Menschen mit Migrationshintergrund.
Die Beratung ist für Menschen die älter als 27 Jahre sind.
Und die einen dauerhaften Aufenthaltstitel haben.

Sie können Fragen zum Leben in Deutschland stellen.

Zum Beispiel:

- Wie lebe ich in Deutschland?
- Wie funktioniert das deutsche Recht?
- Wie kann ich meine Abschlüsse anerkennen lassen?
- Wie kann ich bei Behörden Hilfe bekommen?

Informationen zur Migrationsberatung gibt es auf dem Flyer:
[Sprechzeiten Migrationsdienste](#).

Bensheim

Caritasverband Darmstadt e.V.

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Adresse

Caritaszentrum Franziskushaus
[Klostergasse 5a](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 8542-5171](tel:0625185425171) / [06251 854-250](tel:06251854250)
E-Mail: s.mann@caritas-bergstrasse.de

Telefonnummer: [06251 8542-5171](tel:0625185425171) / [06251 854-250](tel:06251854250)
E-Mail: b.hammon@caritas-bergstrasse.de

Regionale Diakonie Bergstraße

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Adresse

Diakonisches Werk Bergstraße
[Riedstraße 1](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 107-224](tel:06251107224)
E-Mail: ulrike.mayr@regionale-diakonie.de

Bürrstadt

Lernmobil e.V.

Homepage: www.lernmobil-viernheim.de

Adresse

[Pfarrzentrum St. Michael](#)
[St.-Michael-Straße 3](#)
[68642 Bürstadt](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06204 9319-664](tel:062049319664) / [0159 04357915](tel:015904357915)
E-Mail: mbe@lernmobil-viernheim.de

Heppenheim

Caritas-verband Darmstadt e.V.

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Adresse

Caritashaus
[Bensheimer Weg 16](#)
[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 990-130](tel:06252990130) / [06252 990-121](tel:06252990121)
E-Mail: b.hammon@caritas-bergstrasse.de

DRK Kreis-verband Bergstraße e.V.

Homepage: www.drk-bergstrasse.de

Adresse

DRK Begegnungsstätte
[Werlestraße 5](#)
[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252-689174](tel:06252689174)
E-Mail: elisabeth.muehlum@drk-hp.de

Lampertheim

Regionale Diakonie Bergstraße

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Adresse

Dienststelle Lampertheim

[Industriestr. 35](#)
[64683 Lampertheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 9299-21](#)
E-Mail: nicole.bader@regionale-diakonie.de

Mörlenbach

DRK Kreis-verband Bergstraße e.V.

Homepage: www.drk-bergstrasse.de

Adresse

DRK Jugendzentrum
[Schmittgasse 9](#)
[69509 Mörlenbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [0151 73082511](#)
E-Mail: siham.ali@drk-hp.de

Viernheim

Caritas-verband Darmstadt e.V.

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Adresse

Gemeindepsychiatrisches Zentrum
[Kettelerstraße 2](#)
[68519 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 8542 5171](#) / [06251 8542 50](#)

Lernmobil e.V.

Homepage: www.lernmobil-viernheim.de

Adresse

[Stiftungshaus](#)
[Rathausstr. 32](#)
[68519 Viernheim](#)

Adresse

Rathaus (Zimmer 500 + 502)
[Kettelerstraße 3](#)
[68519 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06204 9319664](tel:06204 9319664) / [0159 04357915](tel:0159 04357915)

E-Mail: mbe@lernmobil-viernheim.de

Flüchtlingsberatung (Für Asylbewerberinnen und Asylbewerber)

Für Personen im Asylverfahren oder mit Duldung

Regionale Diakonie Bergstraße

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Adresse

Diakonisches Werk Bergstraße

[Riedstraße 1](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 1072-16](tel:06251 1072-16)

E-Mail: esther.zimmermann@regionale-diakonie.de

Für Personen im Asylverfahren

Lernmobil e.V.

