

Inhaltsverzeichnis

Willkommen	5
Willkommen in Mülheim an der Ruhr	5
Über die Funktionen der App	5
Neu angekommen in Mülheim an der Ruhr	5
Kinderstadtplan	6
Deutschland von A bis Z: Handbook Germany	6
Kontakt zu App Team Mülheim an der Ruhr	7
Migrantenselbstorganisationen (MSO)	7
Integrationsrat	8
Zusammenleben in Deutschland	9
Grundgesetz und Menschenrechte	9
Religionsfreiheit	11
Meinungsfreiheit	12
Rechtsstaatlichkeit	12
Persönliche Freiheit	13
Gleichberechtigung von Mann und Frau	14
Kinderrechte	15
Gewaltfreiheit/ Körperliche Unversehrtheit	15
Beratung und Hilfen	16
Beratung für Menschen mit Einwanderungsgeschichte	16
Migrationsberatung (MBE) für erwachsene Zugewanderte	16
KIM - Case Management	17
Jugendmigrationsdienst (JMD)	19
Ausreise- und Perspektivberatung (AuPB)	19
Flüchtlingsberatung	20
Online Beratung	21
Kommunaler Beratungsdienst für Geflüchtete (KBG)	22
Beratung zu Gesundheit	22
Ratgeber - Leben mit Behinderung	22
Beratung HIV, AIDS und STI	23
Prostitution - Beratung & Gesetze	23
Hilfen für Familien	24
KSD - Kommunaler Sozialer Dienst	24
Erziehungsberatungsstelle	26
Anlaufstelle für Alleinerziehende	27
Beratung für Frauen	27
Häusliche Gewalt	27
Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen	28
Wichtige Ämter	29
Jobcenter	29
Agentur für Arbeit	30
Sozialamt	30
Standesamt	31
Ausländerbehörde	32
Jugendamt	32
Bürgeramt	33
Gesundheitsamt	34
Sprache	35
Sprachangebote für mehrsprachige Familien	35

Dolmetscher, Sprachmittler, Übersetzer	36
Übersetzung von Dokumenten	37
Sprachkurse - Deutsch lernen	37
Integrationskurse	38
Berufssprachkurse	39
Weitere Sprachkurse und Nachhilfe	41
ESF - Basissprachkurs Arbeitsmarktintegration	43
EOK - Erstorientierungskurs	43
Selber Deutsch lernen	44
Sprachtreffen - Deutsch sprechen üben	45
Internationales Frauencafé	45
MUT-Café	45
FLOW - für junge Männer	46
Sprachcafé im Styrumer Treff	46
Sprachniveaus	47
Brauche ich ein Zertifikat?	48
Hilfsmittel zur Verständigung	49
Kinder, Jugend und Familie	50
Grundlegendes zu Kinder, Jugend und Familie	50
Eltern werden	50
Schwangerschaft und Geburt	50
Frühe Hilfen	51
Kinderbetreuung	52
Kindertagespflege	52
Kita (Kindertageseinrichtung)	53
Mehrsprachige Familien	54
Schule für Kinder von 6 bis 18 Jahren	55
Allgemeines zur Schule	55
Schulsystem in Nordrhein Westfalen	56
Erstberatung und Vermittlung Schulplatz	57
Hilfen für Familien	57
KSD - Kommunaler Sozialer Dienst	57
Erziehungsberatungsstellen	59
Frühförderung	60
Anlaufstelle für Alleinerziehende	61
Finanzielle Leistungen Familie	61
Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge	62
Alltag	63
Wohnen	63
Miete und Mietvertrag	63
Hausordnung	64
Wohngeld und WBS	64
Mülltrennung und Pfand	65
Energie und Umwelt	66
Rundfunkgebühren	67
Finanzielles und Verträge	67
Grundlegendes zu Verträgen	67
Versicherungen	68
Mobiltelefon	68
Girokonto	69
Steuern und Steuererklärung	70

Mobilität	70
Öffentliche Verkehrsmittel und Fahrrad	70
Führerschein und Autofahren	71
Arbeit, Ausbildung und Studium	73
Information zu Ausbildung, Arbeit und Studium	73
Arbeit finden	74
Arbeitsvertrag	74
Bewerbungen und Vorstellungsgespräche	75
Arbeit finden - Beratung und Hilfe	77
Fachkräfteeinwanderung	77
Grundlegendes zur Fachkräfteeinwanderung	78
Für Arbeitgeber	78
Für Fachkräfte	78
Für Ausbildung und Studium	80
Blaue Karte EU	80
Selbstständigkeit	81
Berufsschule	81
Studium	83
Studium an einer Hochschule	83
Finanzierung und Stipendium	84
Anerkennung von Zeugnissen	85
Anerkennung ausländischer Bildungsabschlüsse	85
Amtliche Beglaubigung von Zeugnissen	86
Gesundheit	86
Allgemeines zu Gesundheit	86
Krankenversicherung	87
Arztbesuch	88
Medikamente und Apotheken	89
elektronische Patientenakte (ePA)	89
Notrufnummern - SOS	91
Beratungsstellen und Hilfsangebote	91
Ratgeber - Leben mit Behinderung	91
breastcare App	92
Beratung HIV, AIDS und STI	92
Rechtliches und Rechte	93
Asyl und Geflüchtete	93
Aufenthaltsstatus	93
Asylantrag	95
Familienasyl und Internationaler Schutz für Familienangehörige	96
Frauenrechte	97
FGM - weibliche Genitalverstümmelung	97
Schwangerschaftsabbruch	98
Arbeit und Lohn	99
Grundrechte	99
Kinderrechte	100
Antidiskriminierung und Inklusion	101
Erfahrungen mit Diskriminierung	101
Lesbisch, Schwul, Bisexuell, Trans* und Inter* (LSBTI)	102
Menschen mit Behinderung	103
Religionsfreiheit	104
Polizei	104

Zuständigkeiten der Polizei	104
Freizeit, Kultur, Sport	105
Centrum für bürgerschaftliches Engagement e. V. (CBE)	105
Sportangebote	106
Büchereien	106

Willkommen

Willkommen in Mülheim an der Ruhr

Über die Funktionen der App

Die App Integreat unterstützt Sie in Ihrem Alltag in Mülheim an der Ruhr. Sie finden hier wichtige Adressen, Ansprechpersonen und weitere Informationen, die Ihnen bei der Orientierung in Mülheim helfen können.

Die App Integreat hat mehrere Kapitel. Jedes Kapitel bearbeitet ein anderes Thema. Sie finden zum Beispiel Informationen zu Ärzten, Schulen, Deutschkursen oder anderen Institutionen. Es gibt auch ein Kapitel mit Ideen, was Sie in Ihrer Freizeit machen können. Die Informationen und Freizeitangebote ändern sich und wir aktualisieren diese Seite regelmäßig. Schauen Sie öfter in die App Integreat und informieren sich über aktuelle Aktionen und Veranstaltungen!

 Sie können die App Integreat auch offline benutzen, wenn Sie keinen Internet-Zugang haben. Wenn Sie wieder online sind, aktualisiert sich die App von selbst.

Funktionen der App

- Sie können bestimmte Inhalte mit Schlagworten suchen.
Klicken Sie auf das Symbol  "**Suche**" und schreiben Ihr Schlagwort in das Suchfeld. Es werden Ihnen alle Seiten gezeigt, auf den das Schlagwort vorkommt.
- Sie können Sprache wechseln. Die App Integreat Mülheim gibt es in **X** Sprachen.
Klicken Sie auf das Symbol  "**Sprache wechseln**" und dann auf die gewünschte Sprache.
- Sie können Inhalte in anderen Städten anschauen, zum Beispiel wenn Sie in eine andere Stadt umziehen.
Klicken sie auf das Symbol  "**Standort wechseln**" und dann auf die gewünschte Stadt.
- Sie können Feedback geben.
Klicken Sie auf das Symbol  "**Feedback**" und schreiben uns über Ihre Erfahrung mit der App Integreat.
- Sie können eine pdf-Datei erstellen und dann ausdrucken.
Klicken Sie auf das Symbol  "**PDF erstellen**" und schon wird aus der aktuellen Seite eine pdf-Datei erstellt.
- Sie können ein Link **kopieren**  und die Seiten **teilen**  . So zeigen Sie auch Ihren Freunden, Bekannten und Familie, wo sie Informationen finden können.
- Aktivieren Sie die Pusch Nachrichten. So erhalten Sie aktiv Hinweise zu wichtigen Ereignissen und interessanten Veranstaltungen.

Neu angekommen in Mülheim an der Ruhr

Sie möchten zu uns nach Mülheim an der Ruhr ziehen oder sind neu in unserer Stadt? Dann sind Sie hier richtig. Informationen für einen guten Start finden Sie hier zusammengestellt.

Sie werden feststellen: Mülheim an der Ruhr ist eine internationale, weltoffene Stadt. Ein attraktiver Wohn-, Unternehmens- und Wissenschaftsstandort. Ein Ort für Familien, Singles, Paare, Kinder, Jugendliche, Senioren und Unternehmen. Die Mülheimer Stadtteile sind sehr verschieden – da ist für alle was dabei.

Rund 175.000 Menschen aus rund 140 Nationen sehen das auch so und bringen ihre vielfältigen Talente in die Stadtgesellschaft ein.

Die Vielfalt in unserer Gesellschaft ist eine der globalen Herausforderungen unserer Zeit. Wir in Mülheim sehen sie als Potenzial für die Zukunftsfähigkeit der Mülheimer Wirtschafts- und Wissenslandschaft sowie als ein Merkmal einer fortschrittlichen und attraktiven Stadtgesellschaft.

Mit 50 Prozent Wald- und Grünflächen, in direkter Nähe zur Landeshauptstadt Düsseldorf und inmitten der Metropole Ruhr ist Mülheim an der Ruhr die „grüne Lunge im Revier“. Selbst unsere Innenstadt ist von viel Natur umgeben. Sie ist die einzige im Ruhrgebiet, durch deren Mitte die Ruhr fließt. Die neue Ruhrpromenade am Stadtkai wurde eröffnet und hat unsere Stadt noch näher an den Fluss gebracht.

Außerdem hält Mülheim abwechslungsreiche Naherholungs- und Freizeitangebote bereit. Vom Tierpark über die wunderschöne Auenlandschaft, umfangreiche Spiel- und Sportmöglichkeiten bis zur Musik- und Volkshochschule.

Auf der Seite  geo.muelheim-ruhr.de finden Sie Geo Informationen der Stadt Mülheim. Das Geoportal zeigt Ihnen Daten, Dienste und Produkte aus dem Gebiet Mülheim. Sie finden dort Standorte von Kindergärten und Schulen. Sie finden dort "Themenorte" wie Sport, Bildung oder Freizeit. Sie finden dort WLAN-Hotspots. Sie finden dort viele weitere Informationen aus der Stadt Mülheim.

Natürlich kommen in Mülheim auch Kulturliebhaber auf ihre Kosten: Zahlreiche Museen, Theater und Kleinkunststätten wie die Freilichtbühne, das Kulturzentrum Ringlokschuppen oder die Stadthalle bieten eine große Programmvierfalt. Im  [Veranstaltungskalender](#) finden Sie Veranstaltungen in der Stadt Mülheim.

Lernen Sie Mülheim an der Ruhr kennen - Seien Sie willkommen!

Kinderstadtplan

 [Kinderstadtplan](#)

 Hier gibt es einen Stadtplan für Kinder. Er ist in 9 Ausschnitte unterteilt. Du kannst die Pläne herunterladen. Die Stadtteilpläne für Kinder gibt es in den Sprachen Deutsch und Ukrainisch. Du findest hier beispielsweise:

- Spielplätze,
- Büchereien,
- Ampeln,
- Zebrastreifen,
- Schulen und
- Kindergärten.

Deutschland von A bis Z: Handbook Germany

 [Handbook Germany](#) ist eine mehrsprachige Plattform. Sie richtet sich an geflüchtete Menschen und Zugewanderte. Hier finden Sie Informationen über das Leben in Deutschland. Sie finden dort beispielsweise Informationen zu Aufenthaltsrecht, Wohnen, Gesundheit, Arbeit, Ausbildung, Kita, Studium.

Mit Videos und Texten können Sie Ihre neue Heimat besser kennenlernen.

Für weitere Fragen gibt es eine Community Plattform:  [Together in Germany](#)
Sie können dort anonym Ihre Fragen stellen. Das Team antwortet Ihnen.

 Die Informationen sind in 9 verschiedene Sprachen übersetzt.

Kontakt zu App Team Mülheim an der Ruhr

Haben Sie Fragen zu den Inhalten in der App Integreat? Möchten Sie uns etwas mitteilen?

- Gibt es Informationen in der Integreat Mülheim, die Ihnen fehlen?
- Ist eine Übersetzung nicht korrekt?
- Ist eine Information veraltet und nicht mehr aktuell?
- Funktioniert ein Link nicht?
- Gibt es noch etwas anderes, was sie uns mitteilen möchten?

Sie können dazu die Feedback-Funktion nutzen. Dazu klicken Sie auf das Icon  **"Feedback"**

Sie können uns auch eine E-Mail schreiben.

Kontakt

Kommunales Integrationszentrum (KI)
Kommunales Integrationsmanagement (KIM)
 Ida Speckbruck
 [+49 \(0\) 2084554778](tel:+49(0)2084554778)
[@integreat@muelheim-ruhr.de](mailto:integreat@muelheim-ruhr.de)

Schlagnworte: Ansprechpartner, Fragen, Anregungen, Verbesserungsvorschlag, Fehler, Kritik, Lob

Migrantenselbstorganisationen (MSO)

In Mülheim sind über 50 Migrantenselbstorganisationen aktiv. Sie organisieren Veranstaltungen und beteiligen sich an verschiedenen Projekten und Festen. Sie fördern das interkulturelle Miteinander. Dazu gehören auch die Interkulturelle Woche und das Internationale Fest. Die Ziele dieser Organisationen sind vielfältig: Sie setzen sich für die Belange von Migranten und Migrantinnen in der Gesellschaft ein. Sie bewahren sprachliche und kulturelle Traditionen und

unterstützen ehrenamtliches Engagement. Selbstorganisationen von Migrantinnen und Migranten spielen eine zentrale Rolle bei der Integration. Sowohl für neu Zugewanderte als auch für Personen, die bereits länger in Deutschland leben. Sie tragen dazu bei, dass allen Menschen, unabhängig von ihrer Herkunft, die Möglichkeit auf sozialen Aufstieg und gesellschaftliche Teilhabe eröffnet wird. Zudem fördern sie den interkulturellen Dialog und stärken den Zusammenhalt in unserer Gemeinschaft

Zielsetzung:

- Sie vertreten Anliegen von Migranten und Migrantinnen in der Gesellschaft
- Sie pflegen sprachliche und kulturelle Traditionen
- Projekte
- Sie fördern ehrenamtliches Engagement
- Zusammenhalt stärken

Partner/ Kontakt:

Stadt Mülheim an der Ruhr - Referat IV
Frau Sekine Günes (Geschäftsstelle Integrationsrat)

📍 Am Rathaus 1

45468 Mülheim an der Ruhr

☎ [0208-4551531](tel:0208-4551531)

@ Sekine.Guenes@muelheim-ruhr.de

Integrationsrat

Was ist der Integrationsrat?

Der Integrationsrat ist ein politisches Gremium. Er repräsentiert Menschen mit Migrationsgeschichte. Er wird gewählt. Er ist gesetzlich vorgeschrieben. Neben den gewählten Vertretern und Vertreterinnen gehören ihm auch entsandte Ratsmitglieder an. Alle Mitglieder des Integrationsrates arbeiten an einer effektiven Integrationspolitik. Der Integrationsrat ist ein demokratisch gewähltes Gremium. Es ist eng verzahnt mit der kommunalen Politik.

Welche Funktionen hat der Integrationsrat?

- Er vertritt Menschen mit Migrationsgeschichte in der Gemeinde politisch.
- Er ist das Expertengremium für das Thema Integration in Mülheim an der Ruhr. Darüber hinaus kann er sich mit allen unterschiedlichen Themen der Gemeinde befassen. Er berät über alle wichtigen Themen der Integrationspolitik und ist Teil der Beratungsfolge zwischen Ausschüssen und Rat der Stadt.

Die Geschäftsführung betreut die Mitglieder des Integrationsrates. Sie setzt Wünsche und Beschlüsse innerhalb der Verwaltung um. Sie ist gleichzeitig für alle Mitglieder eine Kontaktstelle zwischen Politik und Verwaltung. Die Geschäftsführung des Integrationsrates ist angesiedelt im Referat IV. Schule, Jugend, Sport und Integration.

Integrationsratswahl 2025

In Mülheim an der Ruhr wird in diesem Jahr (2025) ein neuer Integrationsrat gewählt - ein wichtiger Meilenstein für die politische Teilhabe von Menschen mit internationaler Familiengeschichte. Zur Vorbereitung lädt die Stadt alle interessierten Bürgerinnen und Bürger - insbesondere diejenigen, die Interesse an einer Kandidatur haben - herzlich zu einer Informationsveranstaltung ein. Diese findet statt am:

📅 Montag, 5. Mai 2025 um 17 Uhr

📍 Historisches Rathaus, Raum B.115, Am Rathaus 1, 45468 Mülheim an der Ruhr

🌐 Weitere Informationen [hier](#).

Kontakt und weiterführende Informationen

🌐 [Website Integrationsrat](#)

Integrationsrat der Stadt Mülheim an der Ruhr

👤 Frau Sekine Günes (Geschäftsführung Integrationsrat)

📍 Am Rathaus 1

45468 Mülheim an der Ruhr

☎ [0208-455-1531](tel:0208-455-1531)

✉ [@Sekine.Guenes@muelheim-ruhr.de](mailto:Sekine.Guenes@muelheim-ruhr.de)

Zusammenleben in Deutschland

Grundgesetz und Menschenrechte

Alle Menschen, die in Deutschland leben, müssen sich an die zentralen Grundsätze der politischen und rechtlichen Ordnung halten.

Die wichtigste rechtliche Grundlage des Lebens in Deutschland ist das **Grundgesetz**. Es ist die Verfassung der Bundesrepublik Deutschland.

Im Grundgesetz steht, dass jeder Mensch frei und selbstbestimmt ist.

Es dürfen keine Unterschiede nach Geschlecht, Herkunft (Abstammung, Sprache, Heimat), Hautfarbe, Religion, Glauben oder Weltanschauung, Behinderung, Alter oder sexueller Orientierung gemacht werden.

Deutschland ist ein Bundesstaat, der aus **16 Bundesländern** besteht.

Deutschland ist ein demokratischer Staat. Das heißt, dass die Menschen in Freiheit leben. Alle dürfen ihre Meinung frei sagen. Die Gesetze gelten für alle Menschen. Alle Menschen und auch der Staat müssen sich an die Gesetze halten. In freien Wahlen entscheiden die Menschen, von wem sie regiert werden wollen. Wenn sie mit der Regierung nicht zufrieden sind, können sie bei der nächsten Wahl eine andere Regierung wählen.

Grundrechtskatalog

Schutz der Menschenwürde

Artikel 1

(1) Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist

Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.

(...)

Recht auf Freiheit der Person

Artikel 2

(1) Jeder hat das Recht auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit, soweit er nicht die Rechte anderer verletzt und nicht gegen die verfassungsmäßige Ordnung oder das Sittengesetz verstößt.

(...)

Auch das Recht auf sexuelle Selbstbestimmung ist damit gemeint. Das bedeutet: Jeder Mensch darf für sich selbst entscheiden, bei welchen sexuellen Handlungen er mitmachen will und niemand darf zu etwas gezwungen werden, was er nicht möchte.

Gleichheit vor dem Gesetz

Artikel 3

(1) Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.

(2) Männer und Frauen sind gleichberechtigt. Der Staat fördert die tatsächliche Durchsetzung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern und wirkt auf die Beseitigung bestehender Nachteile hin.

 www.zanzu.de

(3) Niemand darf wegen seines Geschlechtes, seiner Abstammung, seiner Rasse, seiner Sprache, seiner Heimat und Herkunft, seines Glaubens, seiner religiösen oder politischen Anschauungen benachteiligt oder bevorzugt werden. Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden.

Glaubens-, Gewissens- und Bekenntnisfreiheit

Artikel 4

(1) Die Freiheit des Glaubens, des Gewissens und die Freiheit des religiösen und weltanschaulichen Bekenntnisses sind unverletzlich.

(...)

Freiheit von Meinung, Kunst und Wissenschaft

Artikel 5

(1) Jeder hat das Recht, seine Meinung in Wort, Schrift und Bild frei zu äußern und zu verbreiten und sich aus allgemein zugänglichen Quellen ungehindert zu unterrichten. Die Pressefreiheit und die Freiheit der Berichterstattung durch Rundfunk und Film werden gewährleistet. Eine Zensur findet nicht statt.

(...)

Schutz von Ehe und Familie und von Kindern nicht verheirateter Eltern

Artikel 6

(1) Ehe und Familie stehen unter dem besonderen Schutze der staatlichen Ordnung.

(...)

Hier finden Sie das Grundgesetz auf  [Deutsch](#). Hier finden Sie Informationen in 8 verschiedenen Sprachen:  [Arabisch](#),  [Englisch](#),  [Farsi](#),  [Französisch](#),  [Kurdisch-Kurmandschi](#),  [Russisch](#),  [Spanisch](#),  [Türkisch](#).

Allgemeine Erklärung der Menschenrechte

Menschenrechte sind wichtige Rechte, die immer und für alle Menschen auf der ganzen Welt gelten. Menschenrechte sind Rechte, die jeder Mensch aufgrund seines Menschseins hat. Sie schützen die Würde eines jeden Menschen und stehen allen Menschen gleichermaßen zu ohne irgendeinen Unterschied, etwa nach „ (...) Hautfarbe, Geschlecht, Sprache, Religion, politischer oder sonstiger Anschauung, nationaler oder sozialer Herkunft, Vermögen, Geburt oder sonstigem Stand.“ (Art. 2. der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte der Vereinten Nationen vom 10.12.1948)

Es gibt 30 Rechte. Die wichtigsten sind:

- Alle Menschen sind gleich viel wert.
- Jeder Mensch darf eine eigene Meinung haben.
- Recht auf Frieden und Sicherheit.
- Aus diesen Grundrechten ergeben sich die Regeln für das Zusammenleben in Deutschland.

Das Landesamt für politische Bildung Nordrhein-Westfalen hat die  Broschüre [„Demokratie für mich“](#) (März 2016) herausgegeben, in der diese Regeln anschaulich dargestellt sind. Diese Regeln sowie Beispiele, was in Deutschland erlaubt und nicht erlaubt ist, werden hier unter jedem Stichwort vorgestellt.

Religionsfreiheit

Religion und Glaube sind in Deutschland Privatsache. Der Staat schreibt nicht vor, ob oder an welchen Gott man glauben soll. Staat und Religion sind getrennt.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Alle Menschen dürfen ihre Religion und ihren Glauben selbst wählen und frei ausüben.
- Alle Menschen haben die Freiheit, nicht religiös zu sein. Wer nicht an Gott glaubt, darf dies auch öffentlich sagen.
- Angehörige unterschiedlicher Religionen und Glaubensrichtungen dürfen untereinander heiraten.
- Eine Heirat zählt nur dann als rechtskräftige Ehe, wenn Sie vor dem Standesamt geschlossen wurde. Wenn eine Ehe nur im Rahmen einer Religion geschlossen wurde, ist sie in Deutschland rechtlich nicht bindend.

Das ist in Deutschland zum Beispiel nicht erlaubt:

- Religiöse Vorschriften oder Traditionen über geltende Gesetze zu stellen, zum Beispiel mit mehreren Frauen gleichzeitig verheiratet zu sein oder ohne Sondererlaubnis ein Tier zu schächten.
- Jungen dürfen nur beschnitten werden, wenn dadurch ihr Wohl nicht gefährdet wird.

Viele Menschen in Deutschland setzen sich heute für den Dialog zwischen den Religionen ein. Ziel ist das friedliche Zusammenleben religiöser, gläubiger und keiner Religion angehöriger Menschen. Der Staat ist zu weltanschaulicher Neutralität verpflichtet. Solange die Ausübung

einer Religion weder die Demokratie noch die Trennung von Staat und Religion gefährdet, wird sie geschützt.

Meinungsfreiheit

Jeder Mensch darf seine eigene Meinung haben und sie frei sagen und teilen. Diese Meinungen dürfen auch öffentlich gesagt werden. Alle Zeitungen, Fernsehsender und andere Medien sind frei und jeder kann sich dort informieren. Wenn jemand seine Meinung sagt, muss er darauf achten, die Ehre und Würde anderer Menschen zu respektieren.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Die Regierung darf kritisiert werden.
- Religion darf kritisiert werden.
- Künstlerische Werke dürfen provozieren. Niemand darf Schriftstellerinnen und Schriftstellern, Musikerinnen und Musikern oder bildenden Künstlerinnen und Künstlern vorschreiben, wie sie arbeiten sollen.
- Auch die Regierung und Religionen dürfen Gegenstand von Satire und kritischer Kunst sein.
- Wer sich beleidigt oder in seiner persönlichen Ehre oder Würde verletzt fühlt, kann sich an die Polizei oder an ein Gericht wenden.

Das ist in Deutschland zum Beispiel **nicht erlaubt**:

- Die Verwendung verfassungsfeindlicher Symbole und Aufrufe zum Sturz der Demokratie.
- Beleidigende Meinungsäußerungen, die andere Personen herabwürdigen.
- Üble Nachrede oder Verleumdungen gegenüber anderen Menschen.
- Zu Hass und Gewalt aufzurufen.

Rechtsstaatlichkeit

Deutschland ist ein demokratischer Rechtsstaat. Durch das Grundgesetz werden Menschenwürde, Freiheit und Gerechtigkeit garantiert. Damit die Menschenrechte eingehalten werden, gibt es Gesetze.

Politische Entscheidungen werden von Vertreterinnen und Vertretern des Volkes getroffen. Die Volksvertretungen werden von den Deutschen in freien Wahlen gewählt.

Die Gesetze gelten für alle Menschen in Deutschland gleich. Der Staat muss sich an die Gesetze halten. Auch alle Menschen, die in Deutschland leben, müssen sich an die deutschen Gesetze halten.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Wenn Menschen meinen, dass andere Menschen oder die öffentliche Verwaltung ihnen Unrecht tun, können sie sich an ein Gericht wenden. Diese Gerichte sind unabhängig. Das bedeutet: Die Regierung darf den Gerichten nicht vorschreiben, wie sie entscheiden sollen.
- Staatliche Gerichte entscheiden, ob jemand bestraft wird. Strafen sind zum Beispiel Geldbußen, gemeinnützige Arbeit oder Gefängnis. Es gibt in Deutschland keine Todesstrafe.

- Die Polizei hat die Aufgabe, dafür zu sorgen, dass alle Menschen in Freiheit und Sicherheit leben können.
- Die Religionsausübung darf nicht gegen Gesetze verstoßen. Die Gesetze stehen immer über der Religion.

Das ist in Deutschland zum Beispiel nicht erlaubt:

- Zu Hass oder Gewalt aufzurufen.
- Das demokratische System und seine Werte zu bekämpfen.

Diese Vergehen können zu einer Gefängnisstrafe führen.

Nach Verbüßung der Strafe können nichtdeutsche Staatsangehörige unter bestimmten Voraussetzungen ihr Bleiberecht verlieren und ausgewiesen werden.

Persönliche Freiheit

Alle erwachsenen Menschen dürfen selbst über sich und das eigene Leben bestimmen. Egal, ob Mann oder Frau, jung oder alt, mit oder ohne Behinderung, egal welcher Hautfarbe oder Religionszugehörigkeit.

Alle Menschen dürfen tun, was sie wollen, solange sie sich an die Gesetze halten und andere nicht in ihrer Freiheit einschränken.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Alle Menschen dürfen entscheiden, was sie anziehen möchten. Frauen dürfen entscheiden, ob sie Hosen, Kleider, lange oder kurze Röcke, enge oder weite Kleidung oder ein Kopftuch tragen wollen. Männer dürfen entscheiden, ob sie einen Anzug und Krawatte, T-Shirt und Jeans, Turban, Hut oder einen Bart tragen.
- Alle Menschen dürfen essen, was sie wollen und was ihnen schmeckt. Die Entscheidung, ob sie Fleisch (auch Schweinefleisch oder Rindfleisch) essen, treffen Menschen ganz allein. Vom Staat gibt es keine allgemeingültigen oder religiös begründeten Speisevorschriften.
- Der Genuss von Alkohol ist für Erwachsene erlaubt. Für Kinder und Jugendliche ist der Konsum von Alkohol verboten.
- Jede Frau und jeder Mann darf selbst entscheiden, ob und wen sie oder er heiraten möchte.
- Jede Frau und jeder Mann darf sich scheiden lassen.
- Unverheiratete Paare dürfen zusammenleben und Kinder bekommen.
- Angehörige unterschiedlicher Religionen und Glaubensrichtungen dürfen heiraten und Kinder bekommen.
- Empfängnisverhütung ist für beide Geschlechter erlaubt. Die Entscheidung einer Person, verhüten zu wollen, muss geachtet werden.
- Gleichgeschlechtliche Partnerschaften sind akzeptiert. Gleichgeschlechtliche Paare können heiraten. Die Rechte einer Lebenspartnerschaft sind ähnlich wie in einer Ehe zwischen Mann und Frau.
- Alle entscheiden selbst, wie und wo sie leben wollen. Für Personen im Asylverfahren kann dieses Recht bis zur Anerkennung eines Asylantrages eingeschränkt sein.

- Sexuelle Handlungen unter Erwachsenen dürfen nur im gegenseitigen Einverständnis geschehen. Jede sexuelle Handlung mit Kindern ist verboten.
- Privateigentum ist in Deutschland für jeden Mann und jede Frau erlaubt. Es ist erlaubt, ein Haus oder ein Grundstück zu besitzen. Viele Firmen sind in privaten Besitz.
- Frauen und Männer sind beim Vererben gleichberechtigt

 **Wichtig:** Die eigene Freiheit endet dort, wo sie die Freiheit oder die Menschenwürde des Anderen verletzt oder gegen Gesetze verstößt.

Gleichberechtigung von Mann und Frau

Frauen und Männer haben die gleichen Rechte. Dies spiegelt sich in den Gesetzen und im täglichen Leben wider.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Mädchen und Jungen gehen zusammen zur Schule und erhalten den gleichen Unterricht. Sie nehmen gemeinsam am Sportunterricht teil.
- Frauen dürfen studieren oder einen Beruf erlernen. Frauen stehen grundsätzlich alle Berufe offen.
- Frauen übernehmen in der Gesellschaft Verantwortung, zum Beispiel als Polizistinnen, Ärztinnen, Lehrerinnen oder in Ämtern und Behörden. Ihren Anweisungen ist Folge zu leisten.
- Frauen entscheiden selbst, welcher Arbeit sie nachgehen wollen. Über das Geld, das sie verdienen, können sie selbst verfügen.
- Frauen müssen ihren Ehemann, ihre Eltern oder andere Familienmitglieder nicht um Erlaubnis fragen, wenn sie arbeiten, ein Konto eröffnen oder Verträge abschließen möchten.
- Frauen dürfen sich so kleiden wie sie möchten
- Frauen entscheiden selbst, ob, wann und wen sie heiraten wollen.
- Mütter sind besonders geschützt. Sie müssen und dürfen sechs Wochen vor und acht Wochen nach der Geburt nicht arbeiten. Ihnen darf nicht wegen ihrer Mutterschaft gekündigt werden.
- Die Aufgaben und Rollen in der Familie sind nicht vorgeschrieben.
- Frauen nehmen am öffentlichen Leben teil. Sie besuchen kulturelle, politische oder Sportveranstaltungen, Restaurants und Bars.
- Frauen können wählen und in politische Ämter gewählt werden.
- Frauen und Männer sind im Erbrecht gleichgestellt, Töchter ebenso wie Söhne.
- Sexuelle Berührungen, Kommentare oder Aufforderungen sind nur erlaubt, wenn alle Beteiligten einverstanden sind. Ein „Stopp“ oder „Nein“ ist unbedingt zu respektieren.

Das ist in Deutschland zum Beispiel nicht erlaubt:

- Jede Form von Gewalt gegenüber Frauen, auch in der Ehe.
- Niemand darf sexuell belästigt werden.
- Vergewaltigung, auch innerhalb der Ehe, wird bestraft.

- Niemand darf gezwungen werden zu heiraten. Die Nötigung zu einer Ehe durch Gewalt oder Drohung wird bestraft.

Kinderrechte

Kinderrechte

Als Kind brauchst du besonderen Schutz. Deshalb hast du auch besondere Rechte. Diese Rechte sind in der Konvention der Kinderrechte festgeschrieben. Die General-Versammlung der Vereinten Nationen hat die Konvention 1989 verabschiedet.

Die UN-Kinderrechtskonvention lässt sich in vier Gruppen einteilen: das Recht auf Leben und persönliche Entwicklung, die Gleichbehandlung, das Wohl des Kindes und die Beteiligung. Im Einzelnen bedeutet das:

- Jedes Kind hat das Recht auf alle Dinge, die es zum Leben braucht. Dazu gehören zum Beispiel Essen und Trinken oder eine ärztliche Behandlung.
- Auch zur Schule gehen zu dürfen ist ein Kinderrecht, sowie das Recht auf Spiel und Freizeit.
- Alle Mädchen und Jungen haben die gleichen Rechte und kein Kind darf schlechter behandelt werden als andere Kinder.
- Jedes Kind hat das Recht, gesund, umsorgt und vor Gewalt geschützt aufzuwachsen.
- Jedes Kind hat das Recht, bei seinen Eltern zu wohnen oder, sollten die Eltern getrennt leben, Kontakt zu beiden Elternteilen zu haben.
- Alle Mädchen und Jungen haben das Recht, sich eine eigene Meinung zu bilden und sich für diese einzusetzen.

💡 Es gibt Fragen, die euch als Kinder betreffen? Dann müssen sich die Erwachsenen eure Meinung anhören und bei ihren Entscheidungen auch berücksichtigen.

🌐 Die 10 wichtige Kinderrechte findest du hier anschaulich erklärt: [Deutsch/Arabisch](#) und [Deutsch/Persisch](#).

Du erfährst Gewalt? Du fühlst dich ungerecht behandelt? Dann kann dich der [KSD - Kommunalen Sozialer Dienst](#) oder die [Erziehungsberatungsstellen](#) dazu beraten.

Informationen und Hilfe bei sexualisierter Gewalt gegen Kinder und Jugendliche bietet das ELE Phone. Immer kostenlos erreichbar: ☎ [0800/6667776](tel:08006667776)

Gewaltfreiheit/ Körperliche Unversehrtheit

Alle haben das Recht auf ein Leben ohne Gewalt. Das heißt, alle Menschen haben das Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit. Darunter wird sowohl die physische als auch die psychische Gesundheit eines Menschen verstanden. Dies gilt auch im privaten Bereich.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Konflikte sollen gewaltfrei gelöst werden.
- Wer bei Gefahr oder Konflikten Hilfe braucht, kann die Polizei rufen.
- Allen Anweisungen der Polizei ist Folge zu leisten.

- Selbstjustiz ist nicht erlaubt. Wenn die eigenen Rechte verletzt wurden, entscheidet ein staatliches Gericht.
- Der Staat muss gewaltfrei handeln. Er darf nur ausnahmsweise Gewalt anwenden, wenn alle anderen Mittel ausgeschöpft sind. Es gibt keine Todesstrafe und keine Körperstrafen, Folter ist verboten.

Das ist in Deutschland zum Beispiel nicht erlaubt:

- Einen anderen Menschen körperlich zu misshandeln, zu verletzen oder zu töten. Das gilt auch innerhalb der Familie, in der Schule und auf der Straße.
- Die Beteiligung an einer Schlägerei, in deren Folge Menschen getötet oder körperlich schwer verletzt werden.
- Blutrache und Mord im Namen der Ehre.
- Gewalt an Frauen und Kindern immer und überall.
- Menschenhandel, Sklaverei und der Zwang zur Prostitution.
- Das Zunähen, Beschneiden oder Verstümmeln der weiblichen Genitalien. Siehe [FGM - weibliche Genitalverstümmelung](#)

Beratung und Hilfen

Beratung für Menschen mit Einwanderungsgeschichte

Migrationsberatung (MBE) für erwachsene Zugewanderte

Ankommen in einem neuen Land ist nicht leicht. Sprache, Wohnen, Arbeit und Kultur: All diese Themen sind wichtig für das zukünftige Leben in Deutschland. Sie oder Ihre Familie sind neu in Deutschland? Sie sind älter als 27 Jahre? Sie haben einen Aufenthaltstitel und wohnen in Mülheim? Dann können Sie sich bei Organisationen beraten lassen. Die Beratung ist kostenlos. Hilfe, Unterstützung, Information und Aufklärung gibt es zu folgenden Themen:

- Wo kann ich Deutsch lernen?
- Wie beantrage ich einen Deutschkurs?
- Wie finde ich eine Wohnung?
- Wo kann ich finanzielle Hilfen beantragen?
- Wer hilft mir bei der Arbeitsuche?
- Kann mein Bildungs- oder Berufsabschluss in Deutschland anerkannt werden?
- Zu welchem Arzt kann ich gehen?
- Wer hilft mir während der Schwangerschaft?
- Kinderbetreuung, Kita, Schule, OGATA
- Wie kann meine Familie auch nach Deutschland kommen?
- bei Bedarf Begleitung zu Ämtern und Behörden durch ehrenamtliche Helfer
- Informationen zu Migrations- und Integrationsmaßnahmen

Die Beratung ist auf Deutsch, Englisch und in vielen weiteren Sprachen möglich. Sie ist kostenlos. Und die Unterstützung erfolgt ungeachtet Ihrer Herkunft, Religion und Nationalität.

💡 Sie sind zwischen 12 und 27 Jahren alt? Dann gibt es für Sie ein eigenes Angebot zur Beratung: [Jugendmigrationsdienste](#)

💡 Sie haben Asyl beantragt? Sie haben noch keinen Aufenthaltstitel? Dann können Sie sich in der [Asylberatung](#) beraten lassen.

In Mülheim an der Ruhr bieten folgende Träger Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte an:

Die Arbeiterwohlfahrt  [AWO](#)

Das Deutsche Rote Kreuz  [DRK](#)

Die Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE) steht den Ratsuchenden auch online zur Verfügung. Bei [mbeon - Migrationsberatung online](#) – handelt es sich um ein digitales Beratungsangebot für erwachsene Zugewanderte. Im Chat sowie in unserem Informationstool können Sie sich zu Fragen zum Leben in Deutschland wie z.B. Aufenthalt, Beruf und Sprache umfangreich beraten lassen.

Eine Übersicht von Anbietern für eine Migrationsberatung finden Sie auch im  [BAMF Navi](#)

KIM - Case Management

Was ist das KIM Case Management?

Das Kommunale Integrationsmanagement (KIM) hilft Menschen mit Einwanderungsgeschichte in Mülheim an der Ruhr. Viele Organisationen und Personen arbeiten dabei zusammen. Ziel ist es, dass Integration gut gelingt. Integration bedeutet: Menschen sollen sich in der Gesellschaft wohlfühlen und selbstständig leben können.

Im KIM Case Management bekommen Menschen mit Einwanderungsgeschichte Unterstützung. Dabei geht es nicht um Probleme, sondern um ihre Fähigkeiten und Stärken. Sie werden dabei unterstützen ihr Leben und Alltag selbstständig zu gestalten. Gemeinsam werden Ideen und Lösungen erarbeitet. Zum Beispiel zu Fragen und Unsicherheiten aus den Bereichen Schulbesuch, Ausbildung, Sprache, Arbeit, Wohnen und Behörden. Es gibt schon viele Hilfsangebote. KIM ersetzt diese nicht, sondern nutzt sie und ergänzt sie. Es wird eng mit anderen Beratungsstellen zusammengearbeitet.

Die KIM Case Manager und Managerinnen helfen nicht nur den Menschen direkt, sondern zeigen auch Probleme im System auf. Dadurch sollen die Angebote für Zugewanderte besser werden.

💡 Das Angebot ist freiwillig und kostenlos.

💡 Senden Sie Ihre Anfrage gerne mithilfe des ausgefüllten [Steckbriefs](#) an [@kim.cm@muelheim-ruhr.de](mailto:kim.cm@muelheim-ruhr.de).

🗣️ Das Team ist mehrsprachig aufgestellt. Die Case Manager sprechen Bulgarisch, Deutsch, Englisch, Farsi/Dari, Französisch, Russisch, Tamazight, Türkisch und Urdu/Hindi.

Standorte

AWO

📍 Bahnstraße 18
45468 Mülheim an der Ruhr
☎ [020820774251](tel:020820774251)
☎ [020820774252](tel:020820774252)
✉ n.widdel@awo-mh.de
✉ f.hippler@awo-mh.de

Caritas

📍 Bruchstraße 64
45468 Mülheim an der Ruhr
☎ [020897041619](tel:020897041619)
☎ [02082992958](tel:02082992958)
✉ kim@caritas-muelheim.de

DRK - Deutsches Rotes Kreuz

📍 Aktienstraße 58
45468 Mülheim an der Ruhr
☎ [+49 \(0\) 2084500653](tel:+49(0)2084500653)
✉ d.ilieva-kaden@drk-muelheim.de

Diakonie

📍 Hagdorn 1a
45468 Mülheim an der Ruhr
☎ [+49 \(0\) 2083003260](tel:+49(0)2083003260)
✉ brand@diakonie-muelheim.de

Kommunales Integrationszentrum (KI)

☎ [+49 \(0\) 2084554797](tel:+49(0)2084554797)
☎ [+49 \(0\) 2084554768](tel:+49(0)2084554768)
☎ [+49 \(0\) 2084554798](tel:+49(0)2084554798)
📍 Heinrich-Melzer-Str. 1
45468 Mülheim an der Ruhr
✉ kim.cm@muelheim-ruhr.de

KI / VHS

📍 Aktienstraße 45
45468 Mülheim an der Ruhr
✉ kim.cm@muelheim-ruhr.de

PIA Stiftung

📍 Wiesenstraße 35
45473 Mülheim an der Ruhr
☎ [+49 \(0\) 20838570081](tel:+49(0)20838570081)
✉ susanne.helder@pia-stiftung.de
✉ Mersija.panjeta@pia-stiftung.de

Plan B

📍 Friedrich-Ebert-Straße 8
45468 Mülheim an der Ruhr

☎ [+49 \(0\) 20884844970](tel:+49020884844970)

✉ @kim-muelheim@planb-ruhr.de

Jugendmigrationsdienst (JMD)

Die Jugendmigrationsdienste (JMD) unterstützen junge zugewanderte Menschen. Diese Menschen sind im Alter von 12 bis 27 Jahren. Sie helfen Ihnen, sich so schnell wie möglich in Deutschland einzuleben. Sie unterstützen Sie bei folgenden Themen:

- Fragen zur allgemeinen Orientierung
- Schule, Ausbildung, Beruf
- Persönliche Fragen
- Finanzielle und rechtliche Fragen

Jugendmigrationsdienst Mülheim an der Ruhr

📍 Diakonisches Werk im Evangelischen Kirchenkreis An der Ruhr
Hagdorn 1a

45468 Mülheim an der Ruhr

👤 Frau Brodt

☎ [+49 \(0\) 2083003238](tel:+4902083003238)

✉ @mbrodt@diakonie-muelheim.de

🕒 montags 09:00 - 13:00 Uhr, donnerstags 09:00 - 13:00 Uhr und nach Vereinbarung

👤 Frau Matjacic

☎ [+49 \(0\) 2083003213](tel:+4902083003213)

✉ @matjacic@diakonie-muelheim.de

🕒 montags 09:00 - 13:00 Uhr, donnerstags 09:00 - 13:00 Uhr und nach Vereinbarung

👤 Herr Ginzburg

☎ [+49 \(0\) 1756807390](tel:+4901756807390)

✉ @ginzburg@diakonie-muelheim.de

🕒 montags 08:30 - 12:00 Uhr

📍 Diakonisches Werk | Sozialbüro Styrum

Augustastr. 192

45479 Mülheim an der Ruhr

👤 Herr Ginzburg

☎ [+49 \(0\) 1756807390](tel:+4901756807390)

✉ @ginzburg@diakonie-muelheim.de

🕒 dienstags, mittwochs, donnerstags 8:00 bis 12:00 Uhr und nach Vereinbarung

🌐 [Überblick Jugendmigrationsdienste](#)

Ausreise- und Perspektivberatung (AuPB)

Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) hat noch nicht über Ihren Asylantrag entschieden? Sie möchten trotzdem schon zurück in Ihr Heimatland? Aber Sie wissen nicht, wie Sie Ihren Reisepass wieder zurückbekommen? Sie brauchen finanzielle Hilfe für die Rückreise? Die Ausreise- und Perspektivberatung (AuPB) berät Sie über Möglichkeiten, wie die freiwillige Ausreise in Ihr Heimatland funktionieren kann. Die Beratung ist ergebnisoffen. Sie entscheiden nach der Beratung selbst. Sie können freiwillig ausreisen. Oder sie können noch weiter bleiben.

PLANB Ruhr gGmbH | Standort Mülheim

 J. Rifaea-Schröder

 Friedrich-Ebert-Str. 8, 2. OG

45468 Mülheim an der Ruhr

 [+49 \(0\) 20884844972](tel:+49(0)20884844972)

[+49 \(0\) 15202095136](tel:+49(0)15202095136)

 @ausreise-perspektivberatung-MH@planb-ruhr.de

 [Website](#)

 Offene Sprechstunde: montags 10 bis 12 Uhr und donnerstags 13 bis 15 Uhr

Weitere Termine werden kurzfristig vergeben.

Virtual Counselling | BAMF & IOM

 Kontaktieren Sie Beratende in Ihrer Sprache.

 [Ansprechpersonen](#)

 [Informationen](#)

Schlagworte: Ausreise- und Perspektivberatung, Ausreiseberatung, Rückkehrberatung, Zentrale Rückkehrberatung (ZRB)

Flüchtlingsberatung

Sie haben Asyl beantragt? Sie haben noch keinen gesicherten Aufenthaltstitel? Sie können sich in der Flüchtlingsberatung beraten lassen.

Asylsuchende und Geflüchtete können sich zu alltäglichen Dingen beraten lassen. Die Berater und Beraterinnen helfen bei folgenden Themen:

- Asylverfahren - informieren und Fragen beantworten
- Über das deutsche Recht informieren
- Bei Fragen zu Behörden helfen und beraten
- Angebot vor Ort finden
- Sich vor Ort orientieren
- Zu Alltagsproblemen beraten und dabei helfen
- Zu Angeboten der Integration beraten (wie zum Beispiel Sprachkursen)
- Bei Fragen zum Familiennachzug beraten
- In andere Fachdienste vermitteln
- Zu freiwilliger Rückkehr oder Weiterwanderung beraten

- Sie sind Ansprechpartner für Ehrenamtliche. Sie beantworten Fachfragen zum Verfahren um Asyl

👥 Sie haben ein sicheres Aufenthaltsrecht? Dann hilft Ihnen auch die [Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer](#) weiter. Sie berät erwachsene Menschen ab 27 Jahren. Auch Familien können dort Hilfe suchen.

👥 Sie sind jünger als 27 Jahre? Dann ist der [Jugendmigrationsdienst](#) der richtige Ansprechpartner.

Beratungsstellen in Mülheim an der Ruhr:

👤 [Caritas](#)

👤 [Plan B](#)

👤 [Evangelische Kirche Ruhr](#)

👤 [PIA Stiftung](#)

Online Beratung

mbeon - Mehrsprachige Beratung im Chat

Es gibt in Deutschland viele lokale Beratungsstellen vor Ort. Wenn die Beratungsstelle geschlossen oder weit vom Wohnort entfernt ist, kann eine digitale Chat-Beratung helfen.

Mit mbeon können Sie ganz einfach Informationen online finden. Sie können sich auch per Chat beraten lassen.

mbeon ermöglicht Beratung per Chat. Alle Berater und Beraterinnen sind qualifizierte Fachkräfte der Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE). Sie antworten garantiert innerhalb von 48 Stunden. Sie helfen bei allen Fragestellungen und Problemen, die das Leben in der neuen Umgebung mit sich bringt. Die Beratung ist anonym, datensicher und kostenlos.

Die App enthält außerdem umfangreiche Informationen zu Themen wie Arbeit und Beruf. Auch zu den Themen Gesundheit und Deutsch lernen finden Sie Infos. Wohnen, Familie und Aufenthalt sind weitere Themen. Zudem vermittelt mbeon Kontakt zu Migrationsberatungsstellen sowie zu anderen wichtigen Anlaufstellen.

Die App steht in den Sprachen Deutsch, Englisch, Russisch und Arabisch zur Verfügung. Die Beratung können Sie in mehr als 19 verschiedenen Sprachen erhalten.

Die App hat viele Vorteile:

- Die App ist flexibel. Sie kann überall und immer genutzt werden.
- Die Beratung erfolgt in Ihrer Muttersprache.
- Die App ist datensicher. Dokumente können schnell und sicher versendet werden.
- Die App und Beratung ist kostenlos.
- Die Beratung ist anonym.

Die kostenlose App kann im Google Play Store und im AppStore heruntergeladen werden.

 [mbeon im Google Play Store](#)

 [mbeon im AppStore](#)

Weiterführende Informationen gibt es auf der [mehrsprachigen Website](#) und der [Facebook-Seite](#).

Kommunaler Beratungsdienst für Geflüchtete (KBG)

Der KBG ist eine Beratungsstelle für Menschen, die aus einem anderen Land geflüchtet sind oder hier geduldet werden. Die Fachkräfte helfen diesen Menschen bei verschiedenen Problemen. Beispielsweise:

- Hast du Fragen zu Gesetzen oder deinem Aufenthalt hier?
- Hast du finanzielle Sorgen?
- Gibt es Probleme mit deiner Wohnung?

Die Fachleute geben Informationen, beraten und helfen weiter. Sie können auch mit dir zusammen zu anderen Stellen gehen, die dir helfen können.

Alle Menschen, die nach Mülheim an der Ruhr gezogen sind, bekommen Unterstützung – egal, welchen rechtlichen Status sie haben. Die Angebote sollen helfen, dass alle am Leben in der Stadt teilhaben können.

Sozialamt der Stadt Mülheim an der Ruhr

 Frau Gabriele Mangoyo

 Ruhrstraße 1

45468 Mülheim an der Ruhr

 [0208/4555908](tel:0208/4555908)

 [@Gabriele.Mangoyo@muelheim-ruhr.de](mailto:Gabriele.Mangoyo@muelheim-ruhr.de)

 [Website](#)

Beratung zu Gesundheit

Ratgeber - Leben mit Behinderung

Der Familienratgeber

 www.familienratgeber.de

Die Aktion Mensch veröffentlicht einen Familienratgeber. Der Familienratgeber richtet sich an Menschen mit Behinderungen. Und an ihre Familien. Er bietet Informationen und Adressen. Es gibt auch eine Webseite. Dort finden Sie wichtige Informationen zum Thema Leben mit Behinderung. Diese Informationen gibt es in einfacher und leichter deutscher Sprache: Von der Schule, über den Beruf, Freizeit, Barrierefreiheit, Rechte, Wohnen, Beratung, Kranken- und Pflegeversicherung und vieles mehr.

Rollstuhlgerechte Orte in Mülheim

Auf der Website  [wheelmap](#) finden Sie Rollstuhlgerechte Orte.

Beratung HIV, AIDS und STI

Sie möchten wissen, ob sie sich mit HIV/AIDS, Syphilis, Chlamydien oder Gonokokken infiziert haben? Sie können sich beim Amt für Gesundheit und Hygiene beraten und ggf. testen lassen.

Die Tests sind:

- Anonym
- Vertraulich
- Kostenlos

 Beratungszeiten finden Sie [hier](#).

 Heinrich-Melzer-Straße 3, 45468 Mülheim
Zimmer U.02

 0208 455 5365

 [@Sabine.Beissel@muelheim-ruhr.de](mailto:Sabine.Beissel@muelheim-ruhr.de)

Weitere Informationen über HIV und sexuell übertragbare Infektionen (STI's):

 [Deutsche Aidshilfe](#)

 [Liebesleben](#)

Prostitution - Beratung & Gesetze

Seit dem 01.07.2017 ist das Prostituiertenschutzgesetz (ProstSchG) in Kraft getreten.

Das Ziel des ProstSchG ist:

- der Schutz von den Menschen, die in der Prostitution tätig sind,
- die Stärkung des Selbstbestimmungsrechts,
- der Schutz der Gesundheit,
- die Bekämpfung der Kriminalität und des Menschenhandel
- die Bekämpfung der Gewalt, der Zuhälterei und der Ausbeutung von Prostituierten

Das Gesetz führt zum ersten Mal die Vorgaben für den Betrieb eines Prostitutionsgewerbes ein. Es gilt für alle sexuellen Dienstleistungen, wie zum Beispiel Tantra-Massagen oder Escort.

Was ist bei der Anmeldepflicht und bei der Erlaubnispflicht zu beachten:

Das Gesetz sagt: Die Prostituierten müssen sich anmelden und sich gesundheitlich beraten lassen. Es wird eine Erlaubnis gebraucht, um ein Gewerbe der Prostitution zu betreiben. Wenn sich die Prostituierten anmelden, gibt es ein Gespräch mit vielen Informationen und einer Beratung. Der Kontakt mit den Behörden hilft, damit sie ihre Rechte und Ihre Pflichten gut verstehen.

Das Anmeldeverfahren:

Die gesundheitliche Beratung findet durch den Bereich Gesundheit statt und ist kostenlos. Dann wird eine Bescheinigung ausgestellt. Danach findet die Anmeldung beim Bereich "Bürgerservice, Öffentliche Ordnung" mit der Bescheinigung der gesundheitlichen Beratung statt. Die gesundheitliche Beratung muss vor der ersten Anmeldung der Tätigkeit stattgefunden haben.

Nach der gesundheitlichen Beratung haben die Prostituierten im Alter

- ab 21 Jahren mindestens alle 12 Monate
- unter 21 Jahren mindestens alle 6 Monate

eine erneute gesundheitliche Beratung wahrzunehmen.

Die Themen der gesundheitlichen Beratung sind:

- die Krankheitsverhütung
- die Empfängnisregelung
- die Schwangerschaft
- die Risiken des Alkoholgebrauchs und des Drogengebrauchs

Die gesundheitliche Beratung findet in einem vertraulichen Gespräch statt. Bei Bedarf und nur mit beidseitiger Zustimmung kommt ein Sprachmittler zum Einsatz.

Die Bescheinigung:

Nach der Beratung erhalten Sie eine Bescheinigung über die gesundheitliche Beratung. Diese Bescheinigung sowie zwei Passfotos sind bei der Anmeldung im Ordnungsamt vorzulegen.

Auf Wunsch kann diese Bescheinigung auf den Alias-Namen oder Arbeits-Namen ausgestellt werden.

 Bitte vereinbaren Sie telefonisch oder per Mail einen **Termin**.

 Bringen Sie bitte einen gültigen Personalausweis mit!

 Amt für Gesundheit und Hygiene
Heinrich-Melzer-Straße 3, 45468 Mülheim
Zimmer U.02 (Untergeschoss)

 [@Sabine.Beissel@muehlheim-ruhr.de](mailto:Sabine.Beissel@muehlheim-ruhr.de)

 [+49 \(0\) 2084555365](tel:+49(0)2084555365)

Eine mehrsprachige Info Seite für Sexworker finden Sie  [hier](#).

Schlagworte: Sexarbeit, Prostitution, Prostituiertenschutzgesetz (ProstSchG), Gesundheitsberatung, Prostituierte

Hilfen für Familien

KSD - Kommunaler Sozialer Dienst

Braucht ihr Hilfe oder Unterstützung?

Der Kommunale Soziale Dienst (KSD) hilft Familien und Kindern. Er unterstützt Eltern dabei, gut für ihre Kinder zu sorgen. Der KSD macht Angebote, die Familien das Leben leichter machen sollen. Das Ziel ist, dass Kinder und Familien glücklich und sicher zusammenleben können.

Was macht der KSD?

- Er gibt Informationen und berät Familien.
- Er hilft Jugendlichen, die Probleme haben.
- Er möchte, dass alle Kinder und Familien in einer freundlichen Umgebung aufwachsen.

Wer kann zum KSD gehen?

- Jeder kann sich beim KSD melden.
- Bist du ein Kind oder Jugendlicher und hast ein Problem? Der KSD ist für dich da.
- Jeder, der sich Sorgen um ein Kind oder Jugendlichen macht.
- Eltern.
- Wenn du in einer schwierigen Lage bist, kannst du dich an den KSD wenden.

Der KSD hilft bei vielen Themen:

- Probleme in der Familie oder mit Freunden.
- Pflegefamilien und Adoption.
- Wenn Jugendliche mit dem Gesetz in Konflikt geraten.
- Hilfe für junge Erwachsene, die Unterstützung brauchen.
- Beratung bei Schwangerschaften.
- Service Familienbesuch

Kontakt

 [Website](#)

Hier finden Sie Ansprechpartner je nach **Stadtbezirk**:

Stadtmitte/ Eppinghofen

 Fabian Ott

 [+49 \(0\) 2084555155](tel:+49(0)2084555155)

 [@fabian.ott@muelheim-ruhr.de](mailto:fabian.ott@muelheim-ruhr.de)

 Ruhrstraße 1, 45468 Mülheim

Heißen/ Heimaterde/ Fulerum/ Raadt

 Janina Hölscher

 [+49 \(0\) 2084555021](tel:+49(0)2084555021)

 [@Janina.Hoelscher@muelheim-ruhr.de](mailto:Janina.Hoelscher@muelheim-ruhr.de)

 Ruhrstraße 1, 45468 Mülheim

Styrum

👤 Alexandra Denz
☎ [+49 \(0\) 2084555440](tel:+4902084555440)
✉ [@alexandra.denz@muellheim-ruhr.de](mailto:alexandra.denz@muellheim-ruhr.de)
📍 Kaiser-Wilhelm-Straße 27, 45476

Dümpten/ Winkhausen

👤 Veronika Kluger
☎ [+49 \(0\) 2084555132](tel:+4902084555132)
✉ [@Veronika.Kluger@muellheim-ruhr.de](mailto:Veronika.Kluger@muellheim-ruhr.de)
📍 Ruhrstraße 1, 45468 Mülheim

Speldorf/ Broich/ Saarn/ Selbeck/ Mintard

👤 Meike Rubbert
☎ [+49 \(0\) 2084555157](tel:+4902084555157)
✉ [@Meike.Rubbert@muellheim-ruhr.de](mailto:Meike.Rubbert@muellheim-ruhr.de)
📍 Bülowstraße 104-110, 45479 Mülheim

Erziehungsberatungsstelle

"In unserer Familie stimmt etwas nicht. Wer kann uns helfen?"

"Ich mache mir Sorgen um die Entwicklung meines Kindes!"

"Mein Kind hört nicht!"

"Meine Eltern streiten sich ständig ..."

Diese oder ähnliche Fragen beschäftigen Sie häufig? Vielleicht kann eine Beratungsstelle Sie unterstützen.

Themen

- soziale Probleme, aggressives Verhalten und Auffälligkeiten in der Entwicklung des Kindes
- Trennung der Eltern
- Eltern sind unsicher oder uneins in Erziehungsfragen
- die Familie steckt in einer Krise
- ...

Für wen?

- Familien
- Eltern
- Alleinerziehende
- Kinder und Jugendliche
- junge Erwachsene (bis 27 Jahre)
- pädagogische Fachkräfte

Sie haben Fragen zu Erziehung und Zusammenleben in der Familie? Beratungsstellen unterstützen und beraten Sie. Die Angebote richten sich an Eltern und Erziehende. Sie richten

sich auch an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene.

Die Beratung unterstützt bei Problemen und Krisen. Sie berät zu Fragen der Entwicklung und Erziehung und zu Veränderungen in der Familie. Sie bietet auch Orientierung und Beratung bei Fragen zur Trennung und Scheidung.

💡 Die Beratung ist kostenlos. Die Beratung ist unabhängig von Religion und von Nationalität. Die Beratung ist vertraulich und auf Wunsch anonym. Die Beratung ist freiwillig.

In Mülheim gibt es Erziehungsberatungsstellen von unterschiedlichen Trägern. Hier können Sie sich informieren und Kontakt aufnehmen:

 [Caritas Beratungsstelle](#)

 [Evangelische Beratungsstelle](#)

 [Stadt Mülheim Beratungsstelle](#)

Anlaufstelle für Alleinerziehende

Plötzlich alleinerziehend zu sein bedeutet eine Umorientierung im Lebensalltag. Das bedeutet viele Fragen, manchmal auch Ängste und Probleme. Es ist nicht immer einfach. Berufliche und finanzielle Verpflichtungen, Betreuung und Erziehung der Kinder und vielen alltäglichen Sorgen können überfordern.

Bei uns erhalten Sie eine einfache und kostenlose Erstberatung! Wir beraten Sie zu allen Fragen rund ums Thema „Alleinerziehend“. Wir informieren Sie über Hilfen und Unterstützungsmöglichkeiten. Wir vermitteln an passgenaue Stellen. Mit uns können Sie in Ruhe besprechen, was Ihnen auf der Seele brennt. Gemeinsam suchen wir nach Lösungsmöglichkeiten.

👥 Die Beratung richtet sich an Mülheimer Allein- und Getrennterziehende, an Mütter und Väter, die (künftig) alleinerziehend sind, an Schwangere, die alleinerziehend sein werden und an Angehörige.

💡 Wir informieren, beraten und vernetzen.

📅 Offene Sprechstunde (ohne Termin): Dienstag und Donnerstag von 10 bis 12 Uhr. Und individuell nach telefonischer Vereinbarung!

📍 Anlaufstelle für Alleinerziehende

Löhberg 72, 1. Etage

45468 Mülheim an der Ruhr

☎ [+49 \(0\) 2084551547](tel:+4902084551547) ☎ [+49 \(0\) 2084551548](tel:+4902084551548)

@ alleinerziehend@muelheim-ruhr.de

 [Wegweiser für Alleinerziehende](#)

Beratung für Frauen

Häusliche Gewalt

Ihre Familie und auch Bekannte sollten Sie unterstützen und beschützen. Das ist aber nicht immer der Fall. Manchmal tun Ihnen diese Menschen auch weh. Sie können Ihnen Gewalt antun. Diese Gewalt kann unterschiedliche Formen haben. Sie kann sexuell sein. Oder körperlich, wie zum Beispiel Schläge oder Tritte. Sie kann aber auch psychisch sein. Wenn jemand, den Sie kennen, Ihnen Gewalt antut, dann heißt das „häusliche Gewalt“.

Häusliche Gewalt findet meist in der Wohnung statt, kann aber auch an anderen Orten passieren. Viele denken bei häuslicher Gewalt an physische Gewalt, also sexuelle Misshandlungen oder Schläge. Aber häusliche Gewalt hat noch weitere Formen: Wenn Sie beleidigt, beschimpft, bedroht oder kontrolliert werden, ist das ebenfalls häusliche Gewalt. Auch Stalking, also wenn Sie verfolgt und beobachtet werden, kann eine Form von häuslicher Gewalt sein.

Jede Form von Gewalt ist in Deutschland strafbar. Das bedeutet, dass die Polizei sich einschalten muss, wenn sie von Ihnen, Zeugen oder Zeuginnen davon erfährt.

Wenn Sie Opfer von häuslicher Gewalt sind, sind Sie nicht allein. Studien zeigen, dass jede vierte Frau in Deutschland häusliche Gewalt erlebt. Für viele Opfer von häuslicher Gewalt ist es schwierig, sich mit ihren Erfahrungen an die Polizei oder eine Beratungsstelle zu wenden. Sie schämen sich und hoffen, dass sich die Situation ändert und die gewalttätige Person sich beruhigt und nicht weiter gewalttätig ist. Meistens ist es aber so, dass die Schwere der Gewalt eher zunimmt und die Abstände zwischen den einzelnen Gewaltausbrüchen kürzer werden.

Es gibt in Deutschland zahlreiche Anlaufstellen für Opfer von häuslicher Gewalt. Scheuen Sie sich nicht, Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Sie können sich an das [Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen](#) wenden.

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

 [08000116016](tel:08000116016)

 www.hilfetelefon.de

Das Hilfetelefon **Gewalt gegen Frauen** berät deutschlandweit betroffene Frauen. Die Beraterinnen beraten zu allen Formen von Gewalt gegen Frauen. Sie brauchen Hilfe an Ihrem Wohnort? Dann vermitteln die Beraterinnen Sie an geeignete Einrichtungen vor Ort. Auch eine Onlineberatung ist über die Website möglich. Die Gespräche sind vertraulich. Sie möchten anonym bleiben? Das ist kein Problem. Sie müssen keine persönlichen Daten am Telefon sagen. Das gilt auch auf der Webseite. Wenn Sie Hörprobleme haben, dann können Sie über die Website einen Dolmetschdienst buchen. Dies kostet Sie nichts. Das Gespräch mit den Beraterinnen wird in deutsche Gebärdensprache übersetzt. Auch in die Schriftsprache kann übersetzt werden. Über Dolmetscherinnen ist eine Beratung in vielen Sprachen möglich:

- Albanisch
- Arabisch
- Bulgarisch
- Chinesisch
- Englisch
- Französisch
- Italienisch
- Farsi/Dari

- Kurmandschi
- Polnisch
- Portugiesisch
- Rumänisch
- Russisch
- Spanisch
- Türkisch
- Ukrainisch
- Vietnamesisch

Wichtige Ämter

Jobcenter

Sie sind arbeitslos? Sie brauchen Hilfe? Das Jobcenter zahlt finanzielle Leistungen. Es vermittelt Sie auch in Arbeit und Qualifizierung. Das hängt von Ihrem individuellem Bedarf ab. Das Jobcenter ermöglicht unter anderem die Teilnahme an einem Sprachkurs. Es vermittelt Sie in die Berufsberatung. Oder es hilft Ihnen, Ihre Zeugnisse anerkannt zu bekommen. Sie möchten arbeiten? Dann finden Sie hier Informationen und Beratung: [Arbeitsmarktzugang](#).

💡 Die Mitarbeitenden des Jobcenters dürfen keine Informationen über Kunden und Kundinnen weitergeben. Sie haben eine ehrenamtliche Begleitperson? Dann müssen Sie ihr eine Vollmacht geben. Diese muss vollständig ausgefüllt und von beiden Parteien unterschrieben sein.

👤 Ihr Verfahren auf Asyl läuft noch? Oder Ihr Verfahren wurde abgelehnt? Dann ist die [Agentur für Arbeit](#) für Fragen der Arbeitsförderung zuständig.

👤 Schritte nach einem positiven Bescheid

Sie haben einen positiven Bescheid vom BAMF bekommen. Das Asylverfahren ist also positiv abgeschlossen. Sie sind als asylberechtigt anerkannt. Oder Sie haben Flüchtlingsschutz erhalten. Dies sind Ihre nächsten Schritte:

1. Persönliche Vorsprache

- Sie müssen während der Öffnungszeiten zum Jobcenter
- Dort werden Sie als Kunde oder Kundin registriert
- Ihr Werdegang wird erfasst
- Es wird ein Beratungstermin mit der Leistungsabteilung vereinbart. Es wird ein Termin mit der Arbeitsvermittlung vereinbart
- Sie werden als arbeitssuchend gemeldet

2. Leistungsabteilung

Wichtig: Es gibt keine Beratung ohne Termin.

- Sie können Leistungen beantragen. Dafür brauchen Sie einen Termin. Die für Sie zuständige Person hilft Ihnen dann dabei.

3. Arbeitsvermittlung

- **Wichtig:** Es gibt keine Beratung ohne Termin.
- Sie haben bereits einen Kurs zur Integration besucht? Bringen Sie ihr Zeugnis mit. Ansonsten bringen Sie die Verpflichtung zum Kurs mit.
- Sie haben Dokumente über Schulbesuch oder Ausbildung? Sie haben Arbeitszeugnisse? Ihre ausländischen Abschlüsse wurden anerkannt? Bringen Sie diese bitte mit.
- Berichten Sie von besonderen Fähigkeiten (Handwerk, Sprachkenntnisse etc.).
- Überlegen Sie vor dem Termin, welcher Arbeitsbereich Sie interessiert.

Jobcenter Mülheim

📍 Empfang Easy Tower

Eppinghofer Str. 50

45468 Mülheim an der Ruhr

✉️ @jobcenter@mulheim-ruhr.de

☎️ [+49 \(0\) 2084552900](tel:+49(0)2084552900) oder [+49 \(0\) 2084552929](tel:+49(0)2084552929)

📅 Bitte Termin vereinbaren.

Agentur für Arbeit

Die Agentur für Arbeit ist für alles rund um das Thema Arbeit zuständig. Sie suchen einen Job? Sie brauchen Hilfe bei der Berufswahl? Sie möchten Ihre Abschlüsse anerkannt bekommen? Dann sprechen Sie die Agentur für Arbeit an.

👥 Ihr Verfahren für Asyl läuft noch? Oder Sie sind geduldet? Dann ist die Agentur für Arbeit Ihre Kontaktstelle. Sie helfen bei Fragen zum Übergang zwischen Schule und Beruf (Berufsberatung). Sie vermitteln Sie in Arbeit. Und Sie beraten zur beruflichen Weiterbildung.

👥 Sie sind anerkannt? Dann ist das [Jobcenter](#) Ihre Kontaktstelle. Sie beraten und vermitteln Sie in den Arbeitsmarkt.

Agentur für Arbeit Mülheim

📍 Kaiserstraße 99

45468 Mülheim an der Ruhr

☎️ [+49 \(0\) 208443040](tel:+49(0)208443040)

📞 [+49 \(0\) 20844304500](tel:+49(0)20844304500)

✉️ @mulheim-ruhr@arbeitsagentur.de

🌐 [Website](#)

Sozialamt

Das Sozialamt soll die **Sozialhilfe ausführen**. Diese umfasst folgende Leistungen:

- Grundsicherung im Alter und bei dauernder Erwerbsminderung
- Hilfe zur Pflege
- Hilfe zum Lebensunterhalt bei Erwerbsminderung
- Eingliederungshilfe für behinderte Schulkinder

- Hilfe zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten
- Hilfen zur Gesundheit
- Hilfe in anderen Lebenslagen

Das Sozialamt **berät und unterstützt** Sie bei allen Fragen zu diesen Themen.

Im Sozialamt werden Sie gefragt, wie Ihre wirtschaftlichen Verhältnisse sind. Sie müssen also zeigen, ob Sie Wertsachen wie Schmuck oder Geld besitzen. Sie unterschreiben einige Dokumente und Erklärungen. Bitte bringen Sie alle Ihre Papiere mit. Alle Personen, die auf der Aufenthaltsgestattung eingetragen sind, müssen Sie zu dem Termin begleiten.

Wenn die Voraussetzungen für die Sozialhilfe vorliegen, erhalten Sie hier auch den Scheck für Ihren Lebensunterhalt. Sie können den Scheck in der Bank gegen Bargeld (Euro) eintauschen. Bitte beachten Sie, dass dieses Geld bis zum nächsten Termin beim Sozialamt reichen muss (circa 1 Monat). Sie bekommen bis zum nächsten Termin beim Sozialamt kein Geld.

Das Sozialamt ist Ihr Kontakt bei folgenden Themen:

- Beihilfe für die Erstausrüstung von Babys und für den Schulbedarf Ihres Kindes
- Geld für Zugtickets zu Interview-Terminen
- Krankenscheine, die Genehmigung für Operationen und andere ärztliche Maßnahmen (bei erster Vorsprache, im Folgenden ist die Krankenkasse zuständig)

Sozialamt Mülheim an der Ruhr

 Ruhrstraße 1

45468 Mülheim an der Ruhr

 [+49 \(0\) 2084555900](tel:+49(0)2084555900)  [0208/4555901](tel:0208/4555901)

 [Website](#)

 Alle Mitarbeitenden des Hauses sind nur nach vorheriger Terminvereinbarung zu sprechen.

Standesamt

Das Standesamt hat mehrere Aufgaben. Sie haben ein Kind bekommen? Dann müssen Sie die Geburt dem Standesamt melden. Das Standesamt beurkundet Ihnen dann die Geburt. Sie möchten heiraten? Dann meldet das Standesamt Ihre Eheschließung an.

Die Aufgaben im Überblick

- Geburten und Sterbefälle beurkunden
- Ehen und Partnerschaften schließen
- Austritte aus der Kirche entgegennehmen
- Namen ändern
- Urkunden ausstellen (Geburtsurkunde, Sterbeurkunde, Urkunde der Eheschließung)

Standesamt Mülheim

 Am Rathaus 1

45468 Mülheim an der Ruhr

 [Website](#)

 [+49 \(0\) 2084553434](tel:+49(0)2084553434)

 Bitte einen Termin vereinbaren.

Ausländerbehörde

Sie möchten als ausländische Person in Deutschland leben? Dann benötigen Sie einen [Aufenthaltstitel](#). Das kann ein Visum sein. Oder eine Aufenthaltserlaubnis. Als EU-Bürger oder -Bürgerin bekommen Sie die Blaue Karte EU. Sie können auch eine Niederlassungserlaubnis oder eine Erlaubnis zum Daueraufenthalt haben. Gehen Sie zur Ausländerbehörde. Dort können Sie einen Aufenthaltstitel beantragen.

Was Sie noch bei der Ausländerbehörde machen können:

- Ankunftsbescheinigung verlängern
- Aufenthaltserlaubnis ausstellen und verlängern
- Arbeitserlaubnis beantragen
- Aufenthaltserlaubnis und Ausnahmegenehmigungen für Reisen beantragen

Schritte nach einem positiven Bescheid vom BAMF

Elektronischen Aufenthaltstitel (eAT) beantragen

(1) Antragstellung

- Sie können den Antrag online stellen. Dafür nutzen Sie die "Online-Anwendung". Sie können auch das Formular "Antrag Aufenthaltstitel" ausfüllen. Das senden Sie per Post an die Ausländerbehörde. Das Formular können Sie online herunterladen. Oder Sie erhalten es am Informationsschalter der Ausländerbehörde. Bitte bringen Sie zur Antragstellung einen Dolmetscher oder eine Dolmetscherin mit. Diese kann Ihr Anliegen (den Grund des Besuchs) übersetzen.

(2) Termin

- Das Formular ist bei der Ausländerbehörde eingegangen. Es wurde bearbeitet. Dann bekommen Sie postalisch einen Termin. Sie erhalten auch eine Liste aller Unterlagen, die Sie mitbringen müssen
- Wichtig: Lassen Sie sich eine Fiktionsbescheinigung als vorläufiges Ersatzpapier ausstellen. Dies benötigen Sie für das [Jobcenter](#).

(3) Abholung

- Die Abholbenachrichtigung erhalten Sie per Post

Ausländerbehörde (Ausländeramt) Mülheim an der Ruhr

 Leineweberstraße 18 - 20
45468 Mülheim an der Ruhr

 [Termin online vereinbaren](#)

Jugendamt

Kinderrechte sind wichtig. Jedes Kind verdient es, geachtet und geliebt zu werden. Sie haben ein Kind? Dann erziehen Sie es im Einklang mit den Kinderrechten. Das ist wichtig für das Wohl Ihres Kindes. Mehr dazu finden Sie in Kapitel [Kinderrechte](#).

Das Jugendamt unterstützt Eltern bei der Erziehung von Kindern und Jugendlichen. An das Jugendamt können sich alle kostenlos wenden. Sie sind ein Kind oder Jugendliche:r? Sie haben Probleme? Dann können Sie das Jugendamt kontaktieren.

Aufgabenbereiche des Jugendamts:

- Junge Menschen in ihrer individuellen und sozialen Entwicklung unterstützen
- Eltern bei der Erziehung beraten und unterstützen
- Kinder und Jugendliche schützen
- Positive Bedingungen für junge Menschen und Familien schaffen
- Barrieren vermeiden und abbauen

Sie haben ein Kind bekommen? Dann meldet sich das Jugendamt nach einigen Wochen. Sie möchten einen Hausbesuch machen. Sie können das Jugendamt kennenlernen. Sie erhalten dann einen ganzen Ordner mit Informationen und Angeboten. Diese sind wichtig für Ihr Kind und Ihre Familie.

Auch unbegleitete minderjährige Geflüchtete fallen unter das Jugendhilferecht. Das bedeutet: Der Fall geht zum Jugendamt.

Unterstützung bei der Erziehung und Versorgung von Kindern. Der KSD unterstützt Menschen bei der Erziehung und Versorgung von Kindern und Jugendlichen. Ansprechpersonen und weitere Informationen im Kapitel [KSD](#).

Bei Fragen zu Erziehung und Zusammenleben in der Familie ist auch die [Erziehungsberatungsstelle](#) ansprechbar.

Bürgeramt

Grundsätzlich müssen sich alle Menschen, die nach Deutschland kommen und länger als drei Monate bleiben möchten, nach spätestens zwei Wochen mit ihrer Wohnadresse bei den Behörden melden. Sie ziehen innerhalb Deutschlands um? Dann müssen Sie den Behörden Ihre neue Adresse mitteilen.

💡 Diese Anmeldung hat nichts mit der Registrierung als Asylsuchender oder der Registrierung bei der [Ausländerbehörde](#) zu tun. Dies müssen Sie zusätzlich machen. Wie man sich als Flüchtling registriert, lesen Sie [hier](#).

Wer muss sich wann anmelden?

Alle Menschen, die nach Deutschland ziehen oder innerhalb Deutschlands umziehen, müssen sich beim Einwohnermeldeamt (oft auch Bürgeramt oder Bürgerbüro genannt) anmelden beziehungsweise ummelden. Die Anmeldung innerhalb von zwei Wochen ist Pflicht. Sie melden sich zu spät oder gar nicht an? Dann kann es sein, dass Sie eine Strafe zahlen müssen.

Bei Ihrer Anmeldung bekommen Sie eine "Amtliche Meldebestätigung". Bewahren Sie dieses Papier gut auf. Damit können Sie – auch ohne Ihren Ausweis – nachweisen, dass Sie in einer

Gemeinde oder Stadt in Deutschland angemeldet sind. Sie haben also dort Ihren Wohnsitz.

Was muss ich zur Anmeldung mitbringen?

Die Anmeldung erfolgt persönlich im Bürgeramt. Die Adresse Ihres Bürgeramtes finden Sie unten auf dieser Seite.

Zur Anmeldung müssen Sie Ihren Ausweis (Personalausweis, Aufenthaltstitel, Aufenthaltspapier, etc.) mitbringen. Sie haben einen Pass? Oder Passersatzpapiere? Dann bringen Sie diese auch mit. Außerdem müssen Sie ein Anmeldeformular ausfüllen. Das Formular bekommen Sie direkt beim Einwohnermeldeamt.

Sie benötigen zusätzlich eine sogenannte "Einzugsbestätigung vom Vermieter" für die Anmeldung. Das ist ein Papier, in dem Ihr Vermieter oder Ihre Vermieterin bestätigt, dass Sie seine oder ihre Wohnung mieten. Manchmal wird auch die Geburtsurkunde oder Ihre Heiratsurkunde für die Anmeldung benötigt. Wenn Sie diese Urkunden haben, bringen Sie sie vorsorglich mit zur Anmeldung.

Adresse des Bürgeramtes

Bürgeramt

 Löhstr. 22-26

45468 Mülheim an der Ruhr

 [Terminvergabe Online](#) (nur mit Termin!)

Gesundheitsamt

Das Gesundheitsamt ist Teil des Gesundheitssystems in Deutschland. Es soll beispielsweise die Bevölkerung vor Infektionskrankheiten schützen. Oder es beschäftigt sich mit der Hygiene in Betrieben. Das können Krankenhäuser und Pflegebetriebe sein. Oder auch Restaurants und Cafés. Sie möchten in einem Restaurant arbeiten? Dann brauchen Sie eine Belehrung zum Infektionsschutz. Das Gesundheitsamt hat aber auch andere Aufgaben. Es berät zu AIDS. Und kümmert sich um den ärztlichen Dienst. In Schulen informieren sie über das Vorbeugen von Krankheiten. Und im Allgemeinen informiert es die Bevölkerung bei Gefahren für die Gesundheit.

Gesundheitsamt Mülheim

Amt für Gesundheit und Hygiene

 Heinrich-Melzer-Straße 3

45468 Mülheim an der Ruhr

 [Website](#)

Zentral:

 0208 / 455-5300

Belehrungen nach dem Infektionsschutzgesetz:

 [+49 \(0\) 2084555317](#) oder [+49 \(0\) 2084555324](#)

Sozial-Psychiatrischer Dienst:

 [+49 \(0\) 2084555330](#) oder [+49 \(0\) 2084555337](#)

Kinder- und Jugendärztlicher Dienst:

☎ [+49 \(0\) 2084555312](tel:+4902084555312) oder [+49 \(0\) 2084555362](tel:+4902084555362)

Beratung über HIV, AIDS, sexuell übertragbare Infektionen:

☎ [+49 \(0\) 2084555365](tel:+4902084555365)

Sprache

Sprachangebote für mehrsprachige Familien

Angebote für mehrsprachige Kinder und starke Eltern. Das Kommunale Integrationszentrum (KI) setzt die Programme Griffbereit, griffbereit MINI, Rucksack KiTa, Rucksack Schule und die Brückenprojekte um. Die Programme werden in Zusammenarbeit mit Kitas (Kindergärten) und Schulen umgesetzt. Zugewanderte Kinder werden unterstützt und gefördert.

Griffbereit (1-3 Jahre)

Familien entdecken gemeinsam Spiel und Sprache. "Griffbereit" richtet sich an Eltern und ihre Kinder zwischen 1 und 3 Jahren. Es wird in Familienzentren angeboten. Das Projekt fördert die frühkindliche Entwicklung durch kindgerechte Aktivitäten. Es schafft eine wichtige Grundlage zum Erlernen von Sprache. Die Mehrsprachigkeit wird dabei als Potenzial der Kinder aufgegriffen. Kleinkinder aus Familien mit Migrationshintergrund kommen schon sehr früh mit der deutschen Sprache in Kontakt. Kinder erfahren die Bedeutung von Sprache. Sie lernen schnell sich miteinander zu verständigen.

Einblick  [Video](#)

Übersicht der Gruppen  [hier](#).

 Müzeyyen Semerci ☎ [+49 \(0\) 2084554772](tel:+4902084554772)

Brückenprojekte

In den "Brückenprojekten" werden Kinder begleitet. Kinder, die keinen Platz in der Kita (Kindergarten) bekommen haben. Die Kinder sind im Alter von 4-6 Jahren. Zielgruppe sind Kinder mit Migrationsgeschichte oder Kinder mit Deutsch als Zweitsprache. Es stärkt sprachliche und motorische Kompetenzen. Es bereitet sie auf die Schule vor. Es soll Kindern einen guten Start in die Schule ermöglichen.

Übersicht der Gruppen  [hier](#).

 Agnes Schauer (Koordinatorin) ☎ [+49 \(0\) 2084554776](tel:+4902084554776)

@agnes.schauer@muehheim-ruhr.de

Rucksack KiTa

Das Konzept "Rucksack KiTa" bietet Sprachbildung. Es richtet sich an Eltern und ihre Kinder zwischen 4 und 6 Jahren. Es richtet sich an Eltern mit internationaler Familiengeschichte. Das Projekt unterstützt die sprachliche Bildung und allgemeine Entwicklung von Kindern. Die Kinder werden dabei von den Eltern in der Familiensprache und von den Erziehern in der deutschen Sprache gefördert.

Übersicht der Gruppen  [hier](#).

 Müzeyyen Semerci  [+49 \(0\) 2084554772](tel:+49(0)2084554772)

Rucksack Schule

Das Programm „Rucksack Schule“ richtet sich an Familien mit Kindern in der Grundschule. Im Rahmen von Elterngruppen werden die Mitwirkung und die sprachliche Kompetenz von Eltern gestärkt. Inhalte aus der Schule werden mehrsprachig bearbeitet. Teilnehmer können so ihre Kenntnisse in Deutsch erweitern. Sie können ihre Kinder besser unterstützen. Die Familien werden von einer Begleiterin unterstützt. Sie ist speziell dafür geschult. Sie thematisiert die Inhalte des Schulalltags und unterstützt bei Problemen. Die Mehrsprachigkeit in den Familien wird gefördert.

Übersicht der Gruppen  [hier](#).

 Ebru Güven  [+49 \(0\) 2084554572](tel:+49(0)2084554572)

Dolmetscher, Sprachmittler, Übersetzer

Sie sprechen noch nicht so gut Deutsch? Sie müssen zu einem Termin? Eine dolmetschende Person ist sehr hilfreich. Sie verstehen dann besser, was die Menschen Ihnen sagen möchten.

Allgemein

 Manche Behörden und Einrichtungen haben selbst Dolmetscher, Übersetzer oder Sprachmittler. Die Behörden können diese in den Beratungsgesprächen einsetzen. Sie vereinbaren einen Termin. Fragen Sie bitte immer nach, ob eine dolmetschende Person kostenfrei gestellt wird.

 Informationen zur Übersetzung von Dokumenten finden Sie [hier](#).

Sprachmittler

Sie sprechen noch nicht so gut Deutsch. Sie müssen zu einem Termin. Zum Beispiel zu einem Termin mit der Schule, dem Kindergarten oder dem Jobcenter. In Mülheim gibt es ehrenamtliche Übersetzer. Diese nennt man Sprachmittler (Laien-Sprachmittler). Die ehrenamtlichen Sprachmittler dolmetschen als neutrale Person. Sie sind interkulturell kompetent.

Sprachmittler (können) helfen bei niedrigschwelligen Terminen ohne Rechtsfolge. Zum Beispiel bei Terminen mit:

- der Schule
- der Kita
- dem Jobcenter
- dem Gesundheitsamt
- Beratungen
- und anderen ...

Bei diesen Terminen können Sprachmittler nicht helfen:

- Arzt,

- Verfahren,
- und andere Termine mit Rechtsfolgen.

💡 Sie brauchen einen Sprachmittler? Sagen Sie dies der Person mit der Sie den Termin haben. Mindestens 2 Wochen vor dem Termin sagen Sie Bescheid. Diese Person kann einen Antrag stellen.

Weitere Informationen: [hier](#)

Formular Antrag: [hier](#)

Der Antrag wird abgegeben bei:

👤 Susanne Adinolfi
Kommunales Integrationszentrum
📍 Heinrich-Melzer Straße 1
45468 Mülheim an der Ruhr
☎ [+49 \(0\) 2084554773](tel:+492084554773)
Fax 0208 455 58 4573
✉ [@susanne.adinolfi@mulheim-ruhr.de](mailto:susanne.adinolfi@mulheim-ruhr.de)

Sprachmittler werden

Sie sprechen sehr gut Deutsch? Dann können Sie Ihre Landsleute unterstützen, die kein Deutsch sprechen. Zum Beispiel können Sie sie zu Terminen mit der Schule, dem Kindergarten oder dem Jobcenter begleiten. Weitere Informationen: [hier](#)

Ihr Ansprechpartner:

👤 Susanne Adinolfi
Kommunales Integrationszentrum
📍 Heinrich-Melzer Straße 1
45468 Mülheim an der Ruhr
☎ [+49 \(0\) 2084554773](tel:+492084554773)
Fax 0208 455 58 4573
✉ [@susanne.adinolfi@mulheim-ruhr.de](mailto:susanne.adinolfi@mulheim-ruhr.de)

Übersetzung von Dokumenten

Offizielle Dokumente wie etwa Zeugnisse, Heiratsurkunden oder Geburtsurkunden dürfen in Deutschland nur von staatlich geprüften Übersetzern übertragen werden. Diese Übersetzungen können sehr teuer sein. Prüfen Sie vorher, ob Sie eine beglaubigte Übersetzung benötigen. Vergleichen Sie die Preise.

Manchmal können Kosten für Übersetzungen übernommen werden. Fragen Sie nach, bevor Sie die Übersetzung beauftragen:

- bei der Stelle, für die Sie die Übersetzungen benötigen
- bei der Behörde, von der Sie Sozialleistungen erhalten

Sprachkurse - Deutsch lernen

Integrationskurse

Inhalte

In diesem Kurs lernen Sie Deutsch. Sie lernen mehr als nur die Grundlagen. Am Ende können Sie Deutsch auf dem Niveau B1 sprechen. Zusätzlich erfahren Sie etwas über die Kultur, die Politik und die sozialen Gepflogenheiten in Deutschland. Der Integrationskurs schließt mit den Prüfungen „Deutschtest für Zuwanderer“ (DTZ) und „Leben in Deutschland“ (LiD) ab.

Zielgruppe

Das [Jobcenter](#), das [Sozialamt](#) oder die [Ausländerbehörde](#) können Sie zur Teilnahme an einem Integrationskurs verpflichten. Sie wurden nicht verpflichtet? Sie möchten aber an einem Kurs teilnehmen? Dann können Sie den Integrationskurs beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) beantragen. Sie brauchen Unterstützung bei der Beantragung? Dann wenden Sie sich an eine Beratung, zum Beispiel eine [Migrationsberatung](#) oder den [Jugendmigrationsdienst](#). Dort unterstützt man Sie bei der Auswahl eines Kurses. Es gibt unterschiedliche Integrationskurse.

Umfang und Kosten

Der allgemeine Integrationskurs dauert 700 Unterrichtseinheiten (UE). Die Integrationskurse sind für Geflüchtete kostenlos. Sie bekommen soziale Leistungen? Dann ist der Kurs auch kostenlos. Sie sind nicht befreit von den Kosten? Für nicht kostenbefreite Personen liegt der Kostenbeitrag aktuell bei allen Kursträgern bei 2,29 Euro pro Unterrichtsstunde.

Anbieter

VHS (Volkshochschule) Mülheim

 Aktienstraße 45, 45473 MH

 Frau Kleinewegen

 [+49 \(0\) 2084554313](tel:+49(0)2084554313)

 [@Martina.Kleinewegen@muehheim-ruhr.de](mailto:Martina.Kleinewegen@muehheim-ruhr.de)

 <https://vhs.muelheim-ruhr.de>

Diakonisches Werk/ Jugendmigrationsdienst

 Hagdorn 1 a, 45468 MH

 Frau Fast/ Frau Brodt

 [+49 \(0\) 2083003275](tel:+49(0)2083003275)  [+49 \(0\) 2083003238](tel:+49(0)2083003238)

 [@fast@diakonie-muelheim.de](mailto:fast@diakonie-muelheim.de)

 [@mbrodt@diakonie-muelheim.de](mailto:mbrodt@diakonie-muelheim.de)

 www.diakonie-muelheim.de

 Kinderbetreuung während der Kurse möglich.

SfS Schulungsgesellschaft

 Leineweberstraße 21-25, 45468 MH

 Frau Simonova

 [+49 \(0\) 208807160](tel:+49(0)208807160)  [+49 \(0\) 2083864236](tel:+49(0)2083864236)

@o.simonova@sfs.nrw

www.sfs.nrw

Atlas-Bildungs-Center e.V.

[Friedrichstr. 50a, 45468 MH](#)

[+49 \(0\) 2038551330](tel:+49(0)2038551330)

@muelheim@atlasbildungscenter.de

<https://atlasbildungscenter.de/bildungsangebote/i...>

Forum Bildungszentrum Neues

Innovatives Lernzentrum e.V.

[Wallstraße 2, 45468 MH](#)

[Herr Dindar](#)

[+49 \(0\) 2089952777](tel:+49(0)2089952777)

@kontakt@forum-bz.de

www.forum-bz.de

[Kinderbetreuung während der Kurse möglich.](#)

bbwe Gemeinnützige GmbH

[Löhstr. 18, 45468 MH](#)

[Frau Antoniak](#)

[+49 \(0\) 208301593445](tel:+49(0)208301593445)

@agata.antoniak@bbwe.de

www.bbwe.de

its-GmbH

(Mulingus - Multilinguales Lernstudio)

[Kämpchenstraße 31, 45468 MH](#)

[Frau Raies](#)

[+49 \(0\) 20329867030](tel:+49(0)20329867030)

@info@mulingus.de

[Diese Anbieter bieten auch Berufssprachkurse und den Basissprachkurs Arbeitsmarktintegration \(ESF\) an.](#)

[Freie Plätze und alle Anbieter für Integrationskurse in Mülheim finden Sie im !\[\]\(41707ef7bcacbab7be6b775e9946d5fd_img.jpg\) Navigator des BAMF.](#)

Berufssprachkurse

Inhalte

In diesem Kurs verbessern Sie Ihre Kenntnisse in Deutsch. Die Kurse sollen Ihren Wortschatz verbessern. Sie lernen berufsbezogene Worte. Sie sind bereits berufstätig? Sie machen noch eine Ausbildung? Sie wollen bald anfangen zu arbeiten? Dann besuchen Sie diesen Kurs. Am

besten haben Sie vorher bereits einen Integrationskurs besucht.

Am Ende des Kurses können Sie Deutsch auf Niveau B2 sprechen. Diese Kurse schließen mit einer Prüfung und einem Zertifikat ab. Es gibt allgemeine Berufssprachkurse und es gibt es verschiedene Spezialkurse mit unterschiedlichen Schwerpunkten.

Zielgruppe

Für die Teilnahme an einem berufsbezogenen Deutschkurs (Berufssprachkurs) benötigen Sie eine Berechtigung oder Verpflichtung. Diese bekommen Sie entweder vom Jobcenter oder von der Agentur für Arbeit oder auf Antrag beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

💡 Um teilnehmen zu dürfen, ist ein Sprachniveau von mindestens B1 nötig.

Anbieter

VHS (Volkshochschule) Mülheim

📍 Aktienstraße 45, 45473 MH

👤 Frau Kleinewegen

☎️ [+49 \(0\) 84554313](tel:+49084554313)

✉️ Martina.Kleinewegen@muehheim-ruhr.de

🌐 <https://vhs.muelheim-ruhr.de>

Diakonisches Werk/ Jugendmigrationsdienst

📍 Hagdorn 1 a, 45468 MH

👤 Frau Fast/ Frau Kermann

☎️ [+49 \(0\) 2083003275](tel:+4902083003275) ☎️ [+49 \(0\) 2083003269](tel:+4902083003269)

✉️ fast@diakonie-muelheim.de

✉️ kermann@diakonie-muelheim.de

🌐 [Website](#)

💡 Kinderbetreuung während der Kurse möglich.

SfS Schulungsgesellschaft

📍 Leineweberstraße 21-25, 45468 MH

👤 Frau Simonova

☎️ [+49 \(0\) 208807160](tel:+490208807160) ☎️ [+49 \(0\) 2083864236](tel:+4902083864236)

✉️ o.simonova@sfs.nrw

🌐 www.sfs.nrw

Atlas-Bildungs-Center e.V.

📍 Friedrichstr. 50a, 45468 MH

☎️ [+49 \(0\) 2038551330](tel:+4902038551330)

✉️ muelheim@atlasbildungscenter.de

Forum Bildungszentrum Neues

Innovatives Lernzentrum e.V.

📍 Wallstraße 2, 45468 MH

👤 Herr Dindar

☎️ [+49 \(0\) 2089952777](tel:+4902089952777)

✉️ kontakt@forum-bz.de

🌐 www.forum-bz.de

💡 Kinderbetreuung während der Kurse möglich.

bbwe Gemeinnützige GmbH
📍 Löhstr. 18, 45468 MH
👤 Frau Antoniak
☎ [+49 \(0\) 208301593445](tel:+490208301593445)
✉ [@agata.antoniak@bbwe.de](mailto:agata.antoniak@bbwe.de)
🌐 www.bbwe.de

its-GmbH
(Mulingus - Multilinguales Lernstudio)
📍 Kämpchenstraße 31, 45468 MH
👤 Frau Raies
☎ [+49 \(0\) 20329867030](tel:+49020329867030)
✉ [@info@mulingus.de](mailto:info@mulingus.de)

💡 Die Anbieter bieten neben den Berufssprachkursen auch andere Kursarten zum Deutschlernen an.

Weitere Sprachkurse und Nachhilfe

In Mülheim an der Ruhr gibt es viele Möglichkeiten, Deutsch zu lernen und besser zu sprechen. Egal, ob du gerade erst anfängst oder schon gut Deutsch kannst – hier gibt es passende Kurse für alle. Du kannst in der Stadt Sprachkurse besuchen, Nachhilfe bekommen oder in Gruppen mit anderen Leuten Deutsch sprechen. Es gibt Schulen, die beim Lernen helfen, und spezielle Kurse für Menschen, die neu in Deutschland sind. Außerdem gibt es Sprachcafés und Programme, bei denen du mit jemandem zusammen üben kannst. So kannst du Deutsch ganz entspannt lernen und es direkt im Alltag benutzen.

Hier finden Sie [verschiedene Kurse](#) sowie [Nachhilfe](#):

Weitere Sprachangebote

Afro-Mülheimers e.V.
[Deutschkurs mit Computer, Individuelles Nachhilfeangebot](#)
📍 vier.zentrale
Leineweberstraße 15- 17, 45468 MH
👤 Justin Fonkeu
✉ [@info@afro-muelheimers.de](mailto:info@afro-muelheimers.de)
🌐 <https://www.afro-muelheimers.de/>

Caritas-Sozialdienste e. V.
[Kurse für Anfänger](#)
📍 Vereinstraße 10-12, 45468 MH
👤 Frau Bilge Akbulut
☎ [+49 \(0\) 17612001317](tel:+49017612001317)
✉ [@Bilge.Akbulut@caritas-muelheim.de](mailto:Bilge.Akbulut@caritas-muelheim.de)
🌐 www.caritas-muelheim.de

Christusgemeinde Mülheim
[Kurse Alphabetisierung, Kurse für Anfänger, Fortgeschrittene A1-B1](#)

📍 Uhlandstraße 25, 45468 MH
👤 Herr Dr. Pust
☎️ [+49 \(0\) 20844491904](tel:+49020844491904)
✉️ deutschkurs@cgmuelheim.de

[CIIC Zentrum](#) für Integration und interkulturelle Kommunikation
„Lernen durch Sprechen“, Nachhilfe Deutsch, Mathe, Englisch
📍 Böllerts Höfe 1, 45468 MH (Eingang Saarner Strasse)
👤 Frau Ashouri
☎️ [+49 \(0\) 20894139426](tel:+49020894139426)
✉️ @ciicmh@outlook.de
🌐 www.ciicmh.de

its-GmbH/Mulingus
Nachhilfe verschiedene Fächer
📍 Kämpchenstraße 31, 45468 MH
👤 Frau Raies
☎️ [+49 \(0\) 20843908480](tel:+49020843908480) [Freitag 9:00-13:00 Uhr]
✉️ @info@mulingus.de

Talentwerkstätten des CBE
Gruppen Deutschlernen verschiedene Niveaus
📍 Wallstraße 7, 45468 MH
👤 Frau Driesen
☎️ [0208/9706823](tel:02089706823)
✉️ @alina.kauert@cbe-mh.de

Vereinte Evangelische Kirchengemeinde
Einzel-Nachhilfe (Sprechen, verstehendes Lesen, Schreiben A1 / A2 Niveau)
📍 Pastor-Banstein-Platz 2, 45468 MH
👤 Frau Schmitt
☎️ [+49 \(0\) 15786403672](tel:+49020815786403672)
✉️ @iris.schmitt@kirche-muelheim.de

VHS (Volkshochschule) Mülheim
Kurse: Deutsch als Zweitsprache
📍 Aktienstraße 45, 45473 MH
👤 Frau Kleinewegen
☎️ [0208/4554313](tel:02084554313)
✉️ @Martina.Kleinewegen@muelheim-ruhr.de
🌐 [Website](#)

Hochschule Ruhr West (HRW)
Studienintegrationsprogramm (SIP)
📍 Duisburger Str. 100
45479 MH

 Frau Magdalena Lukosz
 [0208-88254955](tel:0208-88254955)
 @SIP@hs-ruhrwest.de
 [Website](#)

ESF - Basissprachkurs Arbeitsmarktintegration

Inhalte und Zielgruppe

Der Basissprachkurs zur Integration in Arbeit (ESF) richten sich an Flüchtlinge. Sie sind Flüchtling (Asylsuchender)? Sie haben keinen Zugang zu einem Integrationskurs? Sie können an einem Basissprachkurs (ESF) teilnehmen. Hier lernen Sie grundlegende Kenntnisse in Deutsch. Sie lernen alltäglich Ausdrücke und einfache Sätze.

Umfang und Kosten

Der Kurs ist kostenlos. Der Kurs umfasst 300 Stunden Unterricht.

Anbieter

Forum Bildungszentrum Neues
Innovatives Lernzentrum e.V.
 Wallstraße 2, 45468 MH
 Herr Dindar
 [+49 \(0\) 2089952777](tel:+49(0)2089952777)
 @kontakt@forum-bz.de
 www.forum-bz.de
 Kinderbetreuung während der Kurse möglich.

VHS (Volkshochschule) Mülheim
 Aktienstraße 45, 45473 MH
 Carmen Plumanns  Frau Dau
 [+49 \(0\) 2084555928](tel:+49(0)2084555928)



[+49 \(0\) 2084554314](tel:+49(0)2084554314)
 @Kerstin.Dau@muelheim-ruhr.de
 <https://vhs.muelheim-ruhr.de>

EOK - Erstorientierungskurs

Inhalte und Zielgruppe

Die Deutschkurse zur sprachlichen Erstorientierung sind für Sprachanfänger und für Personen, die schon ein bisschen Deutsch sprechen. Die Themen im Kurs sind zum Beispiel „Gesundheit/Medizinische Versorgung“, „Arbeit“, „Kindergarten/Schule“, „Wohnen“, „Orientierung vor Ort/Verkehr/Mobilität“. Im Fokus steht die mündliche Kommunikation.

Der Kurs richtet sich an alle zugewanderten **Frauen** in Essen und Umgebung.

Umfang und Kosten

Ein Kurs umfasst 300 Einheiten Unterricht mit jeweils 45 Minuten. Erstorientierungskurse sind kostenfrei.

- 💡 Im Kurs wird Deutsch gesprochen – Dolmetscher sind im Kurs nicht anwesend.
- 💡 Sie haben einen Platz in einem [Integrationskurs](#) bekommen? Dann können Sie in diesen Kurs wechseln.

Anbieter

Malteser Hilfsdienst e.V. NRW

👤 Heike Karnath

☎ [01788787721](tel:01788787721)

@ Heike.Karnath@malteser.org @ Erstorientierungskurse.NRW@malteser.org

📄 [Mehr Informtionen](#)

👥 Kurs für alle **Frauen** in Essen und Umgebung.

🕒 Kurszeiten: Montag bis Freitag 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr

📍 Kursort: Rottstraße 24, 45124 **Essen**

- 💡 Einen Überblick über Kurse in Ihrer Nähe finden Sie im Navigator des BAMF 🌐 [hier](#).

Selber Deutsch lernen

Sie können über Ihr Smartphone oder am Computer Deutsch lernen. Es gibt viele kostenlose Angebote, die helfen Deutsch zu lernen. So kann man die Wartezeit auf einen Sprachkurs sinnvoll nutzen. Auch während einem Sprachkurs können diese Angebote sinnvoll sein.

🌐 [Lunes App](#): Die App hilft Ihnen in der Schule. Und in der Ausbildung. Und im Beruf. Die App hat viele Informationen über Wörter aus verschiedenen Berufen. Für jedes Wort gibt es ein Bild. So lernen Sie die deutschen Wörter. Und es gibt eine Vorlesefunktion. Durch verschiedene Übungen macht das Lernen Spaß. Sie können die Vokabeln lernen und sich merken.

🌐 [Serlo ABC](#): Eine kostenlose App zur Alphabetisierung zum Selbststudium oder als Ergänzung zum Sprachkurs. Die App ist als Lehrwerk für Integrationskurse zugelassen.

🌐 [Mein Deutschbuch](#): Umfangreiches Angebot für das Lernen der deutschen Sprache. Die Webseite richtet sich an Lernende und Lehrkräfte, A1-B2.

🌐 [Deutsch-Uni Online \(DUO\)](#): Sprachlernprogramme für A1 bis C2.

🌐 [Basis-Sprachkurs der Deutschen Welle](#): Dieser Online-Sprachkurs enthält Module zu Alphabetisierung und berufsbezogenen Sprachkenntnissen. Es gibt auch einen Einstufungstest.

🌐 [„Die Stadt der Wörter“](#): App und Website zum spielerischen Wortschatzlernen ohne Vorkenntnisse auf Deutsch, Englisch, Französisch und weiteren Sprachen.

 [VHS-Lernportal](#): Kostenfreie Deutschkurse. Sie können auch schreiben, lesen und rechnen lernen. Es gibt auch Hilfe für die Vorbereitung auf den Schulabschluss in Deutsch, Mathe und Englisch.

 [Einstufungstest Sprache](#): onSET-online Spracheinstufungstest für Flüchtlinge und zur sprachlichen Einordnung für Haupt- und Ehrenamtliche.

Sprachtreffen - Deutsch sprechen üben

Internationales Frauencafé

Ein Treffpunkt für Frauen, insbesondere mit Fluchthintergrund. Möchtest du in einer geschützten und vertrauten Umgebung neue Kontakte mit anderen Frauen knüpfen? Hast du Interesse an einem Austausch zu Alltagsthemen bei Kaffee und Snacks, auf gemeinsame Spiele, Ausflüge und Feste?

 Jeden zweiten Freitag von 15 bis 17 Uhr

 [Vier.Zentrale](#)

Leineweberstraße 15-17, 45468 Mülheim

 Keine Anmeldung erforderlich!

Für mehr Informationen und genaue Termine kannst du PLANB anrufen.

 [+49 \(0\) 20884844971](tel:+49(0)20884844971)

 [+49 \(0\) 20884844972](tel:+49(0)20884844972)

MUT-Café

Regelmäßige Sprachcafés in Ihrer Nähe. "MUT" (MUT - mitmachen und trauen) ist ein ein niederschwelliges Sprachprogramm. Erwachsene werden ermutigt die deutsche Sprache zu erlernen. Sie können ihre Sprachkenntnisse vertiefen. Es ist kein Vorwissen notwendig. In den MUT-Cafés treffen sich Interessierte wöchentlich. Sie tauschen sich aus und erlernen die deutsche Sprache. Neben dem gemeinsamen Lernen gibt es Unterstützung in Alltagsfragen und gemeinsame Aktivitäten. Die Themen in den MUT-Cafés sind vielfältig: Gesundheit, Kreativität, Bildung, Erziehung, Zukunftsplanung, berufliche Perspektive und vieles mehr.

MUT Cafés Wochenplan:  [hier](#)

Weitere Informationen:  [hier](#)

 Das Angebot ist kostenfrei. Man muss sich nicht anmelden. Einfach vorbeikommen!

 Die engagierten Anleiterinnen verfügen selbst über eine internationale Familiengeschichte und berücksichtigen die individuellen Bedürfnisse der Frauen.

 Die Cafés finden momentan nur für Frauen statt. Für junge Männer gibt es Angebote von [flow](#) oder das [Sprachcafé im Styrumer Treff](#).

Bei Fragen zum MUT-Programm nehmen Sie gerne Kontakt mit der Koordinatorin auf:

 Giulietta Zeh

Kommunales Integrationszentrum

 Heinrich-Melzer-Straße 1

45468 Mülheim an der Ruhr

+49 (0) 2084554775
[@Giulietta.Zeh@muelheim-ruhr.de](mailto:Giulietta.Zeh@muelheim-ruhr.de)

FLOW - für junge Männer

Das Projekt FLOW richtet sich an junge Männer im Alter von 18 bis 27 Jahren. FLOW heißt: Freizeit, Lernen, Orientierung und Wissen.

Angebote:

- offene Treffen
- Sprach-Kurse und Workshops
- Workshops zu beruflichen Kompetenzen
- Unterstützung bei der Jobsuche
- Workshops zu sozialen Kompetenzen
- Sport und kulturelle Aktivitäten

Weitere Informationen und Termine:

 M. Kaya
 +49 (0) 20884844974 oder +49 (0) 1736531563
[@flow@planb-ruhr.de](mailto:flow@planb-ruhr.de)
 [Flyer mehrsprachig](#)

Sprachcafé im Styruemer Treff

 Wann? Jeden Mittwoch von 15:00 – 18:00 Uhr und jeden Donnerstag von 17:00 – 20:15 Uhr
 Für wen? Alle Menschen, die sich gerne unterhalten, lachen und Deutsch lernen wollen!

Das Sprachcafé ist ein kostenloses, unverbindliches Angebot, das von der DenkArbeit.Ruhr gGmbH begleitet wird. In gemütlicher Atmosphäre werden bei Kaffee und Tee Themen besprochen, zu denen die Besucherinnen und Besucher mehr erfahren möchten. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Kommen Sie einfach vorbei!

Deutsch lernen

Im Sprachcafé treffen sich Menschen mit und ohne Deutsch als Muttersprache und lernen voneinander. Einfach drauf los reden oder konkrete (Deutsch-)Übungen: Hier wird viel (Deutsch) gesprochen.

Menschen kennenlernen

Hier ist richtig was los: Menschen, die schon lange in Mülheim leben und Menschen, die noch neu in der Gegend sind, kommen im Sprachcafé zusammen. Ideal, um neue Freundschaften zu knüpfen.

Zusammensein genießen

Die Besucherinnen und Besucher machen aus dem Treffen im Sprachcafé ein geselliges Zusammensein. Für Wasser, Tee und Kaffee ist gesorgt – Besucherinnen und Besucher dürfen gerne Essen und Süßigkeiten mitbringen. Dadurch wird der Austausch noch gemütlicher.

Darüber tauschen wir uns aus:

- Leben in Deutschland
- Arbeiten in Deutschland
- Kindergarten, Schule, Ausbildung und Studium
- Rechte und Pflichten von Arbeitnehmer*innen und Arbeitgeber*innen
- Politische Bildung
- Umweltschutz
- Gesundheit und Sport
- Sprache(n) lernen
- Traditionen und Feste
- Essen und Trinken, z. B. beim gemeinsamen Kochen
- Angebote im Stadtteil Styrum und Mülheim
- ... und vieles mehr!

Sie haben Fragen oder möchten mehr zum Sprachcafé erfahren? Ihre Ansprechpartnerin Frau Jenny Janßen hilft Ihnen gerne weiter!

☎ [+49 \(0\) 15901783993](tel:+49015901783993)

@ j.janssen@denkarbeit.ruhr

🌐 [Website](#)

📍 Styrumer Treff

Rosenkamp 3

45476 Mülheim an der Ruhr

Sprachniveaus

Es gibt verschiedene Sprachniveaus. In den Sprach- und Integrationskursen werden die Niveaus nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen verwendet:

Sprachniveau **A**: elementare Sprachanwendung

Sprachniveau **B**: selbstständige Sprachanwendung (notwendig für eine Ausbildung oder Arbeit)

Sprachniveau **C**: kompetente Sprachanwendung (notwendig für ein Studium und bestimmte Berufe)

Meistens wird noch genauer unterschieden:

A1: Anfänger

A2: Grundlegende Kenntnisse

B1: Fortgeschrittene Sprachverwendung

B2: Selbstständige Sprachverwendung

C1: Fachkundige Sprachverwendung

C2: Annähernd muttersprachliche Kenntnisse

Und auch innerhalb dieser Stufen gibt es weitere Ausdifferenzierungen (A1/1, A1/2, A2/1, A2/2, usw.)

Die sechs Stufen bedeuten im Detail:

A1: Anfängerin oder Anfänger

Sie können einfache Wörter und Sätze verstehen und verwenden.

Sie können sich und andere vorstellen. Zum Beispiel: Ich heiße Maria. Ich bin 30 Jahre alt. Ich

wohne in Deutschland. Das ist mein Freund. Er heißt Paul.

Sie können Fragen zur Person stellen. Zum Beispiel: Wie heißen Sie? Wo wohnen Sie?

Sie können Fragen beantworten. Zum Beispiel: Wie geht es Ihnen? Mir geht es gut.

Sie können sich mit einer Person unterhalten, wenn sie langsam und deutlich spricht.

A2: Grundlegende Kenntnisse

Sie können Sätze und häufig gebrauchte Wörter verstehen. Sie verstehen Wörter zu diesen Bereichen: Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit und Ihre Umgebung.

Sie können sich in einfachen, alltäglichen Situationen verständigen. Sie können Ihre Herkunft, Ausbildung und Umgebung beschreiben.

B1: Fortgeschrittene Sprachverwendung

Sie können viel verstehen, wenn es zum Beispiel um Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können sich auf Reisen verständigen. Sie können etwas über vertraute Themen und persönliche Interessen sagen. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten. Sie können Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben. Sie können zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

B2: Selbstständige Sprachverwendung

Sie können die wichtigsten Inhalte von komplexen Texten zu konkreten und abstrakten Themen verstehen. Sie verstehen in Ihrem Spezialgebiet auch Fachdiskussionen.

Sie können sich spontan und fließend verständigen. Ein normales Gespräch mit Muttersprachlerinnen und Muttersprachlern ist ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten möglich. Sie können sich zu vielen verschiedenen Themen klar und detailliert ausdrücken. Sie können einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern. Sie können die Vor- und Nachteile von verschiedenen Möglichkeiten angeben.

C1: Fachkundige Sprachkenntnisse

Sie können viel von anspruchsvollen, längeren Texten verstehen. Sie erfassen auch implizite Bedeutungen.

Sie können sich spontan und fließend ausdrücken. Sie müssen nur selten nach Worten suchen. Sie können die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Sie können sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern. Dabei verwenden Sie verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen.

C2: (Annähernd) Muttersprachliche Kenntnisse

Sie können praktisch alles, was Sie lesen oder hören, mühelos verstehen.

Sie können Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen. Sie können Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Sie können sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken. Sie können auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.

Brauche ich ein Zertifikat?

In einigen Situationen ist ein Nachweis über die Deutschkenntnisse (Zertifikat) erforderlich oder nützlich.

Bewerbung auf einen Ausbildungs- oder Arbeitsplatz

Ein Nachweis über Ihre Deutschkenntnisse erhöht Ihre Chancen, einen Ausbildungs- oder Arbeitsplatz zu erhalten. Bei mehreren Mitbewerbern können Sie mit einem Zertifikat besser

überzeugen.

Berufliche Weiterbildung oder Qualifizierung

Für die Teilnahme an beruflichen Qualifizierungsangeboten werden häufig bestimmte Deutschsprachniveaus vorausgesetzt. Diese müssen oftmals mit einem Zertifikat nachgewiesen werden.

Zugang zum Studium an Hochschulen und Universitäten

Der Nachweis ausreichender Deutschkenntnisse für ein Studium an einer Hochschule oder Universität ist mit einem dieser Zeugnisse möglich:

- Deutsches Sprachdiplom der Kultusministerkonferenz (zweite Stufe)
- DSH2
- TestDaf, Niveaustufe 4 in allen 4 Teilbereichen.
- Feststellungsprüfung (= Besuch des Studienkollegs. Keine weitere Prüfung nötig)
- Nachweise, die durch bilaterale Abkommen oder sonstige von der Kultusministerkonferenz (KMK) oder Hochschulrektorenkonferenz (HRK) anerkannt sind
- die Prüfungen auf Level C1 oder C2 des Goethe-Instituts
- "telc Deutsch C1 Hochschule"
- Abgeschlossenes Germanistikstudium (kein Pädagogikstudium)
- Abschlusszeugnis mindestens auf dem Niveau eines Gymnasiums, eines Studienkollegs, einer Fachhochschule, Hochschule

Für einen unbefristeten Aufenthalt (Niederlassungserlaubnis)

Für eine Niederlassungserlaubnis müssen Sie ausreichende Deutschkenntnisse nachweisen. Das ist zum Beispiel möglich mit dem Zertifikat nach erfolgreicher Teilnahme am Integrationskurs „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ). Auch ein deutscher Schulabschluss kann unter bestimmten Voraussetzungen als Nachweis für Deutschkenntnisse dienen.

Wenn Sie Hilfe bei der Suche nach dem passenden Integrationskurs brauchen, bekommen Sie hier Hilfe.

Für die Einbürgerung (Erhalt der deutschen Staatsbürgerschaft)

Zusätzlich zu einem Nachweis über ausreichende Deutschkenntnisse müssen Sie auch Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland nachweisen. Das können Sie zum Beispiel mit dem Test „Leben in Deutschland“. Dieser Test ist der Abschluss des Orientierungskurs (ein Teil des Integrationskurses). Personen, welche keinen Integrationskurs besucht beziehungsweise abgeschlossen haben, können alternativ den Einbürgerungstest bei der VHS ablegen.

Hilfsmittel zur Verständigung

Sie sprechen noch kein Deutsch? Sie haben Schwierigkeiten sich zu verständigen? Es gibt kostenlose Hilfen. Kostenlose Wörterbücher, Webdienste oder Apps.

- [Refugee Phrasebook](#) mehrsprachiges, kostenloses Wörterbuch zu verschiedenen Themen.

- Sie können auch kostenlose Webdienste und Apps nutzen, die für Sie übersetzen: Google Translate [Google Translate: Android](#) und [IOS](#)
- [DeepL](#) (arbeitet mit künstlicher Intelligenz; steht in den Sprachen Englisch, Spanisch, Polnisch, Niederländisch, Französisch und Italienisch zur Verfügung).
- [Voice Translator](#) (Android), [Voice Translator pro Speech](#) (IOS)
- [Oroboo Angel](#) (Vermittlung von Sprachpartnern, kostenlose Video-/Audio-Übersetzungen bei Problemsituationen, 5-Minuten-Chat mit Verlängerungsmöglichkeit, viele Sprachkombinationen!)
- Wenn Sie zum Arzt oder zur Ärztin müssen, helfen dieses [Bild-Wörterbuch](#). Oder diese kostenlose App [AOK Health Navigator \(Android\)](#) auf Deutsch, Englisch, Arabisch und Dari.

Schlagworte: Übersetzer, Wörterbuch, Translator

Kinder, Jugend und Familie

Grundlegendes zu Kinder, Jugend und Familie

Kinder, Jugendliche und Familien stehen in Deutschland unter besonderem Schutz. Dieser Schutz beginnt schon während der Schwangerschaft und dauert an, bis das Kind 18 Jahre alt (volljährig) ist.

Der Staat und die Stadt Mülheim an der Ruhr bieten daher sehr viele Angebote für schwangere Frauen, Familien und junge Menschen an.

Die Aufgabe des Staates und der Behörden ist es auch, die Kinder zu schützen - im Notfall auch vor ihren Eltern. In Deutschland ist es zum Beispiel verboten, Kinder zu schlagen. Kindererziehung muss ohne Gewaltanwendung auskommen.

Aber: Der Staat möchte auch immer die Eltern unterstützen, damit sie für ihre Kinder da sein können und die Kinder in ihrer Familie glücklich aufwachsen können.

Denn Eltern brauchen oft auch Hilfe bei der Erziehung ihrer Kinder. Wenn die Familie in schwierigen Lebenssituationen ist, wenn sie zum Beispiel in ein neues Land migriert ist, ist das eine große Belastung und sehr schwer für die Familien. Haben Sie daher keine Angst und auch keine Scham, bei Ämtern oder Jugendhilfeeinrichtungen um Hilfe zu bitten. Es gibt viele Angebote, die Ihnen den Alltag und das Zusammenleben als Familie erleichtern.

Auch die Bildung der Kinder ist für den Staat ein sehr wichtiges Thema. Jedes Kind hat ab einem Jahr das Recht auf eine Förderung seiner Entwicklung in der [Kindertagespflege](#) oder in einer [Kindertageseinrichtung](#). Jedes Kind muss zur Schule gehen. Die [Erstberatung und Vermittlung Schulplatz](#) hilft Ihnen eine Schule für Ihr Kind zu finden.

Eltern werden

Schwangerschaft und Geburt

Schwangerschaft und Geburt

Schwangere stehen in Deutschland unter besonderem Schutz. Sie dürfen sich beraten lassen. Sie werden von einer Ärztin oder einem Arzt versorgt. Und der Staat unterstützt Sie bei Neuanschaffungen für das Kind. Wenn Sie schwanger sind, müssen Sie zuerst zur Frauenärztin oder zum Frauenarzt (Gynäkologen / Gynäkologinnen) gehen. Lassen Sie dort die Vorsorgeuntersuchungen durchführen. Sie erhalten dann einen Mutterpass. Der Mutterpass ist ein Dokument mit wichtigen Informationen über Ihre Schwangerschaft. Dort stehen auch Informationen zu Ihrer Gesundheit. Und der Ihres Kindes. Nehmen Sie Ihren Mutterpass für eventuelle Notfälle immer mit.

Hebamme

Hebammen unterstützen Frauen und ihre Familien vom Anfang der Schwangerschaft bis zum Ende der Stillzeit. Hebammen beraten während der Schwangerschaft. Sie können bei der Geburt helfen. Nach der Geburt führen Sie an das Stillen heran. Sie achten auch auf die körperliche und psychische Erholung der Frau. Jede Frau kann die Hilfe einer Hebamme in Anspruch nehmen. Die meisten Leistungen werden durch die Krankenkasse bezahlt.

 [Hebammenladen in Mülheim](#)

 [Hebamme finden](#)

Entbindung und Nachsorge

Ihr Gynäkologe oder Ihre Gynäkologin vermittelt Sie an eine Entbindungsklinik. Fragen Sie dort nach der Entbindung nach einer Hebamme oder einem Entbindungspfleger für die Nachsorge. Von der Klinik erhalten Sie eine Geburtsbescheinigung.

Meldung ans Standesamt

Neugeborene Kinder müssen dem [Standesamt](#) gemeldet werden. Sie wohnen in einer Unterkunft? Dann muss die Geburt der Leitung gemeldet werden. Die Entbindungsklinik übernimmt die Anzeige der Geburt beim Standesamt. Dort erhalten Sie die (vorläufige) Geburtsurkunde für Ihr Kind. Bringen Sie dafür Ihren Ausweis mit. Sie brauchen auch die Geburtsbescheinigung der Klinik. Sie sind verheiratet? Bringen Sie auch Ihre Heiratsurkunde mit.

 Bitte legen Sie nur Originaldokumente vor. Bei fremdsprachigen Dokumenten ist eine amtlich beglaubigte deutsche Übersetzung notwendig.

 Sie leben in einer Gemeinschaftsunterkunft? Geben Sie Ihrer Unterkunftsleitung eine Kopie der Geburtsurkunde. Ihr Kind wird dann registriert.

Kinderärzte / Kinderärztinnen

Es gibt zehn Früherkennungsuntersuchungen (U1-U9 und J1). Bis zum 6. Lebensjahr wird das Kind somit regelmäßig untersucht. Der Kinderarzt oder die Kinderärztin begleitet die Entwicklung Ihres Kindes. Die U1 (Untersuchung nach der Geburt) und U2 Untersuchungen finden meistens noch in der Klinik statt. Für weitere Untersuchungen müssen Sie einen Termin bei Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt vereinbaren.  [Kinderärzte in Mülheim](#)

Frühe Hilfen

Hilfe & Beratung für Schwangere und Eltern mit Kindern bis 3 Jahre.

Das Leben mit einem Kind bringt viel Freude. Es bringt aber auch viele Veränderungen mit sich. Eltern geraten dabei schon einmal an ihre Grenzen. Um sie zu unterstützen, gibt es Frühe Hilfen.

Haben Sie das Gefühl, dass Ihnen alles zu viel ist? Sind Sie unsicher in der Erziehung Ihres Kindes? Haben Sie Angst, für Ihr Kind nicht ausreichend sorgen zu können? Dann scheuen Sie sich nicht, Unterstützung zu holen. Niemand ist in der Lage, alles ganz allein zu meistern.

Frühe Hilfen sind kostenlose Angebote für Familien mit Kindern bis drei Jahre, ab der Schwangerschaft. Sie umfassen praktische Hilfen, Beratung, Vermittlung und Begleitung. Frühe Hilfen richten sich insbesondere an Familien, die das Gefühl haben, im Alltag mit Kind überfordert zu sein und sich Unterstützung wünschen. Die Angebote können Eltern ohne Antrag erhalten.

Eine Übersicht der Angebote in Mülheim im Rahmen des Netzwerks Frühe Hilfen finden Sie [hier](#).

Familienhebammen unterstützen im Laden der Hebammen und bei Hausbesuchen. [Weitere Informationen](#).

"Was sind Frühe Hilfen?" [Video](#) in Deutsch, Arabisch, Englisch, Französisch, Russisch und Türkisch

💡 Die Angebote sind kostenfrei.

Ansprechpartnerin:

👤 Jennifer Jaque-Rodney

Koordinatorin Netzwerk Frühe Hilfen

📍 Wallstraße 5, 45468 Mülheim an der Ruhr

☎️ [+49 \(0\) 2084551500](tel:+4902084551500)

✉️ [@jennifer.jaque-rodney@mulheim-ruhr.de](mailto:jennifer.jaque-rodney@mulheim-ruhr.de)

Kinderbetreuung

Kindertagespflege

In Deutschland gibt es zwei öffentliche Möglichkeiten für die Kinderbetreuung. Entweder in der Kindertagespflege oder in einer Kita (auch: Kindertageseinrichtung oder Kindergarten).

Kindertagespflege

Mit anderen Kindern in einer kleinen Gruppe spielen und lernen. Sicher und regelmäßig betreut von einer gut qualifizierten Tagesmutter oder einem Tagesvater. Das ist Kindertagespflege. Hier fühlen sich Kinder wohl.

Die Betreuung durch eine Tagesmutter oder einen Tagesvater heißt Kindertagespflege. Ein Unterschied zur Kita ist die Größe der Gruppe. In der Kita sind die Gruppen größer. In der Kindertagespflege werden bis zu 5 Kinder betreut. In sogenannten Kindertagespflegenestern werden bis zu 9 Kinder betreut. Fast alle Kinder über 3 Jahre gehen in die Kita. Kinder wollen spielen. Sie wollen lernen und wachsen. Beim Spielen lernen die Kinder alles, was sie für ihr späteres Leben brauchen. Im Umgang mit anderen Kindern und durch die Pflegeperson lernen

die Kinder leicht die deutsche Sprache.

Flyer mit weiteren Informationen in unterschiedlichen Sprachen finden Sie [hier](#).

Ein Video mit weiteren Informationen in unterschiedlichen Sprachen finden Sie [hier](#).

Wie sehen Einrichtungen der Kindertagespflege hier in Mülheim aus? Zwei Einrichtungen stellen sich im Video vor: [Wirbelwinde](#) [Farbenspiel](#)

Kita (Kindertageseinrichtung)

Fast alle Kinder über 3 Jahre gehen in die Kita (Kindertageseinrichtung, Kindergarten). Hier zum Kapitel [Kita \(Kindertageseinrichtung\)](#).

Kosten

Für die Betreuung Ihrer Kinder in der Kindertagespflege oder der Kita müssen Sie jeden Monat einen bestimmten Beitrag zahlen.  Sollten Sie nicht über Einkommen oder nur über ein geringes Einkommen verfügen, sind Sie wahrscheinlich von diesem Beitrag befreit. Weitere Informationen erhalten Sie über die Servicestelle.

Anmeldung

Es gibt in Mülheim eine Beratung rund um die Kindertagespflege und zur Vermittlung von Kindertagespflegeplätzen.

 Amt für Kinder, Jugend, Schule und Integration

Servicestelle für Betreuungsangebote

Am Rathaus 1, 45468 Mülheim an der Ruhr

Historisches Rathaus: Zimmer B 02 / B 03

 [02084554525](tel:02084554525)  [02084554586](tel:02084554586)  [02084554520](tel:02084554520)

 @Servicestelle.Betreuungsangebote@muelheim-ruhr.de

 <https://www.muelheim-ruhr.de/kindertagespflege>

Kita (Kindertageseinrichtung)

In Deutschland gibt es zwei öffentliche Möglichkeiten für die Kinderbetreuung. Entweder in der Kindertagespflege oder in einer Kita (auch: Kindertageseinrichtung oder Kindergarten).

Kita (Kindertageseinrichtung)

Kinder im Alter von 0-6 Jahren werden in einer Kita betreut. Verteilt über das Stadtgebiet Mülheim gibt es circa 89 Kitas in unterschiedlicher Trägerschaft, mit unterschiedlichen Betreuungsschwerpunkten, Altersgruppen und Betreuungszeiten. Informieren Sie sich über die jeweilige Kita.

Es ist wichtig, Ihr Kind in einer Kita anzumelden. In der Kita lernt das Kind, Konflikte zu lösen und sich in verschiedenen Situationen mit anderen Kindern zurechtzufinden. Die sprachlichen Fähigkeiten des Kindes werden besser. Die Kinder sprechen und spielen viel miteinander. Hier können die Kinder erste Erfahrungen mit der deutschen Sprache sammeln und jeden Tag Neues lernen und entdecken.

Dafür bieten die Kitas ein vielfältiges Angebot, das die Kinder in ihrer individuellen Entwicklung fördert. So wird in den Kitas viel gemeinsam gespielt, gelacht, geturnt, gesungen

und vieles mehr. Im gemeinsamen Kontakt mit anderen Kindern lernen die Kinder Rücksicht zu üben, sich Gleichaltrigen gegenüber zu behaupten und trainieren ihre sprachlichen Fähigkeiten. Gleichzeitig sind die Kinder damit optimal auf die Schule vorbereitet.

💡 Ein neues Kindergartenjahr beginnt jedes Jahr im August, wenn viele Kinder in die Schule gewechselt haben. Die freien Plätze im Kindergarten werden dann an neue Kinder vergeben.

Kindertagespflege

Für sehr junge Kinder kann es manchmal besser sein, in die Kindertagespflege zu gehen. Dort kümmert sich eine Tagesmutter oder ein Tagesvater um die Kinder in kleinen Gruppen von maximal 5 Kindern. Hier zum Kapitel [Kindertagespflege](#).

Kosten

Für die Betreuung Ihrer Kinder in der Kindertagespflege oder der Kindertageseinrichtung müssen Sie jeden Monat einen bestimmten Beitrag zahlen. 💡 Sollten Sie nicht über Einkommen oder nur über ein geringes Einkommen verfügen, sind Sie wahrscheinlich von diesem Beitrag befreit. Weitere Informationen erhalten Sie bei dem Aufnahmegespräch mit Ihrer Kita.

Anmeldung

🌐 [Hier](#) finden Sie einen Überblick über alle Einrichtungen.

💡 Sie können Ihr Kind [online](#) anmelden. Eine Anmeldung ist das ganze Jahr möglich. Für einen Platz im nächsten Jahr melden Sie Ihr Kind am besten bis zum November online an. Eine Anleitung für das Online Portal finden Sie bald hier.

Ansprechpartner bei Fragen:

✉️ @kinderbetreuung@muelheim-ruhr.de

☎️ [+49 \(0\) 2084554555](tel:+49(0)2084554555)

Mehrsprachige Familien

Sprache lernen

Kinder lernen spielerisch. Die deutsche Sprache und auch die Muttersprache sind wichtig für Kinder. In dem Kapitel [Kinder lernen Deutsch \(Angebote für mehrsprachige Familien\)](#) finden Sie verschiedene Angebote. Diese fördern die Kinder. Familien nehmen teil in netter Atmosphäre. Einen kleinen Einblick erhalten Sie in diesem [🌐 Video](#).

Kindern vorlesen

Hier finden Sie [🌐 Vorlesegeschichten](#) für Kinder und Eltern. Noch mehr Lesestoff gibt es in der Stadtbibliothek im MedienHaus. Und in den Bibliotheken der Stadtteile. Die Mitarbeiter der Bibliothek helfen gerne bei der Auswahl.

Sprachtest Delfin 4

Ihr Kind geht nicht in eine Kita (Kindergarten) oder zu einer Tagesmutter? In Deutschland nehmen diese Kinder mit 4 Jahren am Sprachtest "Delfin 4" teil. Informationen zu diesem Test (in arabisch, englisch, farsi, rumänisch, russisch, türkisch und ukrainisch) finden Sie hier  [Flyer](#).

MH/0/25

 Auf der Seite [MH025.de](https://mh025.de) finden Sie Angebote für Familien, Kinder und Jugendliche. Zum Beispiel in der Kategorie "Sprache".

Schule für Kinder von 6 bis 18 Jahren

Allgemeines zur Schule

Schulpflicht

Alle Kinder in Deutschland haben die Möglichkeit und das Recht eine Schule zu besuchen. In Deutschland gilt die allgemeine Schulpflicht. Das bedeutet, dass in Deutschland alle Kinder ab 6 Jahren in die Schule gehen müssen. Die Eltern und Erziehenden der Kinder haben die Pflicht dafür zu sorgen, dass die Kinder die Schule regelmäßig besuchen.

Die Dauer der Schulpflicht beträgt zwölf Jahre, davon sind neun Jahre Schulpflicht Vollzeit (allgemeine Schulpflicht) und drei Jahre Schulpflicht Teilzeit (Pflicht Berufsschule). Wenn junge Menschen keine Berufsausbildung machen und auch andere Schule besuchen, beträgt die Schulpflicht zehn Jahre. Die Schulpflicht endet mit Vollendung des 18. Lebensjahres, falls kein Ausbildungsverhältnis besteht.

Eltern erhalten von der Schule oft schriftliche Informationen, die ihre Kinder mit nach Hause bringen. Es ist wichtig, dass Sie diese Informationen lesen.

Anmeldung für eine Schule

Wenn Ihr Kind schulpflichtig wird, erhalten Sie eine schriftliche Aufforderung von der Stadt Mülheim, Ihr Kind für die Grundschule anzumelden. Nähere Informationen zum Anmeldeprozess erhalten Sie  [hier](#).

Wenn Sie aber aus dem Ausland nach Deutschland zuwandern und Ihr Kind bereits etwas älter ist, vermutlich auch im Ausland bereits zur Schule gegangen ist, dann ist die Situation etwas anders. In diesem Fall müssen Sie sich beim Kommunalen Integrationszentrum (KI) für eine Seiteneinsteigerberatung melden. Diese Seiteneinsteigerberatung beinhaltet eine schulische Erstberatung und die Vermittlung eines Schulplatz.

Unter [Erstberatung und Vermittlung Schulplatz](#) finden Sie weitere Informationen und Kontaktdaten.

Anerkennung ausländischer Schulabschlüsse

Die Anerkennung schulischer Leistungen, die im Ausland erbracht wurden, beschränkt sich auf die Anerkennung von Schulabschlüssen. Nähere Informationen hierzu finden Sie im Kapitel [Anerkennung ausländischer Bildungsabschlüsse](#).

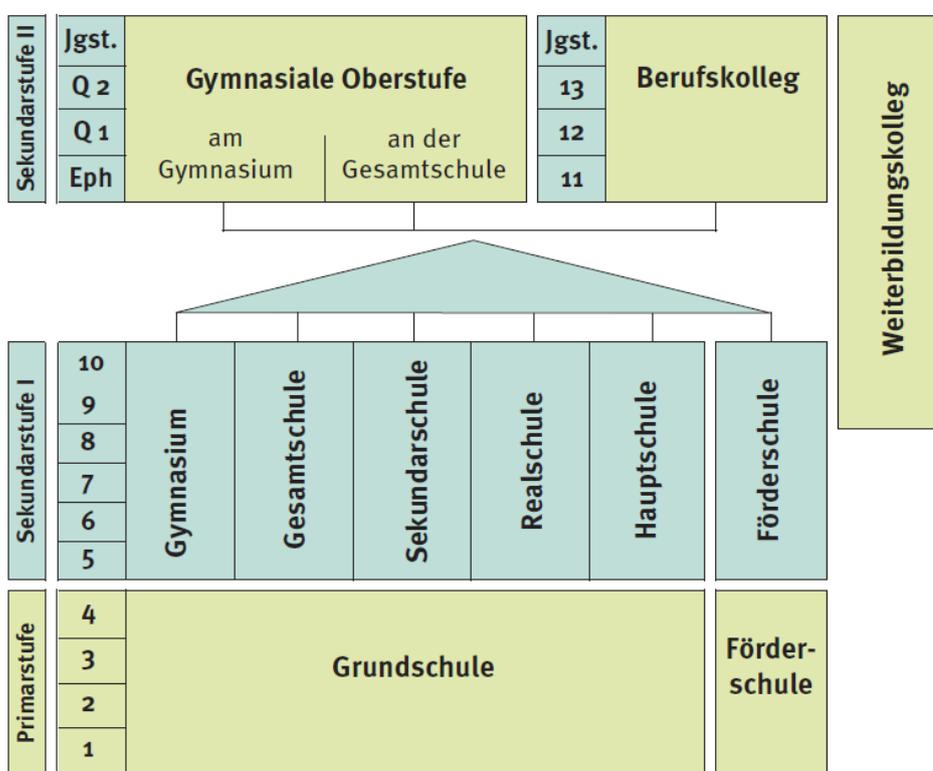
Krankmeldung

Sollte Ihr Kind krank sein, melden Sie dies morgens sofort beim Sekretariat der jeweiligen Schule. In der Regel ist es in Ordnung, wenn Sie ihr Kind selbst krank melden. Sie geben eine handschriftliche Krankmeldung zum nächsten Schultag mit. Falls die Schule ein ärztliches Attest benötigt, wird der Lehrer Sie direkt darum bitten.

Schulsystem in Nordrhein Westfalen

In Deutschland gibt es viele verschiedene Schulen. Das Schulsystem in Deutschland ist komplex. Jedes Bundesland hat eigene Regeln.

Das Schulsystem in Nordrhein-Westfalen



Grundschule (Grundschule)

Alle Kinder gehen zuerst in die Grundschule. Das ist für die Klassen 1 bis 4. Dort lernen sie lesen, schreiben und rechnen. Außerdem lernen sie, gut miteinander umzugehen.

Realschule (Realschule)

Nach der Grundschule können manche Kinder auf die Realschule gehen. Das sind die Klassen 5 bis 10. Hier lernen sie Sachen, die sie für einen Beruf brauchen. Sie können später eine Ausbildung machen oder weiter zur Schule gehen.

Gymnasium (Gymnasium)

Andere Kinder gehen nach der Grundschule auf das Gymnasium. Das Gymnasium dauert länger und bereitet auf eine anspruchsvolle Berufsausbildung oder auf ein Studium an einer Hochschule/Universität vor.

Berufskolleg (Berufskolleg)

Wenn jemand nach der Schule noch mehr über einen Beruf lernen möchte, kann er auf das Berufskolleg gehen. Dort lernt man viel Praktisches und kann auch Schulabschlüsse nachholen.

Es gibt auch Filme und Infos in vielen Sprachen, die das alles erklären.

 [Wohin nach der Grundschule?](#)

 [Flyer Schulsystem NRW](#) (in Arabisch, Bulgarisch, Englisch, Französisch, Griechisch, Polnisch, Rumänisch, Russisch, Spanisch, Türkisch und Ukrainisch)

Erstberatung und Vermittlung Schulplatz

Sie sind neu in Deutschland? Ihr Kind benötigt einen Platz in der Schule. Hier erhalten Sie eine erste Beratung. Hier wird ein Schulplatz für Kinder und Jugendliche vermittelt. Die Beratung findet statt im Kommunalen Integrationszentrum (KI). Eltern kommen mit ihrem schulpflichtigen Kind für ein persönliches Gespräch in das KI.

 Die Beratung ist kostenlos. Die Mitarbeiter können in Deutsch, Englisch, Bosnisch, Rumänisch und Türkisch beraten. Für andere Sprachen können Dolmetscher hinzugezogen werden.

 Schreiben Sie uns eine E-Mail. Gerne auch in Ihrer Familiensprache.

 Kommunales Integrationszentrum

Heinrich-Melzer-Str.1, 45468 Mülheim an der Ruhr

 Frau Zeh  Frau Kesici  Frau Brinker

 [+49 \(0\) 2084554775](tel:+4902084554775)  [+49 \(0\) 2084554788](tel:+4902084554788)  [0208/4554569](tel:02084554569)

 [@giuletta.zeh@muehheim-ruhr.de](mailto:giuletta.zeh@muehheim-ruhr.de)  [@eda.kesici@muehheim-ruhr.de](mailto:eda.kesici@muehheim-ruhr.de) 

Kira.Brinker@muehheim-ruhr.de

 Sprechzeiten: montags 9:00 bis 11:00 Uhr, dienstags 14:00 bis 16:00 Uhr, mittwochs 9:00 bis 11:00 Uhr, donnerstags 9:00 bis 11:00 Uhr und freitags nach vorheriger Terminvereinbarung.

Schlagworte: Seiteneinstiegsberatung, Seiteneinsteigerberatung, Seiteneinsteiger:innenberatung

Hilfen für Familien

KSD - Kommunaler Sozialer Dienst

Braucht ihr Hilfe oder Unterstützung?

Der Kommunale Soziale Dienst (KSD) hilft Familien und Kindern. Er unterstützt Eltern dabei, gut für ihre Kinder zu sorgen. Der KSD macht Angebote, die Familien das Leben leichter machen sollen. Das Ziel ist, dass Kinder und Familien glücklich und sicher zusammenleben können.

Was macht der KSD?

- Er gibt Informationen und berät Familien.
- Er hilft Jugendlichen, die Probleme haben.
- Er möchte, dass alle Kinder und Familien in einer freundlichen Umgebung aufwachsen.

Wer kann zum KSD gehen?

- Jeder kann sich beim KSD melden.
- Bist du ein Kind oder Jugendlicher und hast ein Problem? Der KSD ist für dich da.
- Jeder, der sich Sorgen um ein Kind oder Jugendlichen macht.
- Eltern.
- Wenn du in einer schwierigen Lage bist, kannst du dich an den KSD wenden.

Der KSD hilft bei vielen Themen:

- Probleme in der Familie oder mit Freunden.
- Pflegefamilien und Adoption.
- Wenn Jugendliche mit dem Gesetz in Konflikt geraten.
- Hilfe für junge Erwachsene, die Unterstützung brauchen.
- Beratung bei Schwangerschaften.
- Service Familienbesuch

Kontakt

 [Website](#)

Hier finden Sie Ansprechpartner je nach **Stadtbezirk**:

Stadtmitte/ Eppinghofen

 Fabian Ott

 [+49 \(0\) 2084555155](tel:+49(0)2084555155)

 [@fabian.ott@muehheim-ruhr.de](mailto:fabian.ott@muehheim-ruhr.de)

 Ruhrstraße 1, 45468 Mülheim

Heißen/ Heimaterde/ Fulerum/ Raadt

 Janina Hölscher

 [+49 \(0\) 2084555021](tel:+49(0)2084555021)

 [@Janina.Hoelscher@muehheim-ruhr.de](mailto:Janina.Hoelscher@muehheim-ruhr.de)

 Ruhrstraße 1, 45468 Mülheim

Styrum

 Alexandra Denz

 [+49 \(0\) 2084555440](tel:+49(0)2084555440)
[@alexandra.denz@muellheim-ruhr.de](mailto:alexandra.denz@muellheim-ruhr.de)
 Kaiser-Wilhelm-Straße 27, 45476

Dümpfen/ Winkhausen

 Veronika Kluger
 [+49 \(0\) 2084555132](tel:+49(0)2084555132)
[@Veronika.Kluger@muellheim-ruhr.de](mailto:Veronika.Kluger@muellheim-ruhr.de)
 Ruhrstraße 1, 45468 Mülheim

Speldorf/ Broich/ Saarn/ Selbeck/ Mintard

 Meike Rubbert
 [+49 \(0\) 2084555157](tel:+49(0)2084555157)
[@Meike.Rubbert@muellheim-ruhr.de](mailto:Meike.Rubbert@muellheim-ruhr.de)
 Bülowstraße 104-110, 45479 Mülheim

Erziehungsberatungsstellen

"In unserer Familie stimmt etwas nicht. Wer kann uns helfen?"

"Ich mache mir Sorgen um die Entwicklung meines Kindes!"

"Mein Kind hört nicht!"

"Meine Eltern streiten sich ständig ..."

Diese oder ähnliche Fragen beschäftigen Sie häufig? Vielleicht kann eine Beratungsstelle Sie unterstützen.

Themen

- soziale Probleme, aggressives Verhalten und Auffälligkeiten in der Entwicklung des Kindes
- Trennung der Eltern
- Eltern sind unsicher oder uneins in Erziehungsfragen
- die Familie steckt in einer Krise
- ...

Für wen?

- Familien
- Eltern
- Alleinerziehende
- Kinder und Jugendliche
- junge Erwachsene (bis 27 Jahre)
- pädagogische Fachkräfte

Sie haben Fragen zu Erziehung und Zusammenleben in der Familie? Beratungsstellen unterstützen und beraten Sie. Die Angebote richten sich an Eltern und Erziehende. Sie richten sich auch an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene.

Die Beratung unterstützt bei Problemen und Krisen. Sie berät zu Fragen der Entwicklung und Erziehung und zu Veränderungen in der Familie. Sie bietet auch Orientierung und Beratung bei Fragen zur Trennung und Scheidung.

💡 Die Beratung ist kostenlos. Die Beratung ist unabhängig von Religion und von Nationalität. Die Beratung ist vertraulich und auf Wunsch anonym. Die Beratung ist freiwillig.

In Mülheim gibt es Erziehungsberatungsstellen von unterschiedlichen Trägern. Hier können Sie sich informieren und Kontakt aufnehmen:

 [Caritas Beratungsstelle](#)

 [Evangelische Beratungsstelle](#)

 [Stadt Mülheim Beratungsstelle](#)

Frühförderung

Sie machen sich Sorgen, um die Entwicklung Ihres Kindes? Andere gleichaltrige Kinder entwickeln sich schneller? Sie merken vielleicht:

- Ihrem Kind fällt es schwer zu laufen, zu hüpfen oder das Gleichgewicht zu halten.
- Das Kind hat Schwierigkeiten, auf dem Spielplatz zu spielen. Es streitet sich oft mit anderen Kindern.
- Es gibt Probleme, Ihre Sprache zu lernen.

Vielleicht braucht dein Kind ein bisschen Unterstützung, damit es besser lernen und sich entwickeln kann. Das nennt man Frühförderung.

💡 Sprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt oder Ihrer Kinderärztin. Sie können helfen und die Frühförderung verschreiben. So bekommt Ihr Kind die Unterstützung, die es braucht, um gut in die Schule zu starten.

Was ist Frühförderung?

Frühförderung hilft Kindern, die mehr Unterstützung brauchen – ab der Geburt bis zur Schule. Das Angebot ist für Kinder, die eine Behinderung haben oder sich langsamer entwickeln als andere Kinder.

Was wird gemacht?

- Kinder können sprechen lernen oder sich bewegen (krabbeln, laufen, klettern) lernen.
- Es gibt Therapien wie Heilpädagogik, Physiotherapie, Ergotherapie und Sprachtherapie.
- Fachleute wie Ärzte und Ärztinnen, Therapeuten und Therapeutinnen helfen dabei.

 Das Team besteht aus Fachkräften der Medizin, Heilpädagogik, Physiotherapie, Ergotherapie, Sprachtherapie und Psychologie.

 Hier erhalten Sie einen Einblick: [Video](#).

💡 Um das Angebot wahrnehmen zu können, muss der Kinderarzt oder die Kinderärztin eine Verordnung über die Diagnostik IFF (Interdisziplinäre Frühförderung) ausstellen.

📍 Interdisziplinäres Frühförderzentrum
Heinrich-Melzer-Straße 1, 45468 Mülheim

👤 Sekretariat, Frau Bianca Woschei

☎️ [+49 \(0\) 2084555388](tel:+4902084555388)

📞 telefonisch erreichbar montags bis donnerstags in der Zeit von 8.00 bis 12.30 Uhr

Anlaufstelle für Alleinerziehende

Plötzlich alleinerziehend zu sein bedeutet eine Umorientierung im Lebensalltag. Das bedeutet viele Fragen, manchmal auch Ängste und Probleme. Es ist nicht immer einfach. Berufliche und finanzielle Verpflichtungen, Betreuung und Erziehung der Kinder und vielen alltäglichen Sorgen können überfordern.

Bei uns erhalten Sie eine einfache und kostenlose Erstberatung! Wir beraten Sie zu allen Fragen rund ums Thema „Alleinerziehend“. Wir informieren Sie über Hilfen und Unterstützungsmöglichkeiten. Wir vermitteln an passgenaue Stellen. Mit uns können Sie in Ruhe besprechen, was Ihnen auf der Seele brennt. Gemeinsam suchen wir nach Lösungsmöglichkeiten.

👥 Die Beratung richtet sich an Mülheimer Allein- und Getrennterziehende, an Mütter und Väter, die (künftig) alleinerziehend sind, an Schwangere, die alleinerziehend sein werden und an Angehörige.

💡 Wir informieren, beraten und vernetzen.

📞 Offene Sprechstunde (ohne Termin): Dienstag und Donnerstag von 10 bis 12 Uhr. Und individuell nach telefonischer Vereinbarung!

📍 Anlaufstelle für Alleinerziehende

Löhberg 72, 1. Etage

45468 Mülheim an der Ruhr

☎️ [+49 \(0\) 2084551547](tel:+4902084551547) ☎️ [+49 \(0\) 2084551548](tel:+4902084551548)

✉️ [@alleinerziehend@muelheim-ruhr.de](mailto:alleinerziehend@muelheim-ruhr.de)

🗺️ [Wegweiser für Alleinerziehende](#)

Finanzielle Leistungen Familie

Elterngeld

Manche Eltern arbeiten nach der Geburt ihres Kindes weniger. Manchen wollen nicht mehr so viel arbeiten. Andere können nicht mehr so viel arbeiten. Sie können dann Geld von der Regierung bekommen. Auch getrennt lebende Elternteile können das Elterngeld in Anspruch nehmen. Sie können Elterngeld beantragen, wenn sie eine Niederlassungserlaubnis oder Aufenthaltserlaubnis in Deutschland haben. Genauere Informationen finden Sie 🌐 [hier](#) (in Deutsch, Englisch, Türkisch und Russisch).

Sie können Elterngeld bei dem Amt für Soziales und Wohnen der **Stadt Essen** beantragen. Weitere Informationen, Formulare und Kontaktdaten finden Sie 🌐 [hier](#).

Kindergeld

Alle Eltern mit Niederlassungserlaubnis oder Aufenthaltserlaubnis in Deutschland haben Anspruch auf Kindergeld. Sie müssen das Kindergeld selbst bei der Agentur für Arbeit beantragen. Diese zahlt das Kindergeld für jedes Kind ab der Geburt bis mindestens zum 18. Lebensjahr aus. Genauere Informationen in Deutsch, Englisch, Türkisch und Russisch finden Sie  [hier](#).

Den Antrag und Erklärungen zum Kindergeld finden Sie  [hier online](#) in 15 Sprachen. Reichen Sie ihn bei der Familienkasse Nordrhein Westfalen Nord ein.  [Kontaktdaten](#).

Paket für Bildung und Teilhabe (BuT)

Das Paket für Bildung und Teilhabe (BuT) fördert Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus Familien, die SGB II, SGB XII, Wohngeld, Kinderzuschlag oder Leistungen nach dem Leistungsgesetz Asylbewerber (AsylbIG) beziehen.

Sie können Unterstützung beantragen für:

- eintägige Ausflüge in Schule und Kindergarten
- mehrtägige Klassenfahrten
- persönlicher Schulbedarf
- Schülerbeförderung
- Lernförderung (= Nachhilfe)
- Zuschuss zum Mittagessen
- Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben

 Sozialagentur der Stadt Mülheim an der Ruhr (Jobcenter)
Empfang Easy Tower
Eppinghofer Straße 50, 45468 Mülheim an der Ruhr

 [+49 \(0\) 2084552900](tel:+4902084552900)

 [@bildungspaket@muehlem-ruhr.de](mailto:bildungspaket@muehlem-ruhr.de)

 Bitte machen Sie vor Ihrem Besuch einen Termin aus.

 [Hier](#) erhalten Sie weitere Informationen zum Paket für Bildung und Teilhabe.

Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge

Eine geflüchtete Person ist unter 18 Jahren? Sie ist ganz ohne Begleitung nach Deutschland eingereist? Dann gilt sie als unbegleiteter minderjähriger Ausländer = umA. Diese Jugendlichen werden dem Jugendamt gemeldet. Das Jugendamt spricht mit den Jugendlichen. Das Jugendamt stellt ihr Alter fest.

- Die Person ist unter 18 Jahre alt. Dann ist die Person minderjährig. Das Jugendamt kümmert sich um diese Person. Das Jugendamt bringt die Person in eine Unterkunft für Jugendliche.
- Die Person ist über 18 Jahre alt. Dann ist die Person volljährig. Sie erhält einen Ablehnungsbescheid. Alternativ wird sie als erwachsene Person behandelt.

 Zu dem Gespräch bringt das Jugendamt einen Dolmetscher oder eine Dolmetscherin mit.

💡 Sie sind auf Ihrem Ankunftsnachweis noch nicht 18 Jahre alt? Das Jugendamt gibt Ihnen einen Ablehnungsbescheid? Dann muss das Jugendamt auf dem Bescheid ein neues Geburtsdatum eintragen. Nur dann können Sie Ihre Dokumente bei der Ausländerbehörde und beim Sozialamt ändern lassen.

Manche Minderjährige (Personen unter 18 Jahren) reisen **mit Verwandten** ein. Dies könnte ein Onkel oder eine Tante sein. Es könnten Cousins oder ältere Geschwister sein. Das meldet Ihre Unterkunftsbetreuung dem Jugendamt nach Ihrer Ankunft. Das Jugendamt spricht mit der oder dem Minderjährigen und den volljährigen Verwandten. Das Jugendamt prüft, ob die oder der Minderjährige dort bleiben kann. Außerdem entscheidet das Jugendamt, ob ein Vormund eingesetzt wird. Das Jugendamt bringt zu dem Gespräch selbst einen Dolmetscher oder eine Dolmetscherin mit.

💡 Die volljährigen Verwandten können auch selbst beim Familiengericht einen Antrag auf Vormundschaft stellen. Der oder die Verwandte bekommt mit der Vormundschaft die volle Verantwortung für den Minderjährigen oder die Minderjährige an Stelle der Eltern.

Alltag

Wohnen

Miete und Mietvertrag

Sie haben eine Wohnung gefunden. Herzlichen Glückwunsch. Diese Wohnung mieten Sie von einer Person. Diese Person ist Ihr Vermieter oder Ihre Vermieterin. Mit dieser Person schließen Sie einen Vertrag. Der Vertrag sagt, dass Sie in der Wohnung wohnen dürfen. Er heißt Mietvertrag. Der Mietvertrag regelt die Rechte und Pflichten. Sie haben Rechte und Pflichten. Und Ihr Vermieter oder Ihre Vermieterin hat Rechte und Pflichten. Sie müssen zum Beispiel jeden Monat Geld bezahlen. Das ist die Miete. Ihr Vermieter oder Ihre Vermieterin muss Ihnen die Wohnung überlassen. Er oder sie muss sich auch um Reparaturen an der Wohnung kümmern.

Der Mietvertrag ist ein wichtiges Dokument. In ihm steht der Preis der Wohnung. Dort steht auch, ob Sie in der Wohnung rauchen oder Wäsche waschen dürfen. Alles ist in dem Vertrag schriftlich festgehalten. Sie verstehen etwas in dem Vertrag nicht? Fragen Sie nach. Am besten, bevor Sie den Vertrag unterschreiben.

Die Miete besteht aus der Nettokaltmiete und den Nebenkosten. Die Nebenkosten zahlen Sie auch jeden Monat. Damit bezahlen Sie laufende Kosten. Unter anderem die Reinigung des Treppenhauses oder die Gartenarbeitskraft. Auch die Müllabfuhr bezahlen Sie damit. Diese Nebenkosten teilen sich alle Bewohner und Bewohnerinnen des Hauses untereinander. Menschen mit einer größeren Wohnung zahlen mehr.

Nur Sie haben einen Schlüssel zu Ihrer Wohnung. Passen Sie gut auf den Schlüssel auf. Sie haben den Schlüssel verloren? Dann muss ein Schlüsseldienst kommen. Ein Schlüsseldienst kann teuer sein. Manchmal braucht der Vermieter oder die Vermieterin Zugang zu Ihrer Wohnung. Manchmal brauchen auch andere Personen Zugang zu Ihrer Wohnung. Dafür müssen Sie über den Besuch informiert werden. Oft passiert dies per Post oder Telefon. Dies kann insbesondere nötig sein, wenn ein Handwerker oder eine Handwerkerin in Ihre Wohnung muss. Sie wollen etwas bei Ihnen reparieren. Oder die Stadtwerke oder Ihr Energieversorger müssen ablesen, wie viel Wasser oder Strom Sie verbraucht haben.

Sie wollen kündigen?

Deutschland schützt mietende und vermietende Personen. Sie können nicht einfach von heute auf morgen kündigen. Sie müssen Ihren Vermieter oder Ihrer Vermieterin mindestens drei Monate vorher schreiben. Machen Sie eine Kündigung immer schriftlich. Lassen Sie sich eine Kündigung bestätigen. Sie brauchen Hilfe? Dann fragen Sie Helfer. Auch der Mieterverein hilft. Da müssen Sie aber Geld zahlen.

Hausordnung

In Städten wohnen oft mehrere Menschen in einem Haus. Damit sie gut zusammen wohnen können, braucht es Regeln. Diese Regeln werden in der Hausordnung festgelegt. Besonders wichtig ist in Deutschland die Ruhezeit. Schauen Sie in Ihre Hausordnung, ab welcher Uhrzeit es ruhig sein muss. Oft ist dies der ganze Sonntag. An den anderen Tagen ist dies oft ab 22 Uhr. Achten Sie darauf, nicht zu laut zu sein. Menschen in der Umgebung sind zu laut? Dann sprechen Sie sie an. Bitten Sie sie, die Musik oder den Fernseher leiser zu stellen.

Wohngeld und WBS

Wohngeld

Sie verdienen wenig Geld. Alle Personen in Ihrem Haushalt verdienen wenig Geld. Unter bestimmten Voraussetzungen haben Sie auch Anspruch auf Wohngeld. Sie und Ihre Familie bekommen Bürgergeld/ Grundsicherung vom Staat? Dann brauchen Sie in der Regel keinen Wohngeldantrag zu stellen.

Sie möchten Wohngeld beantragen? Sie füllen einen Antrag aus. Sie geben Unterlagen ab. Diese Unterlagen sind: eine Mietbescheinigung vom Vermieter, Ihr Mietvertrag, Einkommensnachweise.

Team Wohngeld

📍 Ruhrstr. 1

45468 Mülheim an der Ruhr

🌐 [Website](#)

✉️ @wohngeld@muelheim-ruhr.de

👤 Frau Fuchs 📞 [+49 \(0\) 2084555945](tel:+49(0)2084555945)

Wohnberechtigungsschein (WBS)

Sie verdienen wenig Geld. Alle Personen in Ihrem Haushalt verdienen wenig Geld. Dann können Sie eventuell eine geförderte Wohnung bekommen. Hierzu benötigen Sie einen Wohnberechtigungsschein (WBS).

Einen Wohnberechtigungsschein beantragen Sie in der Stadt, in der Sie gemeldet sind.

Sie haben einen Anerkennungsbescheid des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Dann können Sie grundsätzlich einen WBS erhalten. Wenn Sie einen Aufenthaltstitel von mindestens 1 Jahr haben und ein eigenes (geringes) Einkommen haben, könnten sie einen WBS bekommen.

Zentrale Wohnungsfachstelle

 Herr Kalla

 Ruhrstraße 1

45468 Mülheim an der Ruhr

 [Website](#)

 wohnungsfachstelle@muehheim-ruhr.de

 [0208/4556425](tel:0208/4556425)

 Bitte Termin vereinbaren.

Mülltrennung und Pfand

Mülltrennung bedeutet, dass unterschiedliche Sorten von Abfall getrennt gesammelt und verwertet werden. In Deutschland beginnt die Mülltrennung direkt beim Verbraucher. Das heißt, dass jeder Haushalt seinen Müll selbst sortieren und in verschiedene Tonnen und Container werfen muss. Ein Großteil des Mülls in Deutschland wird recycelt und kompostiert, wodurch Ressourcen geschont werden und die Umwelt geschützt wird. Grundsätzlich gilt: Müll zu vermeiden ist immer noch der einfachste Weg, etwas gegen die wachsenden Müllberge zu unternehmen.

Wenn Sie etwas in die falsche Tonne werfen, müssen die Mitarbeitenden oder Sortieranlagen in den Wertstoff- und Recyclinghöfen nachsortieren. Wenn wir alle richtig trennen, vermeiden wir diesen Aufwand, senken die Kosten und tun etwas für die Umwelt.

Wann werden Ihre Tonnen geleert? Termine finden Sie im Kalender.  [Kalender Abfall](#)

Sperrmüll

Sie haben zuhause ausgemistet? Sie möchten sperrige Gegenstände wie zum Beispiel alte Möbel, Metallschrott oder Elektrogeräte loswerden? Kein Problem: Melden Sie Ihren Sperrmüll an. Die angemeldeten Gegenstände werden abgeholt. Sie stellen den Sperrmüll am Vortag verkehrssicher am Straßenrand bereit.

 [Flyer Informationen](#) ( in neun verschiedenen Sprachen!)

 [Anmeldung Sperrmüll](#)

 [+49 \(0\) 208996600](tel:+49(0)208996600)

Was kommt in welche Tonne?

Die Mülltonnen in Deutschland haben verschiedene Farben. Die Farben zeigen Ihnen, welcher Müll in welche Tonne darf. In großen Städten stehen die Mülltonnen oft direkt beim Haus. Auf dem Land müssen Sie eventuell zu einem Wertstoff- oder Recyclinghof fahren, um alle Tonnen zu finden. Oder sie warten auf den nächsten Abholtermin für bestimmten Müll. In der Zwischenzeit lagern Sie den Müll zum Beispiel in Ihrer Garage oder im Keller. Wann welcher Müll abgeholt wird, erfahren Sie im sogenannten „Abfallkalender“, den Sie jedes Jahr in Ihrem Briefkasten finden oder im Rathaus abholen können.

 In jede Tonne darf nur bestimmter Müll geworfen werden! Alle Informationen im Überblick:  [Flyer](#)

Noch was unklar? Bei Fragen kontaktieren Sie die Abfallberater.

 [+49 \(0\) 208996600](tel:+49(0)208996600)  buergerservice@mheg.de

Muss ich den Müll trennen?

Ja, Mülltrennung ist in Deutschland Pflicht. Alle müssen ihren Müll richtig trennen und in die richtigen Tonnen werfen. Wenn Sie sich nicht an die Regeln zu Mülltrennung halten, kann Ihr Vermieter oder Ihre Vermieterin Sie abmahnen. Wenn Sie Ihr Verhalten dann nicht ändern, können Sie sogar Ihre Wohnung verlieren. Außerdem wird Ihr Vermieter oder Ihre Vermieterin Ihnen die durch die falsche Mülltrennung entstehenden Kosten in Rechnung stellen. Wenn Sie ein eigenes Haus haben, steigt durch falsche Mülltrennung Ihre Rechnung für die Müllentsorgung. Falsche Mülltrennung ist zudem eine Ordnungswidrigkeit. Wenn Sie erwischt werden, müssen Sie eine Geldstrafe bezahlen. Wenn Sie wiederholt Müll nicht oder falsch trennen, kann diese Geldstrafe sogar mehrere hundert oder tausend Euro betragen.

Was muss ich über "Pfand" wissen?

In Deutschland gibt es eine sogenannte „Pfandpflicht“ für bestimmte Getränkeverpackungen. Wenn Sie Plastik- und Glasflaschen oder Getränkedosen im Supermarkt kaufen, bezahlen Sie dafür einige Cent mehr. Wenn Sie diese später leer an der Leergutannahmestelle in einem Supermarkt (meistens ein Automat) zurückgeben, bekommen Sie dieses Geld zurück. Das nennt man „Pfand“. Es gibt zwei verschiedene Arten dieser speziellen Flaschen:

Auf **Einwegflaschen** (die recycelt werden) finden Sie ein viereckiges Zeichen mit einer Dose und einer Flasche, die von einem Pfeil umschlungen sind. Das ist das Logo der Deutschen Pfand-System GmbH. Auf Flaschen oder Dosen mit solch einem Symbol erhalten Sie 25 Cent Pfand zurück.

Auf **Mehrwegflaschen** (die gewaschen und wieder befüllt werden) finden Sie entweder gar keine Kennzeichnung, einen „blauen Engel“ oder das Wort „Mehrweg(-Flasche)“, „Leihflasche“ oder „Pfandflasche“. Für Mehrwegflaschen erhalten Sie 15 Cent Pfand zurück. Bei Bierflaschen sind es 8 Cent.

💡 Getränkekartons sind pfandfrei.

💡 Wenn Sie selbst keine Zeit oder Lust haben, Ihre Pfandflaschen zurückzubringen, können Sie sie auch gut sichtbar neben einem Abfalleimer auf der Straße stellen. Es gibt viele Leute in Deutschland, die diese Flaschen sammeln und sich so ein bisschen Geld dazuverdienen.

Energie und Umwelt

Sie brauchen Gas und Strom für Ihre Wohnung. Damit betreiben Sie verschiedene Geräte. Wahrscheinlich kochen Sie mit Strom oder Gas. Ihre Waschmaschine braucht auch Strom. Und Ihr Handy sowieso. Dabei verbrauchen manche Geräte mehr als andere. Darum sollten Sie beim Neukauf auch immer auf den Energieverbrauch achten. Viele Geräte entnehmen im Standby-Modus sogar noch Strom, obwohl sie eigentlich ausgeschaltet sind. Das beste Gegenmittel ist eine schaltbare Steckerleiste. Mit einem Klick sind dann gleich mehrere Geräte vom Stromnetz getrennt.

Bei vielen Häusern funktioniert die Heizung mit Gas. Oft zahlen Sie monatlich im Voraus an Ihren Versorger. Dann wird einmal im Jahr nachgerechnet. Manchmal müssen Sie nachzahlen. Manchmal bekommen Sie Geld zurück. Wenn Strom und Gas teuer sind, lohnt es sich, jeden Monat Geld zu sparen. Dann haben Sie genug Geld, wenn Sie etwas nachzahlen müssen.

💡 Wenn Sie sparsam mit der Energie umgehen, sparen Sie Geld. Außerdem ist es für die Umwelt gut. Wie Sie richtig heizen, lüften und Energie sparen, lesen Sie auch [hier](#).

Wasser brauchen Sie vor allem im Badezimmer. Aber auch in der Küche, zum Kochen und Abwaschen. Wasser sparen lohnt sich gleich mehrfach. Sie zahlen dann weniger für das Wasser, Abwasser und auch die Energie zum Erwärmen des Wassers.

💡 Tipps zum Wassersparen: Einen Sparduschkopf einbauen. Lieber duschen, statt baden. Tropfende Wasserhähne reparieren. Eine Spülstopp-Taste in der Toilette einbauen.

Weitere Tipps und nützliches Wissen finden Sie bei der [Verbraucherzentrale](#).

Neukauf von Geräten

Achten Sie bei dem Kauf neuer Geräte immer auf das Energielabel. Dieses zeigt Ihnen, wie effizient das neue Gerät ist. Das Energielabel befindet sich auf verschiedensten Produkten. Beispielsweise auf Leuchtmitteln, Waschmaschinen, Fernsehern oder Heizungen. Mit Energieeffizienzklassen und Angaben zu Produkteigenschaften wie Strom- und Wasserverbrauch oder Lautstärke lassen sich verschiedene Geräte gut vergleichen. Energieeffiziente Geräte können mehrere hundert Euro pro Jahr sparen.

💡 Es gibt eine App für das Energielabel. Sie hilft, energierelevante Informationen ausgewählter Produkte miteinander zu vergleichen. Die App gibt weitere Hinweise zu der effizienten Nutzung der Geräte. Die App ist auf Deutsch und Englisch in [Google Play](#) und dem [Apple App Store](#) kostenlos verfügbar.

Rundfunkgebühren

Unabhängige Berichterstattung ist sehr wichtig. In Deutschland gibt es unabhängiges Radio, Fernsehen und Onlineangebote. ARD, ZDF und Deutschlandradio bieten dies an. Sie berichten frei von wirtschaftlichen und politischen Einflüssen. Dafür bezahlen alle Menschen zusammen Geld. Das heißt Rundfunkbeitrag.

Das Gesetz legt fest: Für jede Wohnung muss in Deutschland ein Rundfunkbeitrag gezahlt werden. Pro Wohnung muss aber nur eine Person den Rundfunkbeitrag zahlen. Das kostet 18,36 € im Monat. Das Geld muss an den Beitragsservice von ARD, ZDF und Deutschlandradio bezahlt werden. Weitere Informationen finden Sie in folgendem [Informationsblatt](#). Hier in [leichter Sprache](#). Alternativ auf der [Website des Rundfunkbeitrags](#). Die Webseite ist in mehreren Sprachen verfügbar.

Manche Menschen können sich von der Zahlung befreien lassen. Zum Beispiel, wenn Sie Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz oder andere Sozialleistungen bekommen. Für die Befreiung vom Rundfunkbeitrag muss ein Antrag gestellt werden.

Den Antrag auf Befreiung finden Sie [hier](#).

Finanzielles und Verträge

Grundlegendes zu Verträgen

Besonders wichtig: Sie haben etwas nicht verstanden? Sie können das Dokument nicht lesen? Dann unterschreiben Sie nichts. Ein unterschriebener Vertrag verpflichtet Sie oft zu der Zahlung von Geld. Es ist manchmal sehr schwierig, das wieder rückgängig zu machen. Prüfen und vergleichen Sie immer mehrere Angebote. Entscheiden Sie sich in Ruhe. Lassen Sie sich von keiner Person zu einer Unterschrift drängen.

Versicherungen

Sozialversicherungen

In Deutschland gibt es fünf gesetzliche Versicherungen. Diese Versicherungen müssen Sie haben. Dieses Sozialversicherungssystem schützt Sie gegen Arbeitslosigkeit, Krankheit, Pflegebedürftigkeit, Betriebsunfälle und im Alter. Bei der Renten-, Unfall-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung sind Sie automatisch versichert. Dort haben Sie keine Auswahlmöglichkeit. Bei der Krankenversicherung können Sie aus einer Vielzahl von Krankenkassen auswählen. Mehr dazu lernen Sie [hier](#).

Zusatzversicherungen

Es gibt noch sehr viele weitere Versicherungen in Deutschland. Ob eine Versicherung für Sie sinnvoll ist, kann man nicht pauschal sagen. Die meisten sichern Sie gegen finanzielle Risiken ab. Die [Verbraucherzentrale](#) informiert über diese zusätzlichen Versicherungen. Sie finden auch Informationen zu Fragen rund um die Versicherungen. Die wichtigste ist die Haftpflichtversicherung. Diese sollten Sie auf jeden Fall haben.

Haftpflichtversicherung

Sie haben einer Person ohne Absicht einen Schaden zugefügt? Dies kann ein Verkehrsunfall sein. Oder Ihr Kind hat eine Fensterscheibe mit einem Ball kaputt gemacht. Dann müssen Sie in Deutschland nach dem Gesetz Schadenersatz bezahlen. Das gilt für Personenschäden, Sachschäden und Vermögensschäden im privaten Bereich.

In Deutschland können Sie eine private Haftpflichtversicherung abschließen. Die Versicherung bezahlt diese Schäden für Sie und Ihre Familie/Kinder. Sie können selbst entscheiden, ob Sie diese Versicherung abschließen möchten. Wir empfehlen es Ihnen aber dringend.

🗨️ Sie suchen ein gutes Angebot für eine private Haftpflichtversicherung? Fragen Sie in Ihrem Helferkreis nach. Die [Verbraucherzentrale](#) informiert auch zu diesem Thema.

Mobiltelefon

Der Mobilfunkmarkt ist in Deutschland sehr groß. Es gibt viele Anbieter und viele verschiedene Verträge und Kosten. Generell gibt es in Deutschland zwei verschiedene Handyverträge: **Prepaid-Vertrag** und **Laufzeitvertrag**.

- Der Prepaid-Vertrag hat keine feste Vertragslaufzeit. Sie laden Ihr Handy mit Geld auf und können dieses nutzen, um im Internet zu sein oder zu telefonieren.
- Bei einem Laufzeitvertrag gibt es eine Mindestvertragslaufzeit. Meistens sind das 12 bis 24 Monate. Dieser Vertrag verlängert sich automatisch, wenn Sie nicht kündigen. Wenn Sie nicht wollen, dass sich der Vertrag automatisch verlängert, müssen Sie schriftlich kündigen. Achten Sie auf die Frist.

💡 Unterschreiben Sie keine Verträge, wenn Sie diese nicht verstehen.

Sie wollen einen Vertrag abschließen? Überprüfen Sie vorher genau die Konditionen. Fragen Sie sich, ob ein Prepaid-Vertrag vielleicht besser zu Ihnen passt.

Sowohl bei einem Laufzeitvertrag als auch bei Prepaid können Sie sich zwischen drei Möglichkeiten entscheiden:

1. Mit einer Flatrate können Sie unbegrenzt telefonieren, SMS schreiben und bis zu einem bestimmten Datenvolumen das Internet nutzen
2. Mit einem Inklusiv-Paket haben Sie ein festes Kontingent an Einheiten zum Telefonieren und SMS schreiben und ein festes Datenvolumen für die Internetnutzung und zahlen dafür einen festgelegten Preis. Wenn Ihre Einheiten aufgebraucht sind, können Sie weitere Einheiten oder weiteres Datenvolumen dazu buchen. Dafür müssen Sie dann in der Regel mehr bezahlen. 💡 **Achtung:** Bei vielen Anbietern wird automatisch zusätzliches Datenvolumen nachgebucht, wenn Ihr Datenvolumen aufgebraucht ist. Dieses zusätzliche Datenvolumen kann viel Geld kosten. Schalten Sie die automatische Nachbuchung von Datenvolumen (Datenautomatik) darum unbedingt aus. Das können Sie über das Online-Kundenportal oder die Hotline Ihres Anbieters machen. Lassen Sie sich die Ausschaltung der Datenautomatik schriftlich bestätigen.
3. Sie können auch für jeden Anruf, jede SMS und jede Nutzung des Internets direkt bezahlen. Das ist meist teurer als mit einer Flatrate oder einem Inklusiv-Paket, aber dafür bezahlen Sie auch wirklich nur das, was Sie auch nutzen. Und es gibt keine versteckten Kosten.

Girokonto

Sie möchten über eine Bank Geld bezahlen? Dann brauchen Sie ein Girokonto. Ihr Geld ist auf Ihrem Girokonto jederzeit verfügbar. Sie möchten Geld von Ihrem Konto abheben? Oder Sie möchten bargeldlos bezahlen? Dafür müssen Sie genug Geld auf Ihrem Konto haben. Sonst müssen Sie Zinsen an die Bank zahlen.

Mit einem Girokonto können Sie:

- Überweisungen ausführen
- Bargeldlose Zahlungen empfangen (Auszahlungen von Ämtern / Behörden / Sozialleistungen werden oft nur auf ein Girokonto überwiesen)
- Daueraufträge einrichten
- An Lastschriftverfahren teilnehmen
- Schecks einlösen, mit der EC/Maestro-Karte bargeldlos bezahlen
- Bargeld am Bankschalter oder am Geldautomaten abheben
- Ihre Kontoauszüge ausdrucken

Eröffnung eines Kontos

Entscheiden Sie, bei welcher Bank Sie ein Konto haben möchten. Vereinbaren Sie einen Termin für die Kontoeröffnung. Bringen Sie bitte eines Ihrer Legitimationspapiere mit. Dazu zählen der Ankunftsbescheinigung, die Aufenthaltsbewilligung oder der Ausweis. Sofern auf dem Legitimationsdokument keine aktuelle Adresse vermerkt ist, bringen Sie bitte zusätzlich eine Meldebescheinigung oder ein vergleichbares Dokument mit.

- Sie haben das Konto eröffnet. Dann bekommen Sie eine EC-Karte mit einem vierstelligen PIN-Code per Post. Unterschreiben Sie die EC-Karte auf der Rückseite und lernen Sie den PIN-Code auswendig. Den PIN-Code brauchen Sie für bargeldlose Zahlungen. Sie brauchen den PIN-Code für Geldabhebungen am Geldautomaten. **Bewahren Sie Karte und PIN-Code unbedingt getrennt auf!**
- Heben Sie Geld bei Bankautomaten Ihrer Bank ab. Dann kostet die Abhebung nichts. Wenn Sie den PIN-Code dreimal falsch eingeben, dann zieht die Bank Ihre Karte ein und sperrt sie. In diesem Falle müssen Sie Ihre Bank fragen.
- Sie haben Ihre EC-Karte verloren? Ihre EC-Karte wurde gestohlen? Dann lassen Sie die EC-Karte sofort sperren. Sagen Sie Ihre Bankleitzahl und Ihre Kontonummer. Danach fragen Sie bei Ihrer Bank nach einer neuen EC-Karte.

 [116116](tel:116116)

 Rund um die Uhr.

 Verschiedene Banken bieten Girokonten zu unterschiedlichen Konditionen an. Informieren Sie sich genau, wie viel ein Girokonto jeden Monat kostet. Vergleichen Sie die Leistungen, die die Bank dafür anbietet.

 Wenn Sie kein Deutsch oder Englisch sprechen, bringen Sie bitte einen Dolmetscher oder eine Dolmetscherin mit.

Steuern und Steuererklärung

Steuern sind wichtig. Sie helfen dem Staat zu funktionieren. Durch sie hat der Staat Geld für öffentliche Ausgaben. Damit können Straßen gebaut werden. Damit werden Lehrkräfte, Polizisten und Polizistinnen bezahlt. Damit werden viele wichtige Sachen finanziert.

Steuern zahlen Sie überall. Beim Einkaufen, beim Essen gehen, beim Tanken. Das ist die **Umsatzsteuer**. Und beim Arbeiten. Das ist die **Einkommenssteuer**. Sie sind angestellt? Dann hat Ihr Arbeitgeber oder ihre Arbeitgeberin die Steuern bereits verrechnet. Sie sind selbstständig? Dann müssen Sie Ihr Einkommen eigenständig versteuern.

Steuerliche Identifikationsnummer

Die Steuer-ID ist eine 11stellige Nummer und dient der Einkommenssteuer. Die Nummer ist Ihr ganzes Leben lang gültig. Mit der Nummer kann die Behörde Sie immer identifizieren. Ihre Arbeitsstelle benötigt diese Nummer. Sie haben diese Nummer nicht in Ihren Unterlagen? Sie bekommen diese persönlich bei der Meldebehörde. Oder per Formular beim [Bundeszentralamt für Steuern](#).

 Sie benötigen Hilfe bei Ihrer Steuererklärung? Wenden Sie sich am besten an den örtlichen Lohnsteuerverein. Bei weiteren Fragen kann Ihnen auch das Finanzamt helfen.

Mobilität

Öffentliche Verkehrsmittel und Fahrrad

Mit dem öffentlichen Nahverkehr können Sie viele Orte um Ihren Wohnort herum erreichen. Sie können auch mit dem Fahrrad fahren. Bewegung ist gesund. Das Fahrrad ist

kostengünstig. Außerdem ist das Fahrrad umweltfreundlich.

Öffentliche Verkehrsmittel

Um in Mülheim an der Ruhr ans Ziel zu kommen, stehen Ihnen öffentliche Verkehrsmittel zur Verfügung. Das sind Bus, Straßenbahn, U-Bahn und Züge.

💡 Das Fahren ohne Fahrkarte wird bestraft! Für jede Fahrt benötigen Sie unbedingt eine gültige Fahrkarte. Ansonsten zahlen Sie eine hohe Geldstrafe.

💡 Fahrkarten (Ticket) können Sie an einem Automaten kaufen. Fahrkarten können Sie auch online in der App der deutschen Bahn (DB Navigator) oder der Ruhrbahn (ZÄPP) kaufen. Sie können Fahrkarten auch im Kunden Center im Mülheim Hauptbahnhof kaufen.

Fahrrad

Sie werden länger in Mülheim leben? Dann lohnt es sich, ein Fahrrad zu kaufen. Das ist billiger als mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zu fahren.

💡 Wichtige Verkehrsregeln für Fahrradfahrer (Auswahl):

- Fahren Sie immer auf der rechten Fahrbahnseite.
- Fahren Sie nicht nebeneinander, sondern hintereinander.
- Wenn es einen Fahrradweg gibt, müssen Sie auf dem Fahrradweg fahren (immer nur auf der rechten Straßenseite in Fahrtrichtung).
- Kinder bis 11 Jahre dürfen die Fußwege mit dem Fahrrad benutzen.
- Mit dem Handy auf dem Fahrrad zu telefonieren, ist verboten.

💡 Anschaffung und Reparaturen: Passen Sie beim Kauf auf. Ihr Fahrrad muss wie folgt ausgestattet sein. Damit ist es verkehrssicher. Sonst müssen Sie bei einer Kontrolle durch die Polizei Bußgeld bezahlen.

- Licht vorne und hinten
- Reflektor vorne und hinten
- Reflektoren in den Speichen (je 2 pro Rad)
- Reflektoren an den Pedalen
- Klingel
- Zwei voneinander unabhängige Bremsen

Führerschein und Autofahren

Ein Führerschein kann sehr nützlich sein. Besonders wenn Sie in einem Dorf oder einer kleinen abgelegenen Stadt wohnen. Oft gibt es hier keinen Anschluss an öffentliche Verkehrsmittel. Dann ist ein Führerschein hilfreich. Und der Kauf eines Autos oft notwendig. Sie möchten einen deutschen Führerschein machen? Oder Sie haben bereits einen Führerschein aus Ihrem Heimatland? Und möchten diesen nun umschreiben? Umschreiben bedeutet, dass der Führerschein auch in Deutschland gültig ist. Auf dieser Seite geben wir Ihnen diese Informationen.

Ist mein Führerschein in Deutschland gültig?

Sie möchten selbst in Deutschland fahren? Dann brauchen Sie einen Führerschein aus Deutschland oder einem anderen EU-Staat. Führerscheine aus Nicht-EU-Ländern sind nur für sechs Monate in Deutschland gültig. Sie dürfen nur in den ersten sechs Monaten mit einem Führerschein aus Ihrem Heimatland in Deutschland fahren. Die sechs Monate beginnen mit Ihrer ersten polizeilichen Anmeldung in Deutschland. Sie müssen Ihren Führerschein immer bei sich haben, wenn Sie fahren. Außerdem müssen Sie auch eine Übersetzung Ihres Führerscheins ins Deutsche dabei haben.

Sie möchten auch nach sechs Monaten selber fahren? Dann lassen Sie Ihren Führerschein umschreiben.

Wenn Sie Deutschland nur besuchen, dürfen Sie mit Ihrem ausländischen oder einem internationalen Führerschein fahren. Sie müssen Ihren Führerschein immer bei sich haben, wenn Sie fahren.

💡 Während Ihres Asylverfahrens bleiben all Ihre Dokumente beim BAMF. Sie bekommen sie normalerweise erst zurück, wenn Ihr Asylverfahren abgeschlossen ist. Solange Ihr Führerschein beim BAMF ist, dürfen Sie selbst nicht Auto fahren.

Wie schreibe ich meinen Führerschein um?

Melden Sie sich bei Ihrer lokalen Fahrerlaubnisbehörde oder Führerscheinstelle. Es kann manchmal etwas dauern, bis Sie eine Antwort erhalten. Die Behörde bekommt manchmal sehr viele Anträge auf einmal. Kontaktieren Sie die zuständige Stelle bevor Ihre sechs Monate Fahrerlaubnis ablaufen. Sie müssen persönlich zur Führerscheinstelle gehen. Dort müssen Sie verschiedene Dokumente vorlegen:

- Ausweis oder Pass
- Meldebestätigung (polizeiliche Anmeldung)
- biometrisches Passbild
- Bescheinigung über einen Sehtest (von einem Optiker oder einem Augenarzt)
- Bestätigung über die Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs. Einen Kurs in Ihrer Nähe finden Sie z.B. beim ASB oder bei den Johannitern.
- Ihren ausländischen Führerschein im Original (ein internationaler Führerschein reicht nicht). In der Regel müssen Sie zusätzlich eine beglaubigte deutsche Übersetzung vorlegen.
- eine Erklärung, dass Ihr ausländischer Führerschein noch gültig ist.

Die Führerscheinstelle entscheidet dann, ob Ihr Führerschein ohne Prüfung umgeschrieben werden kann. Ansonsten müssen Sie zunächst die Theorie- und Praxisprüfung machen. Das hängt davon ab, in welchem Land Sie Ihren Führerschein gemacht haben.

💡 Vor der Prüfung ist es gut, eine Fahrschule zu besuchen. Deutschland hat sehr viele Verkehrsregeln und Schilder. Im Gegensatz zu denjenigen, die das erste Mal den Führerschein machen, müssen Sie aber keine Fahrstunden nehmen.

Wie kann ich einen deutschen Führerschein machen?

Um einen Führerschein das erste Mal zu machen, gehen Sie wie folgt vor:

- Melden Sie sich bei einer Fahrschule an. In großen Städten gibt es Fahrschulen mit Fahrlehrern, die beispielsweise Arabisch und Persisch sprechen. Fahrschulen in Ihrer Nähe können Sie auf drivolino.de oder fahrschulen.de finden.
- Nehmen Sie an einem Erste-Hilfe-Kurs teil. Einen Kurs in Ihrer Nähe finden Sie beim Arbeiter-Samariter-Bund oder bei den Johannitern.
- Machen Sie einen Sehtest bei einem Optiker oder einem Augenarzt. Der Sehtest kostet ca. 7 Euro. Einige Optiker bieten den Sehtest auch kostenlos an.
- Lassen Sie ein biometrisches Passbild machen.

Kann mir der Führerschein abgenommen werden?

Wenn Sie wichtige Verkehrsregeln missachten, können Sie Ihren Führerschein verlieren. Man unterscheidet hier zwischen einem Fahrverbot und dem Entzug des Führerscheins.

- Bei einem Fahrverbot müssen Sie Ihren Führerschein für einige Monate bei der Bußgeldstelle abgeben. In dieser Zeit dürfen Sie nicht selbst fahren. Nach Ablauf der Frist können Sie Ihren Führerschein wieder abholen.
- Bei einem Entzug des Führerscheins verliert Ihr Führerschein seine Gültigkeit. Das bedeutet, dass Sie nicht mehr selbst fahren dürfen und für eine bestimmte Zeit (Sperrfrist) auch keinen neuen Führerschein machen dürfen.

Sie haben den Straßenverkehr gefährdet? Sie sind betrunken Auto gefahren? Sie haben 8 Strafpunkte gesammelt? Das sind Gründe, um Ihnen den Führerschein zu entziehen.

Strafpunkte bekommen Sie für verschiedene Regelverstöße, beispielsweise wenn Sie zu schnell fahren. Die Strafpunkte werden umgangssprachlich auch „Punkte in Flensburg“ genannt.

💡 Sie haben Ihren Führerschein neu gemacht? Dann sind Sie zwei Jahre in der Probezeit. Sie haben während der Probezeit gegen die Verkehrsregeln verstoßen. Dann müssen Sie zu einem Aufbauseminar. Vielleicht auch zu einer psychologischen Beratung. Außerdem verlängert sich Ihre Probezeit um zwei weitere Jahre. Sie nehmen nicht an dem Aufbauseminar und der Beratung teil? Dann wird Ihnen der Führerschein weggenommen. Beispiele für einen Verkehrsverstoß sind z.B. bei Rot über die Ampel Fahren, nachts ohne Licht Fahren, betrunken Auto Fahren. Falschparken ist kein Verkehrsverstoß. In diesem Fall müssen Sie nur die Strafe bezahlen.

Arbeit, Ausbildung und Studium

Information zu Ausbildung, Arbeit und Studium

Sie möchten in Deutschland arbeiten? Dann müssen Sie wissen: Wie kann ich in Deutschland arbeiten? Und wo kann ich Hilfe bekommen? Alles Wichtige zum Thema Arbeit und Jobs finden Sie hier: [Zugang zum Arbeitsmarkt](#)

Sie haben im Ausland schon einen Abschluss gemacht? Zum Beispiel einen Abschluss in der Schule oder einen Abschluss im Beruf? Dann müssen Sie den Abschluss hier in Deutschland anerkennen lassen. Wie das geht, steht auf der Seite: [Anerkennung ausländischer Abschlüsse](#).

Es gibt über 400 verschiedene Berufe in Deutschland. Sie wollen einen Beruf lernen? Dann finden Sie hier Informationen zur [Ausbildung](#). Zum Beispiel: Wie kann ich eine Ausbildung machen? Welche Berufe gibt es?

Kinder und Jugendliche müssen in die Schule gehen. Dafür müssen sie mindestens 6 Jahre alt sein. Die Kinder und Jugendlichen gehen in die [allgemeine Schule](#). Dort lernen sie für ihr späteres Leben. Zum Beispiel: Damit sie einen Beruf lernen können. Oder: Damit sie einen Abschluss an einer Universität machen können.

Sie wollen studieren? Dann finden Sie Informationen zum [Studium](#) hier. Und Sie sehen, an welche Personen Sie sich wenden können.

Navigator Bildungswege

School's out und du hast noch keinen Plan, wie es weitergehen soll? Ausbildung, Studium, Berufskolleg ... so viele Möglichkeiten und du weißt gar nicht, wo du anfangen sollst? Oder du bist einfach neugierig, welche Wege du mit deinem Schulabschluss gehen kannst?

Mit unserem Bildungswegenavigator findest du deinen Weg!

Der BIWENAV ist ein interaktives Tool, mit dem du dir einen Überblick über alle möglichen Schulabschlüsse und Bildungswege in Mülheim verschaffen kannst.

Auch Informationen zu alternativen Routen wie ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) oder einen Auslandsaufenthalt bekommst du auf einen Blick zusammengefasst.

 [Ausprobieren](#)

Arbeit finden

Arbeitsvertrag

Wer eine Arbeitsstelle antritt, bekommt einen Arbeitsvertrag. Dieser regelt die wichtigsten Bedingungen Ihrer Arbeit. Dort steht, wann Sie arbeiten. Wie viel Urlaub Sie bekommen. Dort ist vereinbart, wie viel Geld Sie bekommen. Beide Seiten – Arbeitnehmende und Arbeitgebende – müssen sich an diese Vereinbarungen halten. Der Vertrag wird mit Ihrer Unterschrift rechtsbindend. Unterschreiben Sie ihn erst, wenn Sie den Inhalt auch vollständig verstanden haben.

Vertragsarten:

Unbefristeter Arbeitsvertrag

Normalerweise gibt es eine Probezeit von drei oder sechs Monaten. Während dieser Zeit kann ein Arbeitsverhältnis innerhalb von zwei Wochen gekündigt werden. Der Arbeitgeber oder die Arbeitgeberin kann kündigen. Auch Sie als Arbeitnehmer oder Arbeitnehmerin können kündigen. Nach Ablauf der Probezeit beginnt ein festes Arbeitsverhältnis. Dieses hat einen längeren Kündigungsschutz. Die Arbeitszeit beträgt normalerweise maximal 40 Stunden in der Woche.

Befristeter Arbeitsvertrag

Das Arbeitsverhältnis endet zum vereinbarten Zeitpunkt, ohne dass es einer Kündigung

bedarf.

Minijob

Der maximale Verdienst im Monat beträgt 538 € und ist steuerfrei.

Arbeitsrecht:

Es gibt viele Gesetze, die in Deutschland die Rechte der Arbeitnehmenden regeln und sicherstellen. Dazu gehören zum Beispiel:

- Regelung der Arbeitszeit
- Mindestlohn
- Urlaubsanspruch
- Kündigungsschutz
- Betriebliche Vertretungen der Interessen (Betriebsrat)
- Regelung zur Arbeit von Gewerkschaften
- und einige mehr

Steuern und Sozialabgaben:

Jeder Arbeitnehmer und jede Arbeitnehmerin in Deutschland zahlt einen Teil seines Lohnes als Steuern. Der Bund, die Ländern und Kommunen finanzieren damit ihre Ausgaben. Arbeitgebende wiederum sind verpflichtet, Sozialabgaben für Ihre Beschäftigten zu zahlen. Diese Sozialabgaben finanzieren das Sozialsystem in Deutschland. Das System garantiert, dass Sie Geld bekommen vom Staat, wenn Sie mal keine Arbeit haben.

Steuerliche Identifikationsnummer:

Die Steuer-ID ist eine 11-stellige Nummer und dient der Einkommenssteuer. Die Nummer ist Ihr ganzes Leben lang gültig. Mit der Nummer kann die Behörde Sie immer identifizieren. Ihre Arbeitsstelle benötigt diese Nummer. Sie haben diese Nummer nicht in Ihren Unterlagen? Sie bekommen diese persönlich bei der Meldebehörde. Oder per Formular beim [Bundeszentralamt für Steuern](#).

Sozialversicherungsnummer:

Für eine Arbeitsstelle benötigt man eine Sozialversicherungsnummer. Diese erhält man bei seiner Krankenkasse (zum Beispiel AOK, TK, DAK).

Illegale Arbeit:

Sie haben eine Arbeit, die bezahlt wird. Aber diese Arbeit ist nicht bei Finanzamt und Krankenkasse angemeldet. Sie zahlen somit keine Steuern und Sozialabgaben. Das ist **illegal**. Es drohen Geld- und Haftstrafen! Sie bekommen Sozialleistungen oder Arbeitslosengeld? Aber Sie arbeiten trotzdem? Sie haben das dem Sozialamt, der Arbeitsagentur oder dem Jobcenter nicht erzählt? Das ist auch **illegal**. Sie beziehen zu Unrecht staatliche Leistungen, obwohl Sie einer bezahlten Arbeit nachgehen.

Bewerbungen und Vorstellungsgespräche

Sie möchten in Deutschland eine Ausbildung beginnen oder arbeiten? Dann müssen Sie sich schriftlich bewerben.

Viele Unternehmen geben Stellenanzeigen auf. Entweder in der Zeitung oder im Internet. Das Unternehmen sucht also neue Mitarbeitende. In der Stellenanzeige steht, um was für eine Arbeit oder Ausbildung es sich handelt. Dort steht auch, welche Erwartungen das Unternehmen an den neuen Mitarbeiter oder die neue Mitarbeiterin hat. Sie finden dort Informationen, wo und wie Sie sich bewerben müssen.

Sie wurden zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen? Dann hat das Unternehmen Interesse an Ihnen. Sie können sich bei dem Gespräch vorstellen. Bitte planen Sie genug Zeit für den Weg zum Termin ein. Erscheinen Sie unbedingt pünktlich zu dem Termin. Am besten bereiten Sie sich vorher ausführlich auf das Gespräch vor. Sie können auch wichtige Informationen über die Firma sammeln. Besuchen Sie die Website und lesen Sie sich die Geschichte der Firma durch. Informieren Sie sich über die Produkte oder Dienstleistungen. Sie möchten Ihr Interesse für die Arbeit zeigen? Dann stellen Sie Fragen während des Termins. So zeigen Sie, dass Sie sich informiert haben. Sie zeigen, dass Sie motiviert sind.

Eine Bewerbung besteht meistens aus drei Teilen:

Anschreiben: In Ihrem persönlichen Anschreiben stellen Sie sich kurz vor. Sie sagen, warum Sie für die offene Stelle geeignet sind. Beschreiben Sie zum Beispiel, welche Erfahrungen Sie auch schon in Ihrem Heimatland gemacht haben. Informieren Sie sich über die Firma und beschreiben Sie, warum Sie gerade dort arbeiten möchten. Ihr Anschreiben sollte auf eine Seite passen. Unterschreiben Sie Ihr Anschreiben. Es gibt im Internet viele Vorlagen und Hilfen. Wichtig ist, dass Sie nicht einfach etwas übernehmen. Ihr Anschreiben muss zu Ihnen und der Stelle passen.

Lebenslauf: Der Lebenslauf listet Ihre gesamten Erfahrungen auf. Er ist wie eine große Tabelle aufgebaut. Schreiben Sie, von wann bis wann Sie bei welcher Firma gearbeitet haben. Schreiben Sie, wo Sie eine Ausbildung oder ein Studium gemacht haben. Schreiben Sie, wo Sie zur Schule gegangen sind und welchen Schulabschluss Sie gemacht haben. Sie müssen kein Foto in Ihren Lebenslauf einfügen, aber viele Firmen finden es gut, wenn Sie es doch machen. Auf der [Webseite von Europass](#) können Sie sich einen Lebenslauf erstellen lassen. Die Seite gibt es auf sehr vielen Sprachen. Sie geben Ihre Daten an. Sie schreiben Ihre Erfahrungen auf. Am Ende bekommen Sie einen Lebenslauf erstellt. In jedem Land sehen Lebensläufe anders aus. Es ist wichtig, dass Sie das Format verwenden, das in Deutschland genutzt wird. Dies können Sie bei Europass auswählen.

Zeugnisse und Nachweise: Es ist wichtig, dass Sie Kopien von Ihren Zeugnissen mitschicken (keine Originale!). Zeugnisse sind Ihr Schulabschluss, Ihr Studienabschluss und Arbeitszeugnisse aus der Vergangenheit. Die Zeugnisse sollten auf Deutsch oder Englisch sein, sonst sollten diese übersetzt werden. Auch Nachweise über Praktika, für die Arbeit relevante Fortbildungen oder Zertifikate von Ihrem Deutschkurs sollten Sie mitschicken.

💡 In der Stellenanzeige steht, wie Sie sich bewerben sollen. Lesen Sie bitte genau.

Schriftlich: Kaufen Sie eine schöne Bewerbungsmappe und legen Sie Ihr Anschreiben, Ihren Lebenslauf und Ihre Zeugnisse hinein. Schicken Sie die Bewerbung dann an die Adresse, die in der Stellenanzeige genannt ist.

E-Mail: Viele Bewerbungen werden mittlerweile per E-Mail verschickt. Fügen Sie Ihr Anschreiben, Ihren Lebenslauf und Ihre Zeugnisse zu einer PDF-Datei zusammen und schicken

Sie diese im Anhang der E-Mail mit. Schreiben Sie in der E-Mail noch einen kurzen Text an die Person, die Ihre Bewerbung bekommt.

Online: Große Firmen haben eine eigene Website, auf der Sie sich bewerben müssen. Dort müssen Sie sich mit Ihrer E-Mailadresse anmelden und können dann dort Ihre Bewerbung verschicken.

🌐 Hilfreiche Tipps für die Bewerbung finden Sie bei [Planet Beruf](#).

🌐 [Europass](#) ist ein mehrsprachiges Onlineportal (über 20 Sprachen), das Migrantinnen und Migranten hilft, ihre Fähigkeiten und Kenntnisse sichtbar zu machen. Es bietet die kostenlose Möglichkeit, mit einem Onlinetool einen Sprachenpass oder einen Lebenslauf (siehe oben) zu erstellen. Sie finden auf Europass auch wichtige Tipps für gute Bewerbungen.

🌐 Unter [Bewerbung.net](#), [StepStone](#) und [Lebenslauf2go](#) können Sie sich kostenlos einen Lebenslauf und ein Anschreiben erstellen lassen. Teilweise können Sie Ihre Daten auch aus Xing oder LinkedIn importieren. Es ist auch möglich, eigene Texte in die Vorlage zu schreiben oder Dateien zu importieren.

🌐 Informationen und Vorlagen für Anschreiben finden sie unter: [Bewerbung2go](#), [BewerbungsWissen](#), [Karrierebibel](#)

Sprachübungen

🌐 Auf dem [VHS-Lernportal "Ich will Deutsch lernen"](#) und der Seite des [Goethe-Instituts "Deutsch für dich"](#) finden Sie Übungen zum Thema Bewerbung und der Berufswelt allgemein. Dadurch lernen Sie etwas über die Arbeitswelt und verbessern Ihre Deutschkenntnisse.

Arbeit finden - Beratung und Hilfe

In den folgenden Einrichtungen in Mülheim werden Sie bei der Arbeitssuche unterstützt:

Jobcenter

📍 Eppinghofer Str. 50
Empfang Easy Tower
45468 Mülheim
☎ [+49 \(0\) 2084552900](tel:+4902084552900)
@ jobcenter@mulheim-ruhr.de

Agentur für Arbeit Mülheim an der Ruhr

📍 Kaiserstr. 99
45468 Mülheim
☎ [+49 \(0\) 8004555500](tel:+49020804555500)
☎ [+49 \(0\) 2088506200](tel:+4902088506200)
🌐 [Website](#)

Fachkräfteeinwanderung

Grundlegendes zur Fachkräfteeinwanderung

Es gibt ein Gesetz in Deutschland. Das Gesetz soll es Fachkräften leichter machen, nach Deutschland zu kommen. Die Fachkräfte haben entweder eine Berufsausbildung oder einen Hochschulabschluss. Das Gesetz heißt § 18a+b AufenthG. Damit können Fachkräfte eine Aufenthaltserlaubnis für Deutschland bekommen. Mit dieser Aufenthaltserlaubnis können sie in Deutschland in jeder qualifizierten Beschäftigung arbeiten.

💡 Sie möchten die [Blaue Karte EU](#) erhalten? Dann muss Ihr neuer Beruf zu Ihrer Qualifikation passen. Das bedeutet, dass Sie nur in einem Beruf arbeiten können, den Sie auch gelernt haben.

🌐 Diese und weiterführende Informationen finden Sie auch auf der Seite [Make it in Germany](#)

🌐 Hier können Sie auch einen [Schnelltest](#) zu Ihren Möglichkeiten machen!

Für Arbeitgeber

Beschleunigtes Fachkräfteverfahren: Arbeitgeber brauchen eine Vollmacht der Fachkraft. Damit können Sie ein beschleunigtes Fachkräfteverfahren einleiten. Dies tun Sie bei der zuständigen Ausländerbehörde. Das Unternehmen schließt eine Vereinbarung mit der Behörde. Alle Beteiligten einigen sich darauf, was Arbeitgeber, die Fachkraft und die Behörden tun dürfen und tun müssen. Die Vereinbarung schildert die Abläufe, einschließlich der Beteiligten und Fristen.

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

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

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

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

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

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

Für Fachkräfte

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

Arbeitssuche

Einstieg in den Arbeitsmarkt:

Der Einstieg in den Arbeitsmarkt wird erleichtert: Sie müssen als Fachkraft drei Dinge vorweisen. Sie brauchen einen Arbeitsvertrag. Sie müssen ein konkretes Arbeitsplatzangebot haben. Und Sie brauchen eine in Deutschland anerkannte Qualifikation. Es wird nicht mehr geprüft, ob es auch eine deutsche Person für den Job gibt. Die Bundesagentur für Arbeit prüft weiterhin die Arbeitsbedingungen.

Fachkräfte mit Hochschulabschluss:

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

Fachkräfte mit beruflicher Ausbildung:

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

Regeln zur Einreise

Die Einreise zur Arbeitsplatzsuche:

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

Aufenthalt für Qualifizierungsmaßnahmen:

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

Niederlassungserlaubnis für Fachkräfte aus dem Ausland:

Ausländische Fachkräfte können bereits nach vier Jahren die Niederlassungserlaubnis in

Deutschland erhalten. Weitere Informationen finden Sie [hier](#). Es gibt teilweise unterschiedliche Bedingungen für Fachkräfte und Inhaber und Inhaberinnen der Blauen Karte EU.

Für Ausbildung und Studium

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

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

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

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

Blaue Karte EU

Die Blaue Karte EU (EU Blue Card) ist ein Aufenthaltstitel für Akademiker und Akademikerinnen von außerhalb der EU, die in einem EU-Mitgliedsstaat eine Arbeit aufnehmen. Voraussetzungen für die Blaue Karte EU sind ein akademischer Hochschulabschluss und ein Arbeitsvertrag mit einem bestimmten Mindestbruttogehalt. Dieses Gehalt hängt von der jährlichen Beitragsbemessungsgrenze (im Jahr 2023: 87.600 €) in der deutschen Rentenversicherung ab. Diese Grenze ändert sich jedes Jahr.

Das Mindestbruttogehalt ist je nach Beruf unterschiedlich. Es wird unterschieden zwischen Engpassberufen und Berufsanfänger und Berufsanfängerinnen sowie allen anderen Berufen. Als IT-Spezialist und Spezialistin können Sie auch ohne Hochschulabschluss eine Blaue Karte EU bekommen.

Engpassberufe und Berufsanfänger und -anfängerinnen

Für viele Berufe braucht man besondere Kenntnisse und Qualifikationen. Wenn in einem solchen Beruf viele Stellen unbesetzt sind, ist das ein Engpassberuf. Eine Liste finden Sie [hier](#).

Sie gelten als Berufsanfänger oder -anfängerinnen, wenn Sie Ihren Abschluss innerhalb der letzten drei Jahre gemacht haben.

Wenn Sie einen Job finden, der Ihnen das geforderte Mindestgehalt zusichert, bekommen Sie

die Blaue Karte EU. Dieser Job kann als Engpassberuf gelten. Es kann aber auch ein anderer Beruf sein.

Seit dem 01. November 2023 beträgt das Mindestbruttogehalt 45,3 % der jährlichen Beitragsbemessungsgrenze in der Rentenversicherung. Das entspricht im Jahr 2023 39.682,80 €.

Alle anderen Berufe

Sie arbeiten nicht in einem Engpassberuf? Sie sind kein Berufsanfänger oder Berufsanfängerin? Dann müssen Sie eine Arbeit finden, die Ihnen mindestens 50 % der jährlichen Beitragsbemessungsgrenze in der Rentenversicherung zusichert. Das entspricht im Jahr 2023 43.800 €.

IT-Spezialist und IT-Spezialistinnen

Sie besitzen keinen Hochschulabschluss? Aber Sie können mindestens drei Jahre Berufserfahrung als IT-Spezialist oder IT-Spezialistin nachweisen? Dann können Sie auch die Blaue Karte EU bekommen. Dafür brauchen Sie einen Arbeitsvertrag, der Ihnen mindestens 45,3 % der jährlichen Beitragsbemessungsgrenze in der Rentenversicherung zusichert. Das entspricht im Jahr 2023 39.682,80 €.

Selbstständigkeit

Kann ich mich in Deutschland selbstständig machen?

Nicht jeder darf in Deutschland eine eigene Firma gründen oder für sich alleine arbeiten.

Das BAMF bearbeitet Ihren Antrag auf Asyl noch? Oder hat das BAMF Ihren Antrag abgelehnt? Sie sind geduldet? Dann ist die selbstständige Arbeit für Sie verboten.

Sie zählen nicht zu dieser Gruppe? Dann dürfen Sie in Deutschland selbstständig arbeiten.

Hier finden Sie Links mit weiteren Informationen

- [Online-Leitfaden „GründerZeiten“](#) (2 Sprachen - deutsch und arabisch)
- [Portal für Gründer](#) (5 Sprachen - deutsch, französisch, italienisch, russisch und türkisch)
- [Homepage der IQ-Fachstelle](#) (14 Sprache - deutsch, englisch, französisch, polnisch, spanisch, paschto, bosnisch, russisch, chinesisches, ukrainisch, türkisch, tigrinya, vietnamesisch, arabisch)

Berufsschule

Sie sind über 15 Jahre alt? Sie besuchen keine allgemeinbildende Schule mehr? Dann haben Sie bei der beruflichen Schule viele Möglichkeiten. Sie können sich auf den Beruf vorbereiten. Sie können einen allgemeinen Schulabschluss machen.

Bis 18 Jahre müssen Menschen in Deutschland eine Schule besuchen (Schulpflicht)!

An beruflichen Schulen gibt es folgende Schularten:

Berufseinstiegsjahr (BEJ) und Berufsvorbereitungsjahr (BVJ):

Berufliche Schulen haben Angebote für Schüler und Schülerinnen mit oder ohne Abschluss einer Hauptschule. Sie haben noch keinen Vertrag für eine Ausbildung bekommen? Sie haben noch keine konkrete Idee, wo Sie arbeiten wollen? Hier erhalten Sie Einblicke in verschiedene Berufsfelder. Sie können auf Ihren Abschluss einer Hauptschule aufbauen. Oder Sie können Ihren Abschluss der Hauptschule erwerben.

Berufsschule:

Hier findet die Ausbildung in einem dualen System statt. Einen Teil der Ausbildung lernen Sie in der Schule. Den anderen Teil lernen Sie in einem Betrieb.

Berufsfachschule:

In Berufsfachschulen können Sie sich auf den Beruf vorbereiten. Die Kurse gehen 1 bis 3 Jahre lang. Sie erhalten eine berufliche Grundbildung. Oder eine berufliche Vorbereitung. Oder sogar einen Berufsabschluss. Sie haben bereits einen Schulabschluss? Dann können Sie hier den nächsten Abschluss machen. Die Berufsfachschulen unterteilen sich in der Regel in folgende Berufsfelder:

- kaufmännischer Bereich
- hauswirtschaftlich-sozialpädagogischer oder pflegerischer Bereich
- gewerblich-technischer Bereich

Fachschule:

An einer Fachschule können Sie sich beruflich weiterbilden. Die Kurse gehen meistens ein bis zwei Jahre. Sie haben bereits eine Berufsausbildung? Sie haben bereits gearbeitet? Diese Kurse bauen Ihr Wissen aus. Sie sollen die erlernten Inhalte vertiefen. Nach den Kursen können Sie im mittleren Management arbeiten. Oder Sie können sich selbstständig machen. Die Fachschulen unterteilen sich ebenfalls in folgende Fachbereiche:

- Technik
- Wirtschaft
- Sozialwesen
- Agrarwirtschaft
- Gestaltung

Berufskollegs:

Für das Berufskolleg brauchen Sie einen mittleren Bildungsabschluss. Sie können hier Ihre beruflichen Qualifikationen erhöhen. Sie können auch die Fachhochschulreife bekommen. Das bedeutet, dass Sie dann studieren können. Berufskollegs gibt es in folgenden Bereichen:

- Technik
- Wirtschaft und Verwaltung
- Sozialpädagogik
- Gesundheit und Pflege
- Hauswirtschaft

Berufsoberschule:

Sie haben eine Ausbildung bereits abgeschlossen? Sie haben den mittleren Schulabschluss? Dann können Sie auf die Berufsoberschule gehen. Dort gehen Sie zwei Jahre lang hin. Diese Schule bereitet Sie auf die allgemeine Hochschulreife vor. Dafür müssen Sie noch eine zweite Fremdsprache lernen. Ohne Fremdsprache bekommen Sie die fachgebundene Hochschulreife. Das heißt, dass Sie nur bestimmte Fächer studieren dürfen. Die Berufsoberschule gibt es in folgenden Ausrichtungen:

- Technische Oberschule
- Wirtschaftsoberschule
- Oberschule für Sozialwesen

Berufliches Gymnasium:

Sie möchten an einer Universität studieren? Dann brauchen Sie das Abitur. An einem beruflichen Gymnasium können Sie Ihr Abitur nachholen. Dazu brauchen Sie einen mittleren Abschluss Ihrer Bildung. Ihre Noten müssen im Durchschnitt 3.0 oder besser sein. Dann können Sie für drei Jahre auf ein berufliches Gymnasium gehen. Nach den drei Jahren machen Sie Ihr Abitur. Es gliedert sich ebenfalls in entsprechende Fachrichtungen:

- Technische Richtung
- Wirtschaftswissenschaftliche Richtung
- Sozial- und Gesundheitswesen
- Agrarwissenschaftliche Richtung
- Biotechnologische Richtung
- Ernährungswissenschaften

Studium

Studium an einer Hochschule

Allgemeine Informationen

In Deutschland gibt es viele verschiedene Studiengänge. Es gibt auch verschiedene Arten von Hochschulen:

- Universitäten (wissenschaftlich orientiert)
- Fachhochschulen (praxisorientiert)
- Duale Hochschulen (sehr praxisorientiert)
- Kunst-, Film- und Musikhochschulen (für künstlerische Fächer)

Es gibt staatliche Hochschulen und private Hochschulen. Die Qualität der privaten Hochschulen ist nicht immer besser. Sie müssen aber hohe Studiengebühren bezahlen.

Hilfreiche Internetseiten:

 [Hochschulkompass](#) (Alle Studiengänge und Hochschulen in Deutschland)

- 🌐 [Study in Germany](#) (Informationen für Flüchtlinge)
- 🌐 [Agentur für Arbeit](#) (Studienorientierung)
- 🌐 [Deutscher Akademischer Austauschdienst](#) (DAAD - Alle Studiengänge in Deutschland)

Voraussetzungen

Sie möchten in Deutschland studieren? Dann benötigen Sie eine Hochschul-Zugangs-Berechtigung. Dies kann ein Abitur sein. Es kann auch eine Fachhochschulreife sein. Sie haben das Abitur in Ihrem Heimatland gemacht? Es kann sein, dass Sie damit in Deutschland studieren können. Sie können das prüfen lassen.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website [Anabin](#). Gehen Sie dort zum Informationsportal "Anerkennung in Deutschland". Ebenso beim [Deutschen Akademischen Austauschdienst DAAD](#).

Sie müssen auch einen Nachweis bringen, dass Sie gute Deutschkenntnisse (Sprachniveau C1) haben. Das kann der Test "Deutsch als Fremdsprache" sein. Oder die Deutsche Sprachprüfung für den Hochschulzugang. Oder telc Deutsch C1 Hochschule.

Ebenso gibt es die Möglichkeit der Förderung durch die Bildungsberatung Garantiefonds Hochschule.

Manche Hochschulen bieten auch Semester zur Vorbereitung an. Dort lernen Sie auch Deutsch.

💡 Informieren Sie sich an der Hochschule, an der Sie studieren möchten. Die meisten Hochschulen haben dafür Angebote zur Beratung. Für eine Bewerbung an einer Hochschule gibt es Fristen. Sogenannte Bewerbungsfristen. Beachten Sie diese Fristen. Eine späte Bewerbung akzeptieren die Hochschulen nicht.

Keine Hochschulzugangsberechtigung

Sie können mit Ihrem Schulabschluss in Ihrer Heimat studieren? In Deutschland jedoch nicht? Sie können in einem Studienkolleg den Hochschulzugang nachholen. Studienkollegs sind speziell für ausländische Studienbewerber. Sie werden dort auf ein Studium in Deutschland vorbereitet.

Finanzierung und Stipendium

Als Student oder Studentin können Sie in Deutschland finanzielle Unterstützung bekommen. Das geht über das Bundes-Ausbildungs-Förderungs-Gesetz (kurz: BAföG). Das Amt zahlt das BAföG monatlich aus. Im besten Fall erhalten Sie während des gesamten Studiums Geld. Die monatliche Höhe des BAföG kann zwischen 399 und 735 Euro liegen. Sie müssen die Hälfte der BAföG-Summe nach dem Studium zurückzahlen. Die genauen Bedingungen für BAföG ändern sich regelmäßig. Sie finden detaillierte Informationen unter folgendem Link:

- 🌐 [Webseite BAföG für Geflüchtete und Migranten](#)

Als Alternative zum BAföG können Sie sich für ein Stipendium bewerben. Ein Stipendium müssen Sie in der Regel nicht zurückzahlen. Gute Noten sind wichtig, um ein Stipendium zu bekommen. Die Geber des Stipendiums bewerten auch Ihr ehrenamtliches Engagement. Sie erhalten normalerweise genauso viel Geld wie beim BAföG. Zusätzlich gibt es ein sogenanntes "Büchergeld". Das ist eine monatliche Zahlung von bis zu 300 €.

Bestimmte Organisationen vergeben Stipendien. Stipendien werden an Menschen mit viel Potenzial vergeben. Deswegen heißen diese Organisationen Begabten-Förderungs-Werke. Folgende Begabten-Förderungs-Werke bieten unter anderem Programme speziell für Geflüchtete an. Auf den Webseiten steht, wie Sie sich bewerben können. Dort steht auch, was die Werke von Ihnen fordern.

[!\[\]\(ff77987186f42e00228f0dec0280746a_img.jpg\) Friedrich-Ebert-Stiftung \(FES\) - Scholarships for Refugees](#)

[!\[\]\(e33745601c56372ed8ebd264a174f6f8_img.jpg\) Böckler-Aktion Bildung der Hans-Böckler-Stiftung](#)

[!\[\]\(17f4ce09963cb0f17fafa50c06bebe9e_img.jpg\) Konrad-Adenauer-Stiftung \(KAS\) - Scholarships for Refugees](#)

[!\[\]\(b0a7bc27bcbd716fc6f17041cea83f16_img.jpg\) Villigst - Unser Stipendium für Geflüchtete](#)

[!\[\]\(12e34e9e4252b30a852242f38c907701_img.jpg\) Brot für die Welt - Flüchtlingsstipendienprogramm](#)

Eine Ausnahme stellt dabei der Garantiefond der Otto Benecke Stiftung dar. Das Programm richtet sich an junge neu Zugewanderte. Sie wollen Ihre Hochschulreife in Deutschland erwerben? Sie wollen in Deutschland studieren? Sie wollen im akademischen Bereich arbeiten? Dann können Sie sich auf das Stipendium bewerben. Außerdem gibt es das Deutschland-Stipendium. Es unterstützt mit 300 € pro Monat finanziell. Die Deutschland-Stipendien werden über die jeweiligen Universitäten vergeben.

[!\[\]\(4c8a200be85d8be7ce33b7f7e1327e22_img.jpg\) Garantiefond Hochschule der Otto Benecke Stiftung in Bonn](#)

[!\[\]\(b204018f07f35ae64259225ce55111a1_img.jpg\) Deutschlandstipendium: Stipendiat werden](#)

Anerkennung von Zeugnissen

Anerkennung ausländischer Bildungsabschlüsse

Zeugnisse sind in Deutschland sehr wichtig. Man bekommt Sie in der Schule. Oder im Studium. Oder auch im Beruf. Im Beruf heißen sie Arbeitszeugnis. Mit Zeugnissen weisen Sie nach, was Sie bereits gelernt und geleistet hat. Zeugnisse sind die entscheidende Voraussetzung, um eine Arbeitsstelle zu bekommen. Sie brauchen auch ein Zeugnis, um zu einer Schule oder einem Studium zugelassen zu werden. Sie haben bereits im Ausland Zeugnisse erworben? Lassen Sie diese Zeugnisse in Deutschland **anerkennen**. Es wird geprüft, wofür Sie durch Ihre Zeugnisse in Deutschland qualifiziert sind. Ihre Leistungen werden sozusagen übersetzt. Es kann sein, dass Sie Ihre Zeugnisse nicht mehr haben. In diesem Fall können Sie versuchen, Ihre Berufserfahrung und Ihre beruflichen Fähigkeiten durch Tests anerkennen zu lassen.

Fachberatungsstellen für Anerkennung

AnuQ - Anerkennung- und Qualifizierungsberatung

 in Essen

@anerkennung@abeg.essen.de

+49 (0) 2018872444 +49 (0) 2018872752 +49 (0) 2018872294

[Website](#)

Informationsportal der Bundesregierung zur Anerkennung ausländischer Berufsqualifikationen

[Website](#)

[Annerkennungsfinder](#)

Zentralstelle für ausländisches Bildungswesen

[Website](#)

@zabservice@kmk.org

IQ Netzwerk (Integration durch Qualifizierung)

[Website](#)

[IQ Portal Beratung](#)

[IQ Netzwerk in NRW](#)

@kontakt@iq-nrw-west.de

[0211/3007-703](tel:0211/3007-703)

💡 Sie sind Kunde beim Jobcenter? Fragen Sie nach, ob ein [Coaching zur beruflichen Eingliederung](#) für Sie sinnvoll ist.

💡 Wenn Sie ein Studium oder eine Arbeit in der Wissenschaft anstreben, wenden Sie sich für die Anerkennung Ihrer Zeugnisse an die Ansprechpersonen bei den Hochschulen.

Amtliche Beglaubigung von Zeugnissen

Sie haben ein Dokument. Beispielsweise ein Zeugnis. Die Behörden möchten wissen, ob das Dokument echt ist. Dazu müssen Sie es amtlich beglaubigen lassen. Das ist auch wichtig für die Einschreibung an einer Universität. Dazu müssen alle Kopien der Zeugnisse amtlich beglaubigt sein.

Ausländische Urkunden können beglaubigt werden, sofern diese durch staatlich anerkannte Dolmetscher übersetzt wurde. Siehe hierzu auch: [Übersetzung von Dokumenten](#).

[Ansprechpartner in Mülheim](#)

Gesundheit

Allgemeines zu Gesundheit

Sie haben eine akute Erkrankung? Sie haben Schmerzen? In Deutschland haben Sie Anspruch auf medizinische Grundversorgung. Manche Impfungen sind vom Staat empfohlen. Sie können diese Impfungen bekommen. Manche Untersuchungen sind empfohlen. Sie sollen Krankheiten verhindern. Sie können diese Untersuchung machen lassen. Manche Untersuchungen sind für Ihre Gesundheit sehr wichtig. Diese bekommen Sie kostenlos von Ärzten und Ärztinnen. Suchen Sie eine Ärztin oder einen Arzt auf, wenn:

- Sie akut erkrankt sind oder Schmerzen haben
- Sie schwanger sind

- Sie chronisch krank sind. Sie haben zum Beispiel Diabetes, Epilepsie oder psychische Erkrankungen.

💡 Sie haben noch Medikamente? Alternativ haben Sie den Beipackzettel Ihrer Medikamente? Bringen Sie diese zum Arztbesuch mit.

Sie waren wegen der Erkrankung bereits bei einer Ärztin, einem Arzt oder im Krankenhaus? Bringen Sie den Befund bitte auch mit.

👥 Sie haben einen Aufenthaltstitel? Dann müssen Sie sich bei einer regulären Krankenkasse anmelden. Dort bekommen Sie eine Versichertenkarte. Damit haben Sie Anspruch auf Leistungen von Ärzten und Ärztinnen. Genauso wie alle Bürger und Bürgerinnen in Deutschland.

🌐 [Mehrsprachige Gesundheitsinformationen](#) des Landeszentrum Gesundheit NRW

Krankenversicherung

In Deutschland besteht Versicherungspflicht. Sie haben einen Aufenthaltstitel? Dann müssen Sie sich bei einer regulären Krankenkasse anmelden. Dort bekommen Sie eine Versichertenkarte. Damit bekommen Sie die gleichen Leistungen wie alle Menschen in Deutschland.

Sie haben eine akute Erkrankung im Ausland? Sie bekommen auch in vielen ausländischen Arztpraxen und Krankenhäusern die Grundversorgung. Informationen bekommen Sie von Ihrer Krankenkasse.

Sie können sich eine Allgemeinärztin oder einen Allgemeinarzt (Hausärztin/Hausarzt) Ihrer Wahl aussuchen. Sie brauchen eine Behandlung von einem Facharzt/Fachärztin? Dann bekommen Sie von Ihrem Hausarzt/ Ihrer Hausärztin eine Überweisung.

💡 Sie gehen in ein Krankenhaus? Sie gehen zu einem Therapeuten oder einer Therapeutin? Sie gehen zu einem Arzt oder einer Ärztin? Dann nehmen Sie Ihre Versichertenkarte mit.

Versichertenkarte

Die Versichertenkarte ist sehr wichtig. Mit ihr können Sie zum Arzt/ zur Ärztin gehen. Die Arbeit der Ärzte und Ärztinnen wird von Ihrer Versicherung bezahlt. Die Karte ist gleichzeitig Ihre Versicherung in ganz Europa. Sie heißt European Health Insurance Card (EHIC). Damit können Sie auch in allen EU-Staaten zum Arzt/ zur Ärztin gehen.

💡 Sie verreisen in ein Land außerhalb der EU? Dann sollten Sie eine zusätzliche Versicherung abschließen. Eine Versicherung für das Ausland schützt Sie auf der Reise. Sie heißt Auslandskrankenversicherung.

Sie möchten das deutsche Gesundheitssystem verstehen? Auf dieser [Website](#) finden Sie Informationen. Diese Informationen sind auf Deutsch und Englisch verfügbar.

🌐 [Hier](#) finden Sie alle wichtigen Informationen zum Thema Krankenversicherung (lesen Sie Kapitel 1). Der Wegweiser erklärt das deutsche Gesundheitssystem. Es gibt ihn auch in [anderen Sprachen](#): Wichtig sind der "Ratgeber Gesundheit für Asylsuchende in Deutschland" und der "Wegweiser Gesundheit für Alle".

👥 Als geflüchtete und asylsuchende Personen sind Sie noch nicht krankenversichert. Sie brauchen einen Krankenschein. Damit können Sie zum Arzt/ zur Ärztin gehen. Diese Scheine erhalten Sie vom [Sozialamt](#).

Arztbesuch

Hausärzte und Fachärzte

Sie sind krank? Gehen Sie zu Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt. Einen Hausarzt dürfen Sie selbst wählen. Die Öffnungszeiten legen die Hausärzte selbst fest. Ihr Hausarzt sollen Ihnen helfen? Vereinbaren Sie einen Termin.

Hausärzte und Hausärztinnen führen wichtige Untersuchungen durch. Sie sind Ihre erste Kontaktstelle bei Krankheiten. Sie entscheiden über notwendige Medikamente. Sie entscheiden, ob eine fachärztliche Untersuchung notwendig ist.

Ihr Hausarzt überweist Sie bei Bedarf an eine Fachärztin oder einen Facharzt. Diese können spezielle Untersuchungen durchführen.

Wenn die Praxis geschlossen ist, hilft der ärztliche Bereitschaftsdienst (Telefon [116117](tel:116117)).

 [Hier](#) können Sie Notdienstpraxen suchen. Das sind Ärzte und Ärztinnen, die auch außerhalb der Öffnungszeiten helfen können.

Kinderärzte und -ärztinnen

Kinderärzte untersuchen Kinder. Es gibt vorgeschriebene Untersuchungen für Kinder. Diese sind wichtig für die Gesundheit Ihres Kindes. Sie sollen Krankheiten bei Kindern verhindern. Kinder müssen auch geimpft werden. Impfungen sind wichtig. Sie verhindern, dass Kinder bestimmte Krankheiten bekommen. Die vorgeschriebenen Untersuchungen heißen "U-Untersuchungen". Sie sind immer zu einem bestimmten Zeitpunkt. Sie sind kostenfrei. Bitte informieren Sie sich bei einer Kinderärztin oder einem Kinderarzt.

Zahnärzte und Zahnärztinnen

Wenn Sie Zahnschmerzen haben, gehen Sie zu einer Zahnärztin oder einem Zahnarzt.

Gynäkologen / Gynäkologinnen (Frauenärzte / Frauenärztinnen)

Es ist wichtig, dass eine Gynäkologin oder ein Gynäkologe Frauen regelmäßig untersucht. Die Ärzte und Ärztinnen können Krankheiten so früh genug erkennen. Dies nennt man Vorsorgeuntersuchungen. Sie können dort auch das Thema Verhütung besprechen.

 Sie brauchen Hilfe bei der Suche nach einer geeigneten Ärztin oder einem geeigneten Arzt? Fragen Sie in einer [Beratung](#). Alternativ fragen Sie die Betreuung in Ihrer Unterkunft.

 Sie suchen Asyl? Sie sind krank? Sie müssen eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen? Dann erhalten Sie vom [Sozialamt](#) einen Schein für die Behandlung. Mit diesem ist der Arztbesuch für Sie kostenlos.

 Sie brauchen eine Operation? Es ist kein Notfall? Dann muss das [Sozialamt](#) den Aufenthalt im Krankenhaus genehmigen. Beantragen Sie die Genehmigung bevor Sie zum Krankenhaus gehen. Ihre Ärztin oder ihr Arzt stellt Ihnen hierzu ein Attest aus. Das Sozialamt übernimmt nur medizinisch notwendige Eingriffe.

🗣️Es gibt in Mülheim Ärzte, die unterschiedliche Sprachen sprechen. Auf der Website der KVNO oder der DAK können Sie Ärzte nach Ihrer Muttersprache filtern: 🌐 [Praxissuche KVNO](#) 🌐 [DAK Arztsuche](#)

Medikamente und Apotheken

Sie brauchen Medikamente? Dann gehen Sie zu Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin. Sie geben Ihnen ein Rezept. Ihre Medikamente bekommen Sie mit diesem Rezept in jeder Apotheke. Apotheken haben in der Regel von Montag bis Samstag geöffnet. Die Öffnungszeiten sind je nach Apotheke unterschiedlich. Sie brauchen nachts oder am Wochenende dringend Medikamente? Jede Apotheke hat ein Schild mit Name und Adresse der Apotheke mit Notdienst. Sie finden diese Information auch im Internet.

Suche nach Apotheken-Notdiensten

🌐 www.aponet.de

👥Als asylsuchender Mensch bekommen Sie viele Medikamente ohne eine Zuzahlung. Fragen Sie deshalb bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt nach. Wenn Sie kein Rezept haben, müssen Sie immer für die Medikamente bezahlen.

elektronische Patientenakte (ePA)

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

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

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

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

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

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

Wichtige Details zur ePA. Was müssen Sie beachten?

Inhalte der ePA:

- In die ePA werden automatisch alle wichtigen Informationen aus Ihren Arztbesuchen aufgenommen, wenn diese digital vorliegen. Das bedeutet, dass zum Beispiel Befunde oder Diagnosen, die der Arzt aufschreibt, in die ePA übernommen werden.

- Sie können auch selbst Informationen wie Vitalwerte (zum Beispiel Ihre Größe oder Ihr Gewicht) oder ältere medizinische Dokumente in die ePA hochladen.
- Ab 2025 wird es eine automatische Übersicht aller Medikamente geben, die Sie einnehmen. Diese wird später um einen speziellen Medikationsplan ergänzt.

Zugriffsrechte:

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

Nutzung und Zugänglichkeit:

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

Gesetzliche Regelungen:

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

Vorteile:

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

Herausforderungen:

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

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

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

-  [FAQ der Kassenärztlichen Vereinigung](#)
-  [Fragen und Antworten zur elektronischen Patientenakte \(ePA\) durch die KBV](#)
-  [Informationen der Verbraucherzentrale über die ePA](#)

Notrufnummern - SOS

Ein Notfall ist eine akute Gefahr für die Gesundheit. Sie haben einen Notfall? Dann rufen Sie einen Notarzt oder Notärztin an.

Notfallkontakte

- Polizei**  [110](#)
- Feuerwehr, Rettungsdienst**  [112](#)
- Krankenwagen, Notarzt**  [112](#)

 Die Notrufnummern der Handys funktionieren immer. Sie haben kein Guthaben auf dem Handy? Die Nummer funktioniert trotzdem!

Wichtige Angaben bei einem Notruf

- **Wer** ruft an (Ihr Name)?
- **Wo** ist etwas passiert (Adresse)?
- **Was** ist passiert?
- **Wie viele** Verletzte oder Kranke gibt es?
- **Welche Art** von Krankheiten oder Verletzungen liegen vor?
- **Warten** auf Rückfragen!

Bleiben Sie ruhig. Sprechen Sie langsam und deutlich. Dann versteht man Sie besser. Beenden Sie nicht das Gespräch. Alle wichtigen Informationen sind übermittelt? Die Notrufstelle / die Polizei beendet das Gespräch.

 Sie gehen ins Krankenhaus? Vergessen Sie Ihren Ausweis beziehungsweise Ihren Ankunftsnachweis nicht. Sie sind bei einer Krankenkasse angemeldet? Bringen Sie auch Ihre Versichertenkarte mit.

 Als asylsuchender Mensch dürfen Sie nur bei einem Notfall ohne Behandlungsschein ins Krankenhaus. Im Krankenhaus müssen Sie Ihren Ankunftsnachweis zeigen. Das Krankenhaus sieht dann, dass Sie Asyl suchen. Die Kosten bezahlt das Sozialamt.

Beratungsstellen und Hilfsangebote

Ratgeber - Leben mit Behinderung

Der Familienratgeber

 www.familienratgeber.de

Die Aktion Mensch veröffentlicht einen Familienratgeber. Der Familienratgeber richtet sich an Menschen mit Behinderungen. Und an ihre Familien. Er bietet Informationen und Adressen. Es

gibt auch eine Webseite. Dort finden Sie wichtige Informationen zum Thema Leben mit Behinderung. Diese Informationen gibt es in einfacher und leichter deutscher Sprache: Von der Schule, über den Beruf, Freizeit, Barrierefreiheit, Rechte, Wohnen, Beratung, Kranken- und Pflegeversicherung und vieles mehr.

Rollstuhlgerechte Orte in Mülheim

Auf der Website  [wheelmap](#) finden Sie Rollstuhlgerechte Orte.

breastcare App

Brustkrebs ist die weltweit häufigste Krebsart. Im Laufe ihres Lebens erkrankt in Europa jede achte Frau an Brustkrebs. Allein in Deutschland bekommen circa 70.000 Frauen pro Jahr Brustkrebs. Je früher die Krankheit erkannt wird, desto höher ist meist die Chance auf Heilung. Etwa 25% der Erkrankungen können durch einen gesunden Lebensstil vermieden werden. Die breastcare App arbeitet wissenschaftsbasiert. Sie erklärt leicht verständlich alles Wichtige zu den Themen Brustkrebs. Es geht auch um das Thema Früherkennung. Sie lernen wie wichtig ein gesunder Lebensstil ist. Derzeit ist die App in sieben Sprachen erhältlich: Arabisch, Deutsch, Englisch, Farsi, Französisch, Spanisch und Türkisch.

Die breastcare App

- erinnert mit einem Zykluskalender an das Abtasten der eigenen Brust
- erklärt mit einer bebilderten Anleitung die Selbstabtastung Schritt für Schritt
- klärt über Risikofaktoren und Symptome auf und gibt konkrete Tipps für einen gesunden Lebensstil
- beantwortet Fragen zu ärztlichen Früherkennungs-Untersuchungen in Deutschland
- verlinkt auf zahlreiche Kontaktstellen wie Brustzentren, Integrationsbeauftragte oder Hilfsangebote, an die sich Frauen bei Fragen wenden können
- erzählt Geschichten von betroffenen Frauen die Mut machen

Die App können Sie in den App Stores von Apple und Google herunterladen. Die App ist kostenlos. Die App kann ohne die Erfassung persönlicher Daten genutzt werden. Sie ist frei von Werbung und langfristig angelegt. Weitere Informationen in sieben Sprachen unter: www.breastcare.app

Beratung HIV, AIDS und STI

Sie möchten wissen, ob sie sich mit HIV/AIDS, Syphilis, Chlamydien oder Gonokokken infiziert haben? Sie können sich beim Amt für Gesundheit und Hygiene beraten und ggf. testen lassen.

Die Tests sind:

- Anonym
- Vertraulich
- Kostenlos

 Beratungszeiten finden Sie [hier](#).

📍 Heinrich-Melzer-Straße 3, 45468 Mülheim
Zimmer U.02
☎ 0208 455 5365
✉ Sabine.Beissel@muehlem-ruhr.de

Weitere Informationen über HIV und sexuell übertragbare Infektionen (STI's):

🌐 [Deutsche Aidshilfe](#)
🌐 [Liebesleben](#)

Rechtliches und Rechte

Asyl und Geflüchtete

Aufenthaltsstatus

Jeder Mensch in Deutschland hat einen Ausweis. Dieser Ausweis hilft Menschen zu identifizieren. Auch als Asylsuchender brauchen Sie einen Ausweis. Damit können die Behörden Ihren Status erkennen. Ihr Status bestimmt, ob Sie arbeiten dürfen oder nicht.

Es gibt 5 verschiedene Dokumente:

1. Ankunftsbescheinigung

Status: Asylsuchende

Hintergrund: Sie haben den Behörden gesagt, dass Sie Asyl brauchen. Die Behörden haben Sie im System erfasst. Sie haben aber noch keinen Asylantrag gestellt. Dieser Ausweis ist gültig, bis Sie den Antrag stellen. Den Antrag stellen Sie an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).



2. Aufenthaltsgestattung

Status: Asylbewerberinnen und Asylbewerber

Hintergrund: Sie haben einen Antrag auf Asyl gestellt. Eine Gruppe von Personen entscheidet über Ihren Antrag. Das dauert oft sehr lange. Dieser Ausweis ist bis zu der Entscheidung gültig. Über den Asylantrag entscheidet das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Ihr Antrag wurde als unbegründet abgelehnt? Dann können Sie dagegen klagen. Dies tun Sie beim Verwaltungsgericht. Sie dürfen in Deutschland bleiben, bis das Verwaltungsgericht entschieden hat.

Dieser Ausweis sagt, ob Sie arbeiten dürfen. Der Ausweis sagt, wo Sie wohnen können.

- Sie möchten arbeiten? Sie brauchen dafür eine Genehmigung? Diese bekommen Sie bei der [Ausländerbehörde](#). Ihr Arbeitgeber oder Sie als Arbeitnehmer können diese beantragen.
- Sie möchten Arbeit vermittelt bekommen? Gehen Sie zur [Agentur für Arbeit](#).
- Sie brauchen finanzielle Hilfe? Gehen Sie zum [Sozialamt](#).



3. Fiktionsbescheinigung

Status: Anerkannte Flüchtlinge

Hintergrund: Sie haben bei der Ausländerbehörde einen Antrag gestellt. Dieser Antrag soll ihr Recht zu bleiben verlängern. Die Behörde stellt dann oft eine Bescheinigung aus. Diese Bescheinigung erlaubt Ihnen zu bleiben. Dies ist wichtig, weil Ihr Antrag noch nicht bearbeitet wurde.



4. Aufenthaltserlaubnis

Status: Anerkannte Flüchtlinge

Hintergrund: Ihr Antrag auf Asyl wurde akzeptiert

Die Aufenthaltserlaubnis ist ein zeitlich befristeter Aufenthaltstitel. Sie wird zu einem bestimmten Zweck erteilt.

- Später können Sie ein unbefristetes Aufenthaltsrecht bekommen (Niederlassungserlaubnis)
- Sie haben uneingeschränkten Zugang zum Arbeitsmarkt
- Das [Jobcenter](#) kann Ihnen Arbeit und Sozialleistungen vermitteln



5. Duldung

Status: Geduldete

Hintergrund: Ihr Antrag auf Asyl wurde abgelehnt

Mit einer Duldung werden Sie nicht in Ihr Heimatland zurückgebracht. Die Duldung wird für eine bestimmte Zeit erteilt. Manchmal ist eine Abschiebung aus rechtlichen, tatsächlichen, humanitären oder persönlichen Gründen unmöglich.

- Es gibt eine generelle Regel. Dadurch ist für bestimmte Gruppen eine Duldung von maximal 3 Monaten möglich. Sie können für diese Zeit nicht in Ihr Heimatland zurückgebracht werden.
- Eine Arbeitsgenehmigung ist grundsätzlich notwendig. Diese beantragen Sie bei der [Ausländerbehörde](#).
- Sie möchten Arbeit vermittelt bekommen? Gehen Sie zur [Agentur für Arbeit](#).
- Sie brauchen finanzielle Hilfe? Gehen Sie zum [Sozialamt](#).



Asylantrag

Wenn Sie in Deutschland registriert sind und in einer Gemeinschaftsunterkunft leben, sind dies die nächsten Schritte für Sie.

1. Persönliche Asylantragstellung

- Den Asylantrag stellen Sie beim **Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF)**
- Eine Asylverfahrensberatung kann Ihnen wichtige Informationen für das Asylverfahren geben. Dafür ist die Flüchtlings- und Integrationsberatung zuständig.
- **Wichtig:** Ihren Antrag können Sie nur persönlich stellen. Sie können diesen Antrag nicht per Post senden.

- Den Termin und die zuständige BAMF-Stelle erhalten Sie mit Ihrem Ankunftsnachweis. Wenn Sie keinen Termin bekommen haben, fragen Sie Ihre Unterkunftsleitung

2. Erster-Interview-Termin (Asylantragstellung)

Sie müssen sich nach Ihrem ersten Termin bei der [Ausländerbehörde](#) melden.

3. Persönliche Anhörung

Der zweite Interview-Termin ist die eigentliche Anhörung. Danach entscheidet das BAMF über Ihren Asylantrag. Sie senden Ihnen einen Bescheid zu. Darin wird die Entscheidung ausführlich begründet.

a) Der Bescheid ist negativ

- Wenn der Bescheid negativ ist und Sie ihn anfechten möchten (das heißt, Sie sind nicht einverstanden), gehen Sie sofort zu Ihrer [Asylberatung | Flüchtlingsberatung](#). Dort besprechen sie mit Ihnen, was Sie machen können und sie können Sie an spezialisierte Anwälte vermitteln. Sie können zum Beispiel gegen den Bescheid klagen.
- Sie wollen lieber freiwillig ausreisen? Dann können Sie finanzielle Unterstützung für Ihren Neuanfang in Ihrem Herkunftsland erhalten.

b) Der Bescheid ist positiv, das heißt, Sie sind als schutzberechtigt anerkannt. Die nächsten Schritte sind:

Fiktionsbescheinigung beziehungsweise elektronischer Aufenthaltstitel (eAT): Sie haben den positiven BAMF-Bescheid erhalten. Dann müssen Sie sich sofort um ein Ausweisdokument beziehungsweise ein Äquivalent kümmern. Dies erhalten Sie bei der [Ausländerbehörde](#).

Jobcenter: Sie bekommen Ihr Geld jetzt nicht mehr vom Sozialamt, sondern müssen beim [Jobcenter](#) einen Antrag stellen.

Familienasyl und Internationaler Schutz für Familienangehörige

Sie haben in Deutschland Asyl erhalten. Ein Mitglied Ihrer Familie braucht auch Asyl. Sie können einen Antrag stellen. Das Mitglied Ihrer Familie bekommt den Status eines Schutzberechtigten.

Im Sinne des Familienasyls zählen als Mitglieder von Familien:

- Eheleute beziehungsweise eingetragene Lebenspartner und -partnerinnen,
- minderjährige, ledige Kinder,
- die Eltern von minderjährigen, ledigen Kindern,
- andere erwachsene Personen, die für minderjährige, ledige Kinder sorgeberechtigt sind,
- die minderjährigen, ledigen Geschwister von Minderjährigen.

💡 Die Eltern müssen das Sorgerecht für ihre Kinder haben. Sie müssen sich also um ihre Kinder kümmern können.

Sie wollen Ihren Ehemann oder ihre Ehefrau mit nach Deutschland bringen? Sie müssen bereits in Ihrem Herkunftsland verheiratet sein. Dann kann ihr Mann oder ihre Frau auch Asyl bekommen. Die Ehe muss von Deutschland anerkannt sein. Der Antrag auf Asyl muss vor oder gleichzeitig mit Ihrem Antrag gestellt werden. Sie müssen schutzberechtigt sein.

In Deutschland geboren:

Sie haben bereits einen Antrag auf Asyl gestellt? Sie haben danach ein Kind in Deutschland bekommen? Für Ihr Kind kann ein eigener Asylantrag gestellt werden. Sie oder Ihr Partner/ Ihre Partnerin müssen noch im Asylverfahren sein. Informieren Sie dazu das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge über die Geburt. Auch die Ausländerbehörde kann das Bundesamt informieren. Der Asylantrag gilt damit automatisch als gestellt. Die Eltern können für ihr Kind eigene Asylgründe vorbringen. Wenn sie das nicht tun, gelten die gleichen Gründe wie bei den Eltern. Auch hier ist bei einer ablehnenden Entscheidung des Bundesamtes ein Widerspruch möglich.

Ebenfalls und zum Schutz des Kindes werden und dürfen minderjährige Kinder bei einem ablehnenden Bescheid nicht getrennt von ihren Eltern rückgeführt werden.

Weiterführende Informationen finden Sie direkt beim BAMF.  [Webseite Familiennachzug \(BAMF\)](#)

 Lassen sich dazu bei einer Stelle der [Flüchtlingsberatung](#) beraten.

Frauenrechte

FGM - weibliche Genitalverstümmelung

In Deutschland ist die weibliche Genitalverstümmelung (FGM) verboten. Seit September 2013 wird FGM mit Freiheitsstrafe bestraft. Die Eltern dürfen auch nicht ausreisen, um ihre Tochter im Ausland beschneiden zu lassen. Das wird ebenfalls nach deutschem Strafrecht verfolgt. Mädchen und junge Frauen können Asyl beantragen, wenn ihnen droht, beschnitten zu werden.

Viele Mädchen sterben während der Verstümmelung oder an ihren Folgen. Es gibt viele und gefährliche Nachwirkungen der Verstümmelung:

- Inkontinenz,
- Schmerzen,
- schwere Blutungen,
- Komplikationen beim Geschlechtsverkehr und bei Geburten,
- Unfruchtbarkeit,
- Gefahr von HIV- und Hepatitis-Infektion,
- Blutvergiftung und Tetanus,
- Schockzustände,
- psychische Traumata,
- Depressionen.

 Auch sexuelle Befriedigung ist nach einer FGM meist nicht mehr möglich.

Wenn Sie von Genitalverstümmelung betroffen oder bedroht sind, wenden Sie sich an das Hilfetelefon unter der [08000116016](tel:08000116016). Die Mitarbeiterinnen des Hilfetelefons sind Tag und Nacht und in verschiedenen Sprachen für Sie da.

In Deutschland gibt es die Möglichkeit, die Klitoris zu rekonstruieren. Diese rekonstruktive Operation kann von plastischen Chirurgen durchgeführt werden. Fragen Sie einen Frauenarzt um Rat. In Berlin wurde ein „[Zentrum für Opfer von Genitalverstümmelung](#)“ gegründet. Hier werden nicht nur die körperlichen, sondern auch die psychischen Folgen kostenfrei und anonym behandelt. Sie brauchen dafür keine Krankenversicherung.

Schwangerschaftsabbruch

In Deutschland haben Sie das Recht, unter bestimmten Voraussetzungen Ihre Schwangerschaft abzuberechnen. Ein Schwangerschaftsabbruch kann nur in den ersten zwölf Wochen der Schwangerschaft, nach einer Schwangerschaftskonfliktberatung und in Begleitung eines Arztes vorgenommen werden. Nach den ersten zwölf Wochen ist ein Abbruch nur in Ausnