

## Table des Matières

<b>Santé</b>	<b>2</b>
<b>Informations générales sur le Système de santé</b>	<b>2</b>
Visite médicale	2
Services médicaux d'urgence	3
Assurance maladie	4
Autorisation de traitement pour les demandeurs d'asile	5
Médicaments et pharmacies	5
Soins de santé pour les personnes sans assurance	6
<b>Santé mentale et traumatisme</b>	<b>7</b>
Que dois-je faire en cas d'urgence?	7
Où puis-je trouver de l'aide ?	9
Offres pour les personnes issues de l'immigration et des réfugiés	13
Informations sur une maladie mentale spécifique	15
Application d'auto-assistance pour les personnes ayant une expérience de réfugié	16
<b>Autres centres de conseil et aides</b>	<b>16</b>
Dépendances	16
Cancer du sein	17
VIH/SIDA et maladies sexuellement transmissibles	17
Contraception, grossesse, accouchement	19
Point d'appui pour les soins	20
The Justice Project e.V.	21
Groupes d'entraide	22
Conseil social et sanitaire pour les personnes en situation de prostitution	22
Ligne d'aide "Violence contre les femmes	23
Mind-Spring – Ensemble, nous sommes forts dans la vie de tous les jours	23
<b>Personnes ayant un handicap</b>	<b>24</b>
Interlocuteurs et services d'aide	25
Guide	28
Accompagnement des jeunes en situation de handicap	28

## Santé

### Informations générales sur le Système de santé

Le système de santé allemand est l'un des meilleurs au monde... mais pas le plus simple

Peut-être vous demandez-vous si et comment vous pouvez vous assurer contre la maladie, ou vers vous tourner si vous ou un membre de votre famille tombez malade. Quand aller chez le médecin ou directement à l'hôpital ?

Nous aimerions répondre à ces questions ici.

### Visite médicale

#### Médecin généraliste (Hausarzt)

En Allemagne, il y a dans chaque ville des médecins qui travaillent dans un cabinet et non dans une clinique. On les appelle « **médecins généralistes** ». Toute personne ayant des préoccupations ou des questions de santé doit d'abord consulter un médecin généraliste. Afin de ne pas devoir attendre trop longtemps, il est **important** de prendre **rendez-vous** au préalable.

Vous pouvez choisir vous-même votre médecin généraliste. En règle générale, on ne change pas de médecin généraliste. Il y a des médecins généralistes dans presque toutes les villes. Les cabinets médicaux fixent eux-mêmes les heures d'ouverture.

Les médecins généralistes **réalisent des examens importants** et sont votre **premier point de contact pour les maladies**.

Consultez votre médecin de famille si vous :

- êtes atteint d'une maladie aiguë (par exemple grippe ou rhume),
- êtes atteint d'une maladie chronique (par exemple le diabète ou les rhumatismes,)
- souffrez,
- souhaitez se faire vacciner,
- sont enceintes.

Les médecins généralistes décident des médicaments dont vous avez besoin et si une consultation chez un spécialiste est nécessaire.

Votre médecin généraliste vous **adressera** si nécessaire à un **spécialiste** (médecin spécialiste). Des examens spécifiques peuvent y être effectués.

#### Comment trouver un médecin traitant ?

Vous trouverez [ici](#) un médecin généraliste ou un spécialiste dans votre région.

Vous pouvez également rechercher ici des médecins qui parlent votre langue (« langues étrangères »).

Si vous ne trouvez pas de médecin parlant votre langue, vous devrez chercher un interprète. Parfois, les coûts des interprètes professionnels peuvent être couverts. Veuillez en parler à votre conseiller social/gestionnaire d'intégration, à votre service d'aide aux migrants ou au service d'aide aux jeunes migrants.

## Assistance médicale la nuit et le week-end

Si vous avez besoin d'un médecin la nuit ou le week-end, mais que ce n'est pas une urgence, vous pouvez appeler le service de garde médicale : Si vous ne pouvez pas vous rendre au cabinet médical d'urgence, un médecin se rendra chez vous.

## Service de médecins généralistes (Allgemeinärztlicher Dienst)

 [116117](tel:116117)

## Service de pédiatrie (Kinderärztlicher Dienst)

 [0180/6078111](tel:0180/6078111)

## Service ophtalmologie (Augenärztlicher Dienst)

 [0180/6078100](tel:0180/6078100)

## Service dentaire de l'association des caisses de dentistes conventionnés au Bade-Wurtemberg (KVZ) (Zahnärztlicher Dienst)

 [0180/322255511](tel:0180/322255511)

## Plus d'informations

Vous trouverez [ici](#) 8 films sur la santé réalisés par la Croix-Rouge allemande sur différents sujets.

## Services médicaux d'urgence

En cas **d'accident** ou **de situation mettant votre vie en danger**, appelez le **numéro d'urgence [112](tel:112)**



Il est **important** que vous fournissiez ces informations :

- **Où** est-ce arrivé?
- **Ce** qui s'est passé?
- **Combien** y a-t-il de blessés/malades ?
- **Quelles** blessures/maladies sont présentes ?
- **Attendez** les questions.

Vous devriez essayer de rester calme au téléphone.

Il ne s'agit **pas d'une urgence** si, par exemple, vous avez besoin d'un avis de maladie ou si vous souhaitez éviter les délais d'attente au cabinet du médecin Hausarztpraxis .

La situation est aiguë, mais pas si menaçante que vous ayez besoin d'une ambulance (112) ?  
Rendez-vous ensuite vous-même aux **urgences** de l'hôpital le plus proche.