Homepage: www.lernmobil-viernheim.de

Adresse

Stiftungshaus

[Rathausstraße 32](#)

[38519 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [01761789 2038](tel:01761789 2038)

E-Mail: avb@lernmobil-viernheim.de

Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte

Kreis Bergstraße

Büro für Frauen und Gleichstellung

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Adresse

[Gräffstraße 5](#)
[64646 Heppenheim](#)

Kontakt**Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte**

Telefonnummer: [06252 15-5325](#)

E-Mail: frauenbuero@kreis-bergstrasse.de

Telefonnummer: [06252 15-5990](#)

E-Mail: frauenbuero@kreis-bergstrasse.de

Bensheim**Frauen·büro Stadt Bensheim**

Homepage: www.bensheim.de

Adresse

[Hauptstraße 53 \(2. OG\)](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte

Telefonnummer: [06251 856003](#)

E-Mail: frauenbuero@bensheim.de

Bürstadt**Frauen und Gleich·stellungs·beauftragte Bürstadt**

Homepage: www.buerstadt.de

Adresse

Bürgerbüro
[Rathausstraße 2](#)
[68642 Bürstadt](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 701-147](#)

E-Mail: gerasimoula.grigoraki@buerstadt.de

Heppenheim**Gleich·stellungs·beauftragte Stadt Heppenheim**

Homepage: www.heppenheim.de

Adresse

[Karlstraße 2](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Gleichstellungsbeauftragte

Telefonnummer: [06252 13-1200](tel:06252 13-1200)

E-Mail: gleichstellungsbeauftragte@stadt.heppenheim.de

Lampertheim

Frauen·büro Stadt Lampertheim

Homepage: www.lampertheim.de

Adresse

Stadthaus (Zi. U06)

[Römerstraße 102](#)

[68623 Lampertheim](#)

Kontakt

Gleichstellungs- und Frauenbeauftragte

Telefonnummer: [06206 935-301](tel:06206 935-301)

E-Mail: sonja.niederhoefer@lampertheim.de

Lorsch

Gleich·stellungs·beauftragte Stadt Lorsch

Homepage: www.lorsch.de

Adresse

Gebäude Stadthaus (Raum 115)

[Kaiser-Wilhelm-Platz 1](#)

[64653 Lorsch](#)

Kontakt

Gleichstellungsbeauftragte

Telefonnummer: [06251 5967-209](tel:06251 5967-209)

E-Mail: gleichstellungsbeauf@lorsch.de; d.allerkamp@lorsch.de

Viernheim

Gleich·stellungs·büro Stadt Viernheim

Homepage: www.viernheim.de

Flyer: [Gleichstellungsbüro der Stadt Viernheim](#)

Adresse

Rathaus

[Kettelerstr. 3](#)

[68519 Viernheim](#)

Kontakt

Gleichstellungsbeauftragte

Telefonnummer: [06204 988-361](tel:06204988361)

E-Mail: mlauxen-ulbrich@viernheim.de

Telefonnummer: [06204 988-364](tel:06204988364)

E-Mail: bherbold@viernheim.de

Gesundheit und Hilfe

Familienplanung, Schwangerschaft und Geburt

Kreis Bergstraße - Frühe Hilfen

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Flyer: [Keiner fällt durchs Netz](#)

Videos zu Angeboten der Frühen Hilfen:

- Fachliche Unterstützung zu Hause:
- Eltern-Kind-Angebote
- Beratung für Mütter und Väter
- Ehrenamtliche Familienangebote
- Lotsendienst
- Netzwerkkoordination

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Italienisch](#) · [Kroatisch](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#)

Anschrift

Frühe Hilfen

[Graben 15](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 15-5609](tel:06252155609)

E-Mail: jugendhilfe-fruehehilfen@kreis-bergstrasse.de

Bensheim

pro familia

Homepage: www.profamilia.de

Adresse

pro familia Beratungsstelle Bensheim

[Promenadenstraße 14 \(2. Stock\)](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 82675-30](tel:06251 82675-30)

E-Mail: bensheim@profamilia.de

Diakonisches Werk Bergstraße

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Adresse

Diakonisches Werk Bergstraße

[Riedstrasse 1](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 1072-33](tel:06251 1072-33)

E-Mail: schwangerenberatung@dw-b.de

Heppenheim**Caritas-verband Darmstadt e.V.**

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Flyer: [Schwanger? Wir begleiten Sie!](#)

Anschrift

Caritaszentrum Heppenheim

[Bensheimer Weg 16](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 9901-30](tel:06252 9901-30)

E-Mail: alb@caritas-bergstrasse.de

Lampertheim**Caritas-verband Darmstadt e.V.**

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Flyer: [Schwanger? Wir begleiten Sie!](#)

Anschrift

Schwangerschaftsberatung

[Neue Schulstraße 16](#)

[68623 Lampertheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 9901-30](tel:06252 9901-30)

E-Mail: w.knapp@caritas-bergstrasse.de

Rimbach

Diakonisches Werk Bergstraße

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Adresse

Standort Rimbach

[Schlossstraße 52a](#)

[64668 Rimbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 1072-33](tel:06251107233)

E-Mail: schwangerenberatung@dw-b.de

Viernheim

Caritas-verband Darmstadt e.V.

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Flyer: [Schwanger? Wir begleiten Sie!](#)

Anschrift

Familienbildungswerk Viernheim

[Weinheimer Straße 44](#)

[65771 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06204 929622-0](tel:062049296220)

E-Mail: alb@caritas-bergstrasse.de

Menschen mit Behinderung

Menschen mit Behinderung haben Rechte.

Zum Beispiel:

- Sie bekommen Hilfe.
- Niemand darf Sie wegen der Behinderung schlecht behandeln.

Sie wollen sich in der Kreis Bergstraße zurechtfinden?

Sie wollen wissen:

- Wo kann ich Hilfe bekommen?
- Wo kann ich Sachen erledigen?

Es gibt einen Teilhabe-wegweiser für Menschen mit Behinderungen.

Der [Teilhabe-wegweiser](#) hilft Menschen mit Behinderungen.

Die Internet-seite von dem [Beauftragten für Menschen mit Behinderungen](#) hat noch mehr Informationen.

Beratungsangebote im Kreis Bergstraße:

- Das [Jugendamt](#) (Jugendamt) bietet Eingliederungshilfe für alle Personen vor dem Ende der Schulausbildung an.
- Das [Sozialamt](#) (Sozialamt) bietet Eingliederungshilfe für alle Erwachsene an.
- Die [Betreuungsbehörde](#) (Betreuungsbehörde) bieten Beratung und Unterstützung nach dem Betreuungsgesetz an.
- Nutzen Sie auch die kostenlose Teilhabeberatung der [EUTB Bergstraße](#) (EUTB Bergstraße).
- Der [Pflegestützpunkt](#) (Pflegestützpunkt) hilft bei Fragen zu Pflege und Versorgung.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Broschüre | Mein Kind ist behindert - diese Hilfen gibt es | Bundesverband für körperlich- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

[Englisch](#) · [Französisch](#)

Pflegeberatung

Viele Menschen brauchen Pflege.

Das heißt:

Sie können nicht alleine leben.

Sie brauchen Hilfe.

Die Familie hilft oft selbst.

Aber manchmal braucht ein Mensch mehr Hilfe.

Dann kann man einen Pflegedienst beauftragen.

Oder man geht in eine Pflegeeinrichtung.

Pflegestützpunkt Kreis Bergstraße

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Flyer: [Info-Flyer Pflegestützpunkt](#)

Adresse

Standort Heppenheim

[Gräffstraße 11](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 9598740](tel:06252_9598740)

Adresse

Standort Mörlenbach

[Groß-Breitenbach 6](#)

[69509 Mörlenbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06209 2721955](tel:06209_2721955)

Schwangerschafts-konfliktberatung

Schwangeren- und Schwangerschafts-konfliktberatung profamilia Beratungs-stelle Bensheim

Homepage: www.profamilia.de

Adresse

Beratungsstelle Bensheim
[Promenadenstraße 14](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 68191](tel:06251 68191)
E-Mail: bensheim@profamilia.de

Diakonisches Werk Bergstraße, Schwangeren- und Schwangerschafts-konfliktberatung

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Adresse

Diakonisches Werk Bergstraße
[Riedstraße 1](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 1072-33](tel:06251 1072-33)
E-Mail: schwangerenberatung@dw-b.de

Adresse

Standort Rimbach
[Schloßstraße 52 a](#)
[64668 Rimbach](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 1072-33](tel:06251 1072-33)
E-Mail: schwangerenberatung@dw-b.de

Sozial-psychiatrischer Dienst

Sie haben Probleme mit Ihrer Seele?

Zum Beispiel:

- Sie haben Depressionen.
- Sie haben Angst.
- Sie haben schlimme Gedanken.

Dann können Sie Hilfe bekommen.
Sie können eine Beratungs-stelle besuchen.
Die Adresse von der Beratungs-stelle im Kreis Bergstraße ist auf dieser Internet-seite:
[Sozial-psychiatrischer Dienst / Betreuungs-stelle](#).

Drogen- und Sucht-beratung

Sie trinken zu viel Alkohol.
Oder Sie nehmen Drogen.
Oder Sie haben eine Ess-störung.
Oder Sie kennen jemanden mit einer Sucht.
Dann können Sie hier Hilfe finden.

Sozial-psychiatrischer Dienst / Betreuungs-stelle

Weitere Informationen zur Drogen- und Sucht-beratung finden Sie auf der Webseite des Sozial-psychiatrischer Dienst/ Betreuungs-stelle.

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Adresse

Sozialpsychiatrischer Dienst / Betreuungsstelle
[Walther-Rathenau-Straße 21](#)
[64646 Heppenheim](#)

Jugend- und Sucht-beratung PRISMA

Homepage: www.drogenberatung-prisma.de

Adresse

Bensheim

[Zeller Straße 3](#)
[64625 Bensheim](#)
Telefonnummer: [06251 64565](tel:06251 64565)

Lampertheim

[Martin-Kärcher-Straße 26](#)
[68623 Lampertheim](#)
Telefonnummer: [06206 96940-0](tel:06206 96940-0)

Viernheim

[Wasserstraße 7](#)
[68519 Viernheim](#)
Telefonnummer: [0162 4228860](tel:0162 4228860)

Kontakt

E-Mail: suchthilfe.prisma@awo-bergstrasse.de

Sucht·hilfe Heppenheim

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Flyer: [Caritas Suchthilfe](#)

Adresse

Bensheim

[Klostergasse 5A](#)

[64625 Bensheim](#)

Heppenheim

[Kalterer Straße 3A](#)

[64646 Heppenheim](#)

Lampertheim

[Neue Schulstraße 16](#)

[68623 Lampertheim](#)

Mörlenbach

[Weinheimer Straße 2](#)

[69509 Mörlenbach](#)

Wald-Michelbach

[Spechtbach 10](#)

[69483 Wald-Michelbach](#)

Viernheim

[Kettelerstraße 2](#)

[68519 Viernheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 70059-0](tel:06252 70059-0)

E-Mail: sucht@caritas-bergstrasse.de

Selbst·hilfe·gruppen

Selbst·hilfe·gruppen sind Gruppen von Menschen.

Die Menschen haben ein Problem.

Oder sie haben eine Krankheit.

Die Menschen helfen sich gegenseitig.

Sie reden miteinander.

Sie informieren sich gegenseitig.

Die Menschen helfen sich, damit es ihnen besser geht.

Die Selbsthilfe·kontakt·stelle im Kreis Bergstraße

Weitere Informationen zu Selbst·hilfe·gruppen und Adresse finden Sie hier:

Homepage: www.selbsthilfe-bergstrasse.de

Adresse

Die Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Bergstraße

[Bensheimer Weg 16](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 9901-30](tel:06252 9901-30)

E-Mail: selbsthilfekontaktstelle@caritas-bergstrasse.de

Helfer-kreise

Es gibt viele Menschen,

die anderen Menschen helfen.

Die Menschen helfen gern.

Die Menschen helfen den Zugewanderten.

Die Zugewanderten haben viele Fragen.

Zum Beispiel:

- Wie kann ich in meiner neuen Umgebung gut leben?
- Wie kann ich Briefe auf Deutsch lesen und schreiben?

Viele Helfer-kreise bieten auch Unterstützung beim Deutsch lernen an.

Hier gibt es ehrenamtliche Helferkreise in der Flüchtlingshilfe:

- Bensheim
- Bürstadt
- Biblis
- Birkenau
- Einhausen
- Fürth
- Groß-Rohrheim
- Gorxheimertal
- Heppenheim
- Lampertheim
- Lindenfels
- Lorsch
- Wald-Michelbach
- Mörlenbach
- Neckersteinach
- Rimbach
- Rodau
- Viernheim
- Zwingenberg

Wenn Sie Hilfe benötigen oder sich selbst ehrenamtlich engagieren möchten, kontaktieren Sie bitte:

Koordinationsstelle Asyl-Ehrenamt

Homepage: <https://www.caritas-darmstadt.de>
Flyer: [Flyer Koordinationsstelle Asyl Bergstraße](#)

Adresse

Caritas Zentrum Franziskushaus
[Klostergasse 5a](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 85425-151](tel:0625185425151)
E-Mail: d.inal@caritas-bergstrasse.de

Integrationslotsen der Kommunen

Die "Integrationslotsen" helfen Menschen mit Migrationshintergrund.
Die "Integrationslotsen" kümmert sich um verschiedene Sachen.

Zum Beispiel:

- Bei Terminen mit Behörden
- Bei Elterngesprächen im Kindergarten
- Bei Elterngesprächen in der Schule

Sie haben offene Sprechstunden.

Für die Zeiten schauen Sie bitte auf die Web-seite der Integrationslotsen in Ihrer Stadt.

Bensheim

Integrationslotsen Stadt Bensheim

Homepage: www.bensheim.de
Flyer: [Integrationslotsen Stadt Bensheim](#)

Adresse

Integrationsbüro
[Kirchbergstr. 18](#)
[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Integrationsbüro
Telefonnummer: [06251 14-185](tel:0625114185)
E-Mail: integration@bensheim.de

Bürstadt, Biblis und Groß-Rohrheim

Integrationslotsen Stadt Bürstadt, Biblis und Groß-Rohrheim

Homepage: www.buerstadt.de

Adresse

Bürgerbüro
[Rathausstraße 2](#)
[68642 Bürstadt](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 701-147](tel:06206701147)
E-Mail: gerasimoula.grigoraki@buerstadt.de

Heppenheim

Integrationslotsen Stadt Heppenheim

Homepage: www.heppenheim.de

Adresse

[Großer Markt 1](#)
[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 13-1111](tel:06252131111)
E-Mail: soziales@stadt.heppenheim.de

Lampertheim

Integrationslotsen Stadt Lampertheim

Homepage: www.lampertheim.de
Flyer: [Integrationslotsen Lampertheim](#)

Anschrift

Haus am Römer
[Domgasse 2](#)
[68623 Lampertheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06206 935-357](tel:06206935357)
E-Mail: kristina.delceva@lampertheim.de

Lorsch

Integrationslotsen Stadt Lorsch

Homepage: www.lorsch.de

Adresse

Integrationsbüro

[Kaiser-Wilhelm-Platz 1](#)

[64653 Lorsch](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 5967-102](tel:062515967102)

E-Mail: i.theodorou@lorsch.de

Viernheim**Integrationslotsen Stadt Viernheim**

Homepage: www.lernmobil-viernheim.de

Flyer:

[Integrationslots*innen Viernheim](#)

[Offene Sprechstunde im Stiftungshaus](#)

[Offene Sprechstunde im Stiftungshaus für Geflüchtete aus der Ukraine](#)

Integrationslots*innen - Infoflyer

[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Bosnisch/ Serbisch/](#)

[Kroatisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Griechisch](#) · [Russisch](#) · [Somalisch](#) · [Türkei](#) · [Ukrainisch](#) · [Ungarisch](#)

Adresse

Lernmobil Viernheim - Integration durch Bildung e.V.

[Stiftungshaus](#)

[Rathausstr. 32](#)

[68519 Viernheim](#)

Kontakt

E-Mail: ilos@lernmobil-viernheim.de

Telefonnummer: [06204-70 17 238](tel:062047017238)

Montag und Mittwoch: 9:00-12:00 Uhr

Rückkehrberatung ins Heimatland

Sie können in Deutschland bleiben.

Sie können auch wieder in Ihr Land zurück gehen.

Das Fachwort dafür ist: "Ausreise".

Sie können sich frei entscheiden.

Sie bekommen dabei Hilfe.

Sie können Informationen beim [Ausländer-und Migrationsamt](#) bekommen.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Webseite | www.returningfromgermany.de | Internationale Organisation für Migration (IOM)
[Albanisch](#) · [Arabisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Kurmanci](#) · [Paschtu](#) · [Russisch](#) · [Serbisch](#)

Broschüre | Freiwillige Rückkehr | Bundesamt für Migration und Flüchtlinge
[Deutsch](#) · [Albanisch](#) · [Arabisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Kurmanci](#) · [Mazedonisch](#) · [Russisch](#) · [Serbisch](#)

Video | www.returningfromgermany.de | Internationale Organisation für Migration (IOM)
[Albanisch](#) · [Englisch](#) · [Französisch](#) · [Russisch](#) · [Serbisch](#)

Schuldnerberatung

Sie haben Probleme mit Geld?
Dann gehen Sie zu einer Schuldnerberatungsstelle.

Die Beratung ist kostenlos.
Niemand erfährt von der Beratung.

Sie können sich in der Beratungsstelle im Kreis Bergstraße informieren.
Die Internet-seite ist:
[Schuldner-und Verbraucherinsolvenzberatung](#).

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Website | Landesarbeitsgemeinschaft Schuldnerberatung in Hessen e.V.
[Deutsch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Italienisch](#) · [Polnisch](#) · [Rumänisch](#) · [Russisch](#) · [Serbisch](#)

Schuldenberatung im Kreis Bergstraße

AWO Bergstraße

Homepage: www.awo-bergstrasse.de
Flyer: [Schuldner- und Insolvenzberatung](#)

Adresse

Schuldnerberatung AWO Bergstrasse
[Nibelungenstraße 164](#)
[68642 Bürstadt](#)

Kontakt

Wenn Sie Kunde bei [Neue Wege Kreis Bergstraße](#) sind, dann müssen Sie sich vorher an Ihr Fallmanagement (Fallmanagement) wenden:

Telefonnummer JobCenter Bürstadt: [06206 9877-182](#)
Telefonnummer JobCenter Mörlenbach: [06206 9877-185](#)

Wenn Sie kein Kunde bei Neue Wege Kreis Bergstraße sind:

Telefonnummer: [06206 9877-180](#)
E-Mail: schuldnerberatung@awo-bergstrasse.de

Caritas-verband Darmstadt e.V.

Homepage: www.caritas-darmstadt.de

Adresse

Caritaszentrum Heppenheim

[Bensheimer Weg 16](#)

[64646 Heppenheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06252 9901-30](tel:06252 9901-30)

E-Mail: c.hedou@caritas-bergstrasse.de

Diakonisches Werk Bergstraße

Homepage: www.diakoniebergstrasse.de

Flyer: [Soziale Schuldnerberatung](#)

Adresse

Schuldnerberatung

[Riedstraße 1](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 1072-28](tel:06251 1072-28)

E-Mail: schuldnerberatung@dw-b.de

Hilfe im Notfall

Ärztlicher Bereitschafts·dienst, Apotheken·notdienst

Ärztlicher Bereitschafts·dienst

Die Arzt·praxis hat geschlossen?

Sie brauchen dringend Hilfe?

Rufen Sie den ärztlichen Bereitschafts·dienst an.

Telefon·nummer für den **ärztlichen Bereitschafts·dienst**: [116 117](tel:116 117)

Sie haben einen dringenden Not·fall?

Dann rufen Sie den **Not·ruf 112** an.

Apotheken·not·dienst

Es gibt einen [Apotheken·not·dienst](#).

Sie brauchen Medikamente am Wochenende?

Oder in der Nacht?

Oder an einem Feiertag?

Dann gehen Sie zum Apotheken·not·dienst.

Hilfe für Frauen und Kinder

Brauchen Sie Schutz und Hilfe für sich und Ihre Kinder?

Sie brauchen sofort Hilfe?

Dann wählen Sie die Telefon-nummer von der **Polizei: [110](#)**

Weitere Informationen zu diesem Thema:

Flyer | Hilfe bei Häuslicher Gewalt für Frauen, Männer, Kinder und Jugendliche | Arbeitskreis gegen Häusliche Gewalt im Kreis Bergstraße
[Deutsch](#)

Broschüre | Ratgeber Gewaltschutz für Frauen in Deutschland

[Deutsch](#) · [Albanisch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Dari](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Italienisch](#) · [Kurdisch](#) · [Paschtunisch](#)

Jugendamt

Homepage: www.kreis-bergstrasse.de

Kontakt

E-Mail: jugendamt@kreis-bergstrasse.de

Frauen-beratungs- und Interventions-stelle

Manche Frauen erleben körperliche oder seelische Gewalt.

Es gibt eine Beratungs-stelle für Frauen.

Die Beratungs-stelle hilft den Frauen.

Dann können die [Frauen und ihre Kinder im Frauen-haus Schutz](#) finden.

Adresse

Beratungsstelle Frauenhaus Bergstraße e.V.

[Hauptstraße 79](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefonnummer: [06251 78388](tel:0625178388) oder [06251 67495](tel:0625167495)

E-Mail: kontakt@frauenhaus-bergstrasse.de

Wildwasser Darmstadt e.V.

Die [Wildwasser Darmstadt](#) helfen Mädchen und Frauen.

Die Mädchen und Frauen haben sexuelle Gewalt erlebt.

Adresse

Wildwasser Darmstadt e.V. - Außenstelle Bensheim

[Hauptstraße 81](#)

[64625 Bensheim](#)

Kontakt

Telefon: [06251 7057885](tel:062517057885)

E-Mail: info@wildwasser-darmstadt.de

Das Hilfe-telefon Gewalt gegen Frauen

Kontakt

Telefon: [08000 116 016](tel:08000116016) (Immer erreichbar)

E-Mail: [Sofort-Chat](#)

Homepage: www.hilfetelefon.de

Webseite | Das Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen | Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben

[Deutsch](#) · [Albanisch](#) · [Arabisch](#) · [Bulgarisch](#) · [Chinesisch](#) · [Englisch](#) · [Farsi](#) · [Französisch](#) · [Italienisch](#) · [Kurmands](#)

Polizei, Feuerwehr, Rettungs-wagen

Sie haben plötzlich einen Not-fall.

Oder Ihr Haus brennt ab.

Oder jemand schlägt Sie.

Dann rufen Sie sofort eine der beiden Telefon-nummern an.

Telefon-nummer -Polizei: [110](tel:110)

Telefon-nummer für die Feuerwehr und den Rettungs-dienst: [112](tel:112)

Sorgen-telefon (für psychische Krisen)

Sie haben Probleme und wollen sprechen?

Es gibt Sorgen-telefone.

Hier können Sie mit jemandem sprechen:

Telefon-seel-sorge: [0800 1110111](tel:08001110111) oder [0800 1110222](tel:08001110222)

SeeleFon für Flüchtlinge (Englisch, Französisch, Arabisch): [0228 71002425](tel:022871002425)

Kinder- und Jugend-telefon: [0800 1110333](tel:08001110333)