Si vous avez besoin d'un avis médical en dehors des heures de consultation (par exemple la nuit, le week-end ou les jours fériés) et que vous ne pouvez pas attendre que votre médecin de famille soit à nouveau disponible, appelez le **service médical de garde** ( ärztlicher Bereitschaftsdienst ) au [116 117](tel:116117) .

Les numéros d'urgence **ne nécessitent pas d'indicatif régional** et peuvent être appelés à partir de **tous les téléphones** . Ils sont **gratuits** .

Surtout si vous avez une famille, il est bon de savoir comment vous pouvez vous aider avant l'arrivée de l'aide d'un professionnel. Vous pouvez apprendre cela dans **les cours de premiers secours** . De nombreux clubs et établissements d'enseignement proposent des cours de premiers secours.

## Assurance maladie

En Allemagne, **l'assurance est obligatoire**. Cela signifie que vous devez être membre d'une caisse de maladie pour pouvoir consulter un médecin.

Dès que vous avez un **titre de séjour**, vous devez vous inscrire auprès d'une **caisse** d'assurance maladie régulière (Krankenkasse). Vous pouvez choisir et changer vous-même votre assurance maladie.

Celle-ci vous fournira une **carte d'assuré (Versichertenkarte)** qui vous donne droit aux mêmes prestations que tous les habitants vivant en Allemagne. Ayez toujours votre carte d'assuré avec vous lors de vos rendez-vous médicaux.

Les **soins médicaux de base** fournis par la compagnie d'assurance maladie comprennent :

- Prestations pour la prévention et l'atténuation des maladies
- Prestations de grossesse
- Prestations de dépistage des maladies
- Prestations pour le traitement des maladies

## Que paie la caisse de maladie ? Que dois-je payer moi-même ?

Si vous allez voir un médecin, présentez votre carte d'assurance maladie. **La plupart des examens** seront alors **gratuits** pour vous.

Certains **examens préventifs** seront **à votre charge**.

Pour les thérapies (par exemple la kinésithérapie) et les aides techniques (par exemple les bandages), une partie est à votre charge.

Les personnes ayant peu d'argent peuvent être exemptées de cette obligation. Pour plus d'informations, veuillez vous renseigner auprès de votre compagnie d'assurance maladie.

Les coûts des **soins dentaires** sont pris en charge par l'**assurance maladie**. Si une dent doit être renouvelée ou remplacée, une partie des frais est à votre charge.

Les coûts des **traitements hospitaliers** sont également pris en charge par la caisse d'assurance maladie. Cependant, vous devrez payer une **indemnité journalière d'hospitalisation** de **10 euros** par **jour d'hospitalisation**. Les personnes ayant peu d'argent peuvent être exemptées de cette obligation.

## Plus d'informations

Vous trouverez [ici](#) des explications sur le système d'assurance maladie.

## Autorisation de traitement pour les demandeurs d'asile

Les personnes qui suivent la **procédure d'asile actuelle** ont besoin d'une attestation de **couverture maladie (Krankenschein)** ou d'une **attestation de traitement dentaire** pour les soins médicaux. Elle est toujours **valable 3 mois**. Vous obtiendrez la feuille de soins correspondante auprès de [, responsable du service des prestations pour demandeurs d'asile](#) au Landratsamt de Karlsruhe.

Si vous allez voir un médecin, présentez votre autorisation de traitement.

Vous avez droit aux prestations suivantes :

- services pour la prévention et le soulagement des maladies et de la douleur
- Prestations de grossesse
- Prestations de dépistage des maladies
- Prestations pour le traitement des maladies

Si vous avez un **Titre de séjour** avec, vous devez vous inscrire auprès d'une **Caisse d'assurance maladie** s'inscrire.

## Plus d'informations

Vous trouverez [ici](#) des explications sur le système d'assurance maladie.

## Médicaments et pharmacies

### Où puis-je obtenir des médicaments ?

Vous recevrez les médicaments prescrits par votre médecin à la **pharmacie** (Apotheke), sur présentation d'une ordonnance (Rezept).

Normalement, avec une ordonnance de la caisse, vous devez payer 5 à 10 € de plus par médicament. Demandez à votre pharmacien quels médicaments sont gratuits.

Les enfants de moins de 18 ans et les femmes enceintes n'ont pas à payer de supplément pour les médicaments (s'il s'agit d'un médicament pour les malaises dus à la grossesse).

Certains médicaments ne sont pas couverts par l'assurance maladie. Votre médecin vous remettra une **ordonnance privée** verte (Privatrezept). Ces médicaments sont à votre charge.

## Pharmacies

En Allemagne, vous pouvez vous rendre dans une pharmacie si vous avez besoin de médicaments et de pansements. Les pharmacies sont reconnaissables au grand A rouge placé au-dessus de leur porte :



À la pharmacie, il existe des **médicaments** disponibles **sans ordonnance** et des médicaments disponibles uniquement **sur ordonnance**.

Le pharmacien vous informe sur la **prise du médicament**.

Certains médicaments doivent d'abord être commandés. En général, ils sont disponibles le lendemain de la commande. Si vous prenez un traitement régulier, vous devez toujours vous procurer à temps une nouvelle ordonnance auprès de votre médecin.

## Pharmacies ouvertes la nuit, le week-end et les jours fériés

Les pharmacies sont normalement ouvertes en semaine (du lundi au vendredi) de 9 h 00 à 18 h 00. La nuit et le week-end, une autre pharmacie est toujours ouverte pour les cas d'**urgence**. Lequel est indiqué sur la porte de votre pharmacie et [ici](#). Si vous utilisez le service d'urgence, vous devez payer une **taxe d'accès aux urgences**.

## Soins de santé pour les personnes sans assurance

Vous êtes **malade** et vous n'avez **pas de papiers** et/ou **pas d'assurance maladie** ? Vous pouvez alors trouver de l'aide au **Menschenrechtszentrum Karlsruhe** . On [y trouve le](#)

[centre de conseil médical Medinetz](#) . Il vous orientera gratuitement et de manière anonyme vers des médecins. Le traitement est confidentiel. Cela signifie : Aucune information ne sera transmise aux autorités.

Avez-vous besoin d'une aide médicale ? Alors contactez :

 [mrz.medinetz@web.de](mailto:mrz.medinetz@web.de)  
 [0721/66487986](tel:0721/66487986)

## Horaires de consultation

Veuillez prendre rendez-vous pour l'heure de consultation. Vous pouvez le faire par téléphone ou par e-mail.

## contact



Medinetz Karlsruhe  
Menschenrechtszentrum Karlsruhe  
Alter Schlachthof 59  
76131 Karlsruhe

## Santé mentale et traumatisme

Nous faisons beaucoup pour la santé de notre corps. Mais la **santé de l'âme** est également très importante.

Si vous avez des questions sur les maladies mentales ou si vous pensez qu'une personne de votre entourage souffre d'une maladie mentale, demandez conseil.

Peut-être remarquez-vous des changements notables dans votre propre comportement et peut-être que vous en souffrez. Dans ce cas, demandez de l'aide.

## Que dois-je faire en cas d'urgence?

Si vous avez besoin d'aide rapidement en cas d'urgence, [les numéros d'urgence](#) vous aideront.

Vous pouvez également appeler la **Pastorale Téléphonique** ( Telefon-Seelsorge ). Vous recevrez des conseils directement par téléphone :

 [0800/1110111](tel:0800/1110111) et [0800/1110222](tel:0800/1110222)

L'appel ne coûte rien et vous pouvez toujours appeler. Vous n'êtes pas obligé de prononcer votre nom et on ne vous le demandera pas.

Vous pouvez également trouver de l'aide et des conseils dans des situations difficiles sur la [Helpline](#) .

 [0800/2226622](tel:0800/2226622)

Il existe un **numéro pour les enfants et les jeunes pour lutter contre le deuil** :

 [116111](tel:116111)

## Que pouvez-vous faire si vous vivez une crise aiguë de santé mentale ?

 N'importe qui peut vivre une **crise de santé mentale**, peu importe son âge, son mode de vie ou son origine. Vous pouvez avoir une crise parce que quelque chose de très grave vous est arrivé (par exemple quelqu'un est mort, vous étiez en grand danger...). Vous pouvez également vivre une crise si vous vivez de mauvaises choses pendant une longue période ou si vous souffrez d'une maladie mentale grave (par exemple, si vous souffrez de dépression ou de troubles anxieux).

 En cas d'urgence, appelez [112](tel:112).

Si vous traversez une crise ou pensez vouloir mourir, vous pouvez toujours vous rendre à l'hôpital - de jour comme de nuit et le week-end :

### Pour la ville Karlsruhe

#### Psychiatrische Institutsambulanz PIA



Kaiserallee 10  
76133 Karlsruhe



[0721/9743770](tel:07219743770)

Städtisches Klinikum Karlsruhe gGmbH Klinik für Psychiatrie

### Pour le quartier nord

#### Zentrum für Psychische Gesundheit Bruchsal



Psychiatrische Fachambulanz  
Heidelberger Straße 19  
76646 Bruchsal

 [07251/50590](tel:0725150590)



[www.zfpg-bruchsal.de](http://www.zfpg-bruchsal.de)



[ambulanz@zfpg-bruchsal.de](mailto:ambulanz@zfpg-bruchsal.de)

## Pour les enfants et les jeunes de la ville et du district de Karlsruhe

### Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie



Südliche Hildapromenade  
76133 Karlsruhe



[0721/9743901](tel:07219743901)



[www.klinikum-karlsruhe.com](http://www.klinikum-karlsruhe.com)



[kinderjugendpsychiatrie@klinikum-karlsruhe.de](mailto:kinderjugendpsychiatrie@klinikum-karlsruhe.de)

### Où puis-je trouver de l'aide ?

Le **district de Karlsruhe**, vous propose de l'aide ici :

### Médecin traitant

Vous trouverez plus d'informations sur [ici](#).

### Spécialiste en psychiatrie et psychothérapie (Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie)

Les spécialistes en psychiatrie et psychothérapie sont particulièrement compétents en ce qui concerne les maladies mentales. Vous pouvez trouver un spécialiste sur la [page](#) de la Kassenärztliche Vereinigung (Union des médecins conventionnés) du Bade-Wurtemberg (Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg).

### Centres de consultation

### Services de consultation psychologique du district de Karlsruhe

Ces centres de consultations vous aident :

- sur toutes les questions liées au développement et à l'éducation de vos enfants
- si vous recherchez de l'aide pour résoudre des problèmes dans le cadre familial
- pour les troubles du comportement chez les enfants et adolescents
- si vous êtes en situation de séparation ou de divorce

- si vous ou vos proches êtes victimes d'abus sexuels
- si vous avez des questions sur la protection des enfants
- en cas de soucis, de questions et de problèmes à la crèche, à l'école ou sur le lieu de formation

Vous trouverez plus d'informations sur les centres de consultation [ici](#).

## Contact

### Service de consultation psychologique Graben-Neudorf pour parents, enfants et adolescents du district de Karlsruhe



Bahnhofsring 39  
76676 Graben-Neudorf



[0721/93668600](tel:0721/93668600)



[pb.graben-neudorf@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:pb.graben-neudorf@landratsamt-karlsruhe.de)

### Service de consultation psychologique Karlsruhe pour parents, enfants et adolescents du district de Karlsruhe



Kriegsstraße 78  
76133 Karlsruhe



[0721/93667050](tel:0721/93667050)



[pb.karlsruhe@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:pb.karlsruhe@landratsamt-karlsruhe.de)

## Autres centres de consultation

### Centre de consultation psychologique de Bretten pour parents, enfants et adolescents



Hermann-Beuttenmüller-Straße 14  
75015 Bretten

 [07252/586900](tel:07252/586900)

@

[bretten@diakonie-laka.de](mailto:bretten@diakonie-laka.de)

 [Diaconie du district de Karlsruhe](#)

## **Centre de consultation psychologique de Bruchsal pour parents, enfants et adolescents**



Wörthstraße 7  
76646 Bruchsal

 [07251/91500](tel:07251/91500)

@

[bruchsal@diakonie-laka.de](mailto:bruchsal@diakonie-laka.de)

 [Diaconie du district de Karlsruhe](#)

## **Service de consultation psychologique Ettlingen**



Lorenz-Werthmann-Straße 2  
76275 Ettlingen

 [07243/515140](tel:07243/515140)

@

[pb@caritas-ettlingen.de](mailto:pb@caritas-ettlingen.de)

 [Caritas Ettlingen](#)

## **Centre de consultation psychologique d'Östringen e.V. pour parents, enfants et adolescents**



Ludwigstraße 2  
76684 Östringen

 [07253/24343](tel:07253/24343)

@

[kontakt@beratungsstelle-oestringen.de](mailto:kontakt@beratungsstelle-oestringen.de)

 www

[Centre de conseil Östringen](#)

## Le pont

Le pont est un service de conseil personnalisé.  
Vous y obtiendrez :

- une consultation en cas des crises graves et de situations de conflit
- une clarification des problèmes actuels et des questions relevant de la vie quotidienne
- des conseils psychologiques supplémentaires
- Un accompagnement en cas de stress sur une longue durée
- une orientation pastorale et spirituelle
- des informations sur les services religieux, psychosociaux et thérapeutiques
- si nécessaire, une recommandation de consulter d'autres institutions spécialisées
- Des conseils en matière de contact personnel
- selon les besoins, l'offre d'entretiens individuels, de couple et de famille
- aucune limitation en ce qui concerne les sujets abordés
- un travail en groupe si nécessaire

Vous trouverez plus d'informations sur l'offre [ici](#).

## Contact



Kronenstraße 23  
76133 Karlsruhe

 [0721/385038](tel:0721/385038)

@

[info@bruecke-karlsruhe.de](mailto:info@bruecke-karlsruhe.de)

## Offre en ligne pour les adolescents et les jeunes adultes ayant vécu des expériences traumatisantes

Tu as vécu une mauvaise expérience ?

Trouve un moyen de mieux gérer la situation grâce à la **formation en ligne StAR !**

La formation en ligne ...

- est gratuite
- dure 12 semaines
- tu peux te mettre à ton compte
- tu peux le faire quand et où tu veux (par ex. à la maison)
- est accompagnée par un coach

Tu peux participer si tu as **entre 15 et 21 ans**.

Si tu n'as pas encore 18 ans, l' accord de tes parents est nécessaire.

Ici, tu trouveras plus d'informations et tu pourras t'inscrire directement :

<https://helloworld.de/star-studie/>

Tu as des questions ? Tu peux envoyer un mail à l'équipe d'étude ou un message sur Instagram :



[projekt-star@fau.de](mailto:projekt-star@fau.de)



team\_star\_étude



[Dépliant StAR pour les proches](#)



[Dépliant StAR pour les jeunes](#)

## Offres pour les personnes issues de l'immigration et des réfugiés

### Centre des droits de l'homme

A Karlsruhe se trouve le Centre des droits de l'homme ( Menschenrechtszentrum ). Il existe plusieurs associations et instituts où vous pouvez trouver des conseils et une assistance supplémentaire sur les thèmes de la migration, de la fuite et de la santé mentale.

### L'Association de soutien aux migrants traumatisés

Les médecins et les professionnels du travail social peuvent être un premier point de contact. Cela vous aidera à déterminer si vous avez besoin d'un traitement à long terme auprès d'un spécialiste.

De plus amples informations sur l'association peuvent être trouvées [ici](#).

## **contact**

Centre des droits de l'homme



Alter Schlachthof 59  
76131 Karlsruhe (1. Stock)



[0721/6288306](tel:0721/6288306)

Horaires de consultation : avec ou sans rendez-vous téléphonique tous les lundis de 09h30 à 11h30

## **L'Institut Atman pour la santé mentale de l'asile Freundeskreis ( Freundeskreis Asyl )**

Avez-vous vécu des expériences traumatisantes dans votre pays d'origine et/ou lors de votre fuite ? Vous trouverez ici une aide thérapeutique spécialisée.

De plus amples informations sur l'institut peuvent être trouvées [ici](#) .

## **contact**

Institut pour la santé mentale et la migration  
fka - Amis de l'asile de Karlsruhe e. V.  
Centre des droits de l'homme



Alter Schlachthof 59  
76131 Karlsruhe

## **contact pour la consultation initiale**

Malin Pichotka



[malin.pichotka@freundeskreis-asyl.de](mailto:malin.pichotka@freundeskreis-asyl.de)

Jessica Ruhe



[jessica.ruhe@freundeskreis-asyl.de](mailto:jessica.ruhe@freundeskreis-asyl.de)

 [01511/7758946](tel:015117758946)

Horaires de téléphone :  
Mardi, mercredi, jeudi de 10h à 13h

Horaires de consultation au Centre des droits de l'homme de Karlsruhe :  
Le mercredi de 10h à 15h,  
uniquement sur inscription préalable !

Le Centre des Droits de l'Homme/Amis de l'Asile propose également son propre réseau d'interprètes.

## **Centre psychosocial du nord de Bade (PSZ)**

Le Centre psychosocial du nord du Bade (PSZ) a commencé ses travaux à Karlsruhe et Heidelberg en 2018.

La thérapie pour adultes est actuellement proposée dans les langues suivantes :

- arabe
- Dari
- Allemand
- Anglais
- Farsi
- Français
- kurde

Vous trouverez plus d'informations [ici](#).

## **Le projet Justice**

Centre de conseil pour les victimes de la traite des êtres humains, de la violence et de la prostitution. Vous trouverez de plus amples informations [ici](#).

## **Mind-Spring - Ensemble, nous sommes forts dans la vie de tous les jours**

**Mind-Spring** est un cours gratuit destiné aux adultes venus d'un autre pays en Allemagne ou ayant fui et rencontrant des difficultés dans leur vie quotidienne. Vous trouverez plus d'informations [ici](#).

## **Important**

Tous les services de conseil répertoriés ici sont gratuits pour vous.  
Veuillez consulter les sites Web des centres de conseil pour savoir si vous devez vous inscrire avant la consultation.

## **Informations sur une maladie mentale spécifique**

Peut-être avez-vous des questions sur une maladie mentale spécifique ? Vous trouverez ensuite du matériel d'information dans de nombreuses langues sur les pages suivantes. Si vous cliquez sur "Download PDF" en bas de la page, vous pouvez télécharger gratuitement les magazines sous forme numérique.

## Traumatisme

### dépression

#### **Application d'auto-assistance pour les personnes ayant une expérience de réfugié**

L'application „[Sanadak](#)" aide à faire face au **stress post-traumatique** et au **stress psychologique** associé.

L'application est disponible en **allemand** et **en arabe** .



## **Autres centres de conseil et aides**

### **Dépendances**

#### **La dépendance est une maladie.**

Une dépendance est une accoutumance à des **substances** (par exemple alcool, drogues, nicotine, médicaments) ou à un **comportement** (par exemple, dépendance au jeu, dépendance au shopping). N'importe qui peut souffrir de dépendance. Le fait de demander de l'**aide** n'a rien d'un échec personnel.

Lorsqu'on est dépendant, on pense presque exclusivement à la substance qui provoque cette dépendance. Vous n'êtes plus maître de votre consommation. Cela conduit souvent à une détérioration des relations et des performances professionnelles.

#### **Quels types d'aides existe-t-il ?**

##### **Soutien professionnel**

Un soutien professionnel est disponible auprès des spécialistes des centres de conseil en toxicomanie.

Vous trouverez [ici](#) les centres de conseil du district.

 [Brochure contenant de nombreuses informations et offres d'aide en matière de dépendance](#)

##### **Groupes d'entraide (Selbsthilfegruppen)**

Les personnes concernées se renforcent mutuellement au sein de groupes d'entraide. Les groupes travaillent de manière partiellement anonyme et aident toutes les personnes concernées se trouvant dans des situations difficiles.

Vous trouverez [ici](#) un aperçu de tous les services d'aide aux personnes souffrant de dépendance de la ville et du district de Karlsruhe.

Ils connaissent bien le problème et vous aideront certainement.

## **Service de consultation pour les familles ayant un passé de réfugiés et souffrant d'addictions**

Cette offre s'adresse en premier lieu aux familles ayant un passé de réfugiés. Vous trouverez [ici](#) de plus amples informations.

[Dépliant en allemand](#)

[Dépliant en turc](#)

[Dépliant en arabe](#)

## **Informations importantes**

Les conseils obtenus dans les services d'information sont gratuits. Les entretiens de conseil sont confidentiels et les contenus discutés ne sont pas transmis à la police. Si vous le souhaitez, la consultation peut s'effectuer de manière anonyme.

## **Cancer du sein**

Vous trouverez des informations sur le dépistage du cancer du sein dans l'application multilingue :

<https://www.breastcare.app/>

## **VIH/SIDA et maladies sexuellement transmissibles**

**HIV** est l'abréviation d'un **virus** . Si vous devenez très malade à cause du virus, on parle alors **de SIDA** . **Les MST** sont des maladies qui se **transmettent lors des rapports sexuels** .

Avez-vous des questions sur ces sujets tels que :

- Quand puis-je être infecté ?
- Qu'est-ce qui me protège contre l'infection ? Qui peut m'aider si je suis infecté ?

Alors [Aidshilfe Potsdam](#) vous aidera - également dans votre langue.

De plus amples informations multilingues en 13 langues peuvent être trouvées [ici](#) .

Vous pouvez trouver de l'aide à Karlsruhe et dans les environs ici : [Kompass HIV](#)

## Conseils sur HIV / AIDS et autres maladies sexuellement transmissibles au sein du Gesundheitsamt Karlsruhe

Vous pouvez nous contacter,

Si tu:

- souhaite passer un test de dépistage anonyme et gratuit des anticorps HIV
- Vous avez des questions sur HIV /SIDA et d'autres maladies sexuellement transmissibles
- peur d'être infecté
- êtes infecté par le VIH ou souffrez du SIDA

Nous proposons également des examens complémentaires payants :

- Chlamydia et gonorrhée (gonorrhée)
- syphilis
- Hépatite B et C

Vous pouvez trouver plus d'informations sur le [site Web Landratsamtes](#) .

### Inscription anonyme par téléphone

 [0721/93699250](tel:072193699250)



Du lundi au jeudi :

8h00 à 11h30

13h30 à 16h

Vendredi:

8h à 12h

Nous sommes soumis à **la confidentialité** !

### contact



Landratsamt Karlsruhe  
Gesundheitsamt  
Wolfartsweierer Str. 5b  
Salle 5 031  
76131 Karlsruhe

 [0721/93682070](tel:072193682070) (Mme Vazin)



[0721/93681920](tel:072193681920) (Mme Schmidt)

 [www.landratsamt-karlsruhe.de](http://www.landratsamt-karlsruhe.de)

@ [aids@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:aids@landratsamt-karlsruhe.de)

## Conseils et dépistage du HIV et autres infections sexuellement transmissibles (IST)

Chez **ZeSIA** vous pouvez obtenir des conseils sur la santé sexuelle. À notre **point de contrôle**, vous pouvez également passer des tests de dépistage des infections sexuellement transmissibles (IST). Nous testons :

- VIH (SIDA)
- Chlamydia
- Gonocoques (gonorrhée)
- syphilis
- Hépatite B et C

Les tests sont **anonymes** . Vous pouvez retrouver les tarifs sur le [site ZeSIA](#) .  
Les tests bénéficient d'un tarif réduit pour les écoliers, les étudiants, les stagiaires, les demandeurs d'asile et les personnes possédant un passeport de Karlsruhe.

### Horaires de consultation

Lundi et mardi : 13h00 - 16h00

Mercredi : 10h - 13h

Jeudi : 15h00 - 18h00

**Point de contrôle** : mardi 18h30 - 20h00

Et sur rendez-vous par téléphone

Aucun conseil téléphonique lors du contrôle !

### contact

**ZeSIA - Zentrum für sexuelle Gesundheit, Identität und Aufklärung Karlsruhe**

 [Sophienstraße 102, 76135 Karlsruhe](#)

 [0721/3548160](tel:0721/3548160)

 <https://www.zesia-ka.de/de>

@ [info@zesia-ka.de](mailto:info@zesia-ka.de)

IST - infections sexuellement transmissibles

MST - maladies sexuellement transmissibles

**Contraception, grossesse, accouchement**

Vous trouverez des informations et des conseils sur le planning familial, la grossesse, la naissance, la contraception ou le conseil en sexualité ici, dans l'application Integreat, sous le point "[Enfants, jeunes et famille](#)".

## Point d'appui pour les soins

### POINT D'APPUI POUR LES SOINS dans le district de Karlsruhe



### Qu'est-ce que le point d'appui pour les soins ?

Le point d'aide aux soins est un centre de conseil pour les personnes ayant besoin de soins, les personnes malades, handicapées ou âgées et leurs proches ou leurs amis/connaissances.

### Qui se fait aider ?

Toutes les personnes bénéficiant d'une assurance maladie et d'une assurance soins de santé dans le district de Karlsruhe peuvent contacter le point d'appui pour les soins de santé, indépendamment de leur âge, de leur maladie ou de leur besoin de soins de santé.

Les personnes concernées y sont conseillées de manière neutre, complète, individuelle et gratuite sur le sujet complexe des soins.

### Les employés

- informent sur les avantages de l'assurance soins de santé et autres aides financières
- conseillent sur les soins à domicile ou dans une maison de retraite
- aident à remplir les demandes
- organisent l'assistance
- orientent vers les services locaux
- fournissent des informations sur les procurations de soins de santé et les testaments de vie
- offrent des services d'allègement du nom pour les proches aidants
- informent sur les aides, les appels d'urgence à domicile et les "repas à domicile"
- donnent des conseils sur les thèmes de la "démence" et des soins palliatifs

Des conseils sont également possibles dans la période précédant les soins (préventifs). Le conseil peut se faire par téléphone, en personne au centre de conseil ou, si nécessaire, à domicile.

### LES POINTS D'APPUI POUR LES SOINS SONT DISPONIBLES EN :

#### BRETAGES

 [0721/936 71230](tel:072193671230)

## BRUCHSAL

☎ [0721/935 70490](tel:072193570490)

## ETTLINGEN

☎ [0721/936 71240](tel:072193671240)

## STUTENSEE

☎ [0721/936 71680](tel:072193671680)

## WAGHÄUSEL

☎ [0721/936 71410](tel:072193671410)

Les adresses, les numéros de téléphone et les heures d'ouverture des bureaux se trouvent [sur notre page d'accueil](#).

## The Justice Project e.V.

**The Justice Project e.V.** est une organisation basée à Karlsruhe. Elle soutient **les victimes de la traite des êtres humains** ainsi que les personnes qui travaillent ou ont travaillé dans la **prostitution**.

## Sur quels sujets peut-on The Justice Project être soutenu ?

- Prostitution
- Trafic d'êtres humains
- Exploitation, oppression, coercition
- expérience de violence sexuelle pendant la fuite, par ex. viols
- Mariage forcé
- Mutilation génitale forcée (MGF : Female Genitale Mutilation)
- Juju
- Plainte
- maison d'accueil, abri
- Aide à la sortie, par exemple recherche d'un emploi ou d'un appartement, sortie de la prostitution si désirée
- Soins de santé (pour les personnes en situation de prostitution)
- Aide à la procédure d'asile

## Qui peut contacter The Justice Project?

- Les personnes, en particulier les femmes réfugiées, qui ont été victimes de la traite des êtres humains, par exemple qui sont/ont été forcées de se prostituer
- femmes réfugiées ou migrantes victimes de violences sexuelles ou sexistes
- en particulier les femmes réfugiées des pays d'origine africains

- Les personnes, en particulier les femmes, qui sont ou ont été impliquées dans la prostitution
- Les personnes qui les soutiennent, par exemple les professionnels du travail social, les bénévoles, les membres de la famille

## Contact

### The Justice Project e.V.



Kaiserstraße 63  
76131 Karlsruhe

### Centre de consultation OASE



[0721/82102730](tel:0721/82102730)

### Centre de consultation MARIPOSA



[0721/66997733](tel:0721/66997733)

[@info@thejusticeproject.de](mailto:info@thejusticeproject.de)

[www.thejusticeproject.de](http://www.thejusticeproject.de)

### Groupes d'entraide

Vous sentez-vous **affecté (e)** sur le plan **de la santé, de l'âme** ou sur le plan **social (par exemple en raison d'une maladie, d'une séparation d'avec le ou la partenaire) ? Vous souhaitez parler à des personnes qui vivent la même situation que vous ? Cette possibilité existe - nous appelons cela des groupes d'entraide. Il existe des groupes d'entraide pour de nombreux thèmes et situations de vie.**

Vous trouverez ici un aperçu des [groupes d'entraide dans la ville et le district de Karlsruhe.](#)

### Conseil social et sanitaire pour les personnes en situation de prostitution

Si vous travaillez déjà dans la prostitution ou si vous souhaitez y travailler, le service de santé publique vous conseillera (§10 ProstSchG). Pour ce travail, la loi vous oblige à demander conseil. La loi qui vous protège s'appelle la loi sur la protection des prostituées (ProstSchG). Vous pouvez aussi toujours demander conseil parce que vous le souhaitez (facultatif).

La consultation est **confidentielle** et **aucune donnée n'est transmise**.

Vous trouverez plus d'informations sur le [site web du Landratsamt](#).

Vous trouverez [ici](#) une vidéo explicative sur les conseils en matière de santé.

## Prendre rendez-vous Hotline conseil santé

 [0721/93699366](tel:0721/93699366)



Du lundi au vendredi  
09h00 à 12h00

Mardi et jeudi  
14h00 à 16h00

## Informations complémentaires

 [0721/93682720](tel:0721/93682720)

## Autre centre de consultation

[The Justice Project](#) peut également vous conseiller.

[Luise](#) - Un service de conseil pour les prostituées.

Mots-clés : Travail du sexe, service sexuel, loi sur la protection des prostituées

## Ligne d'aide "Violence contre les femmes"

Les femmes victimes de violence trouvent un soutien auprès de la ligne téléphonique d'aide. A la demande d'un appelant, les conseillères font intervenir un interprète dans la langue requise dans la minute qui suit l'appel.

La consultation gratuite, anonyme et confidentielle est disponible en 18 langues étrangères.

Vous pouvez obtenir des conseils par téléphone, par chat ou par e-mail.

 [116 016](tel:116016)



[Ligne d'aide "Violence contre les femmes"](#)

**Mind-Spring – Ensemble, nous sommes forts dans la vie de tous les jours**

Avez-vous déjà vécu **une fuite** ou **une migration** ? Trouvez-vous parfois **la vie quotidienne difficile** ?

Mind-Spring est un **cours gratuit destiné aux adultes** de 18 ans et plus qui sont venus en Allemagne depuis un autre pays ou qui sont réfugiés. Les cours sont offerts dans la **langue maternelle** des participants.

Dans le cours Mind Spring, vous apprendrez :

- Comment mieux gérer le stress, le deuil et les situations difficiles.
- Comment le corps, les sentiments et le comportement sont connectés.
- Comment retrouver la force pour la vie quotidienne.
- Vous pouvez échanger des idées avec d'autres personnes sur la vie en Allemagne.

### **Souhaitez-vous suivre le cours ?**

Écrivez-nous un email et nous vous enverrons les dates exactes.

Les cours sont animés par des personnes qui ont elles-mêmes dû fuir ou venir d'un autre pays. Ils vous aident à mener une vie autodéterminée. Des spécialistes accompagnent les cours et sont là si vous avez besoin d'aide.

### **Souhaitez-vous devenir vous-même formateur ?**

Envoyez-nous un courriel pour en savoir plus sur la formation gratuite.

Vous trouverez plus d'informations sur la [page d'accueil](#).

## **contact**

### **coordination Mind-Spring**



[Gesundheitsamt Karlsruhe](#)  
[Wolfartsweierer Straße 5 b](#)  
[76131 Karlsruhe](#)

### **personne de contact au ministère de la santé**

Sonja Greiner

[@sonja.greiner@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:sonja.greiner@landratsamt-karlsruhe.de)

[0721 936-81960](tel:072193681960)

Martin Siegl-Ostmann

[@martin.siegl-ostmann@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:martin.siegl-ostmann@landratsamt-karlsruhe.de)

### **heures de téléphone**

Du lundi au jeudi de 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00

Vendredi de 8h00 à 12h00

## **Personnes ayant un handicap**

Toute personne handicapée physiquement, mentalement ou psychiquement, ou menacée d'un tel handicap, a le droit d'être aidée. Nul ne doit être désavantagé en raison de son handicap. En Allemagne, cela est réglementé.

Les personnes handicapées veulent vivre de la même manière que les personnes non handicapées. Elles veulent être mobiles et pouvoir vivre au quotidien sans aide extérieure.

Vous trouverez ici les principaux interlocuteurs, centres de conseil et informations.

## Interlocuteurs et services d'aide

### **EUTB - Conseil indépendant complémentaire en matière de participation**

Le **conseil complémentaire indépendant sur la participation** offre **aux personnes handicapées**, aux personnes **menacées de handicap** et à leurs **proches des informations** sur toutes les questions relatives à la vie avec un handicap.  
Par exemple : Questions sur l'assistance, les soins ou les moyens auxiliaires.

Les employés vous apportent leur aide dans les domaines suivants :

- Demandes d'aide financière
- Demandes d'aides
- Adresses des infrastructures (par exemple, un atelier pour les personnes handicapées)
- Recherche d'emploi
- Formation continue au travail

### **EUTB Landesverband für Menschen mit Körper und Mehrfachbehinderung Baden-Württemberg (EUTB Association pour les personnes handicapées physiques et polyhandicapées de Bade-Wurtemberg)**



Fasanenstraße 10  
76131 Karlsruhe  
Bade-Wurtemberg



[0721/12083499](tel:0721/12083499)



[eutb-karlsruhe@lvkm-bw.de](mailto:eutb-karlsruhe@lvkm-bw.de)



Lundi, mardi et jeudi : 10 h à 17 h  
Le mercredi et le vendredi : 9 h à 11 h  
et sur rendez-vous

Pour les consultations personnelles et les consultations vidéo, veuillez prendre rendez-vous.

### Consultation sans rendez-vous



Bureau de l'EUTB  
Fasanenstraße 10  
76131 Karlsruhe



Lundi 10h00 à 12h00



Hôtel de ville de Waghäusel  
Gymnasiumsstraße 1  
68753 Waghäusel



Tous les 1er et 3ème jours Mercredi du mois : 14 h 30 à 17 h 30

Les rendez-vous sont pris sur rendez-vous.

Possibilités d'inscription :



[0781/28948830](tel:078128948830) lundi et mercredi de 8 h 30 à 10 h 30 et jeudi de 12 h à 15 h



[eutb@agbo.info](mailto:eutb@agbo.info)



<https://www.waghaeusel.de/leben-wohnen/soziales/i...>

### EUTB Paritätische Sozialdienste gGmbH Karlsruhe (Services sociaux paritaires de Karlsruhe)



Kanalweg 40/42  
76149 Karlsruhe  
Bade-Wurtemberg



[0721/9123066](tel:07219123066)



[eutb@paritaet-ka.de](mailto:eutb@paritaet-ka.de)



<http://www.paritaet-ka.de>



Du lundi au mercredi : 8 h à 13 h  
Jeudi : 8 h à 16 h

Veillez prendre rendez-vous.



Centre de réunion Am Klösterle  
Klostergasse 1  
76275 Ettlingen



Tous les 1er et 3ème jours Sur place le 1er lundi du mois de 12 h 30 à 15 h  
Tous les 2 et 4 Lundi du mois Dates de consultation sur rendez-vous

Veillez prendre rendez-vous.



Rathaus am  
Otto-Oppenheimer-Platz 5  
76646 Bruchsal



Toujours dans la semaine civile paire  
Mardi : 9h30 à 12h00



Hermann-Beuttenmüller-Str. 6  
75015 Bretten



Toujours dans la semaine civile paire  
Vendredi : 9h30 à 12h00

## **Délégué des personnes handicapées**

Le délégué des personnes handicapées apporte son aide aux hommes et femmes politiques et aux administrations au sujet des personnes handicapées.

C'est à lui qu'il faut s'adresser pour traiter les questions importantes.

Les hommes et femmes politiques peuvent ensuite prendre de bonnes décisions.

Toute personne peut appeler ou adresser un courrier au délégué des personnes handicapées :

- si elle a besoin d'aide
- en cas de réclamation
- C'est ce qu'on appelle un médiateur. Le délégué aux personnes handicapées est lui aussi un médiateur.

Le représentant des personnes handicapées s'occupe de l'accessibilité. Voici ce que cela signifie : Tout le monde peut aller n'importe où, sans obstacles, et tout le monde peut lire ou voir ou entendre n'importe quoi, par exemple sur Internet.

## Contact

### M. Neumann

#### Délégué aux personnes handicapées dans le district de Karlsruhe



Wolfartsweierer Straße 5  
76131 Karlsruhe

**Adresse postale :**

Kriegsstraße 100  
76133 Karlsruhe



[0721/93671350](tel:0721/93671350)



[reimar.neumann@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:reimar.neumann@landratsamt-karlsruhe.de)

## Guide

Vous trouverez [ici](#) un guide pour les personnes handicapées. Le guide est également disponible en [langage facile](#).

## Accompagnement des jeunes en situation de handicap

### Guides de procédure

Soutien et aide aux jeunes de 0 à 26 ans présentant un handicap (imminent) et à leurs familles :

- Qu'est-ce que l'aide à l'intégration ( Eingliederungshilfe ) ?
- Quelle aide existe-t-il ?
- Que dois-je faire pour obtenir de l'aide ?
- Quels sont mes droits ?
- Aide pour demander une aide à l'intégration

- Aide aux contacts avec d'autres organismes (autorités, mutuelles, etc.)

 Volontaire, gratuit et confidentiel

### **contact**

 Elke Hofmann

 [0721/93669070](tel:072193669070)

 Meike Ritter

 [0721/93667120](tel:072193667120)

 [verfahrenslotse@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:verfahrenslotse@landratsamt-karlsruhe.de)

De plus amples informations peuvent être trouvées ici :  
<https://www.landkreis-karlsruhe.de/verfahrenslots...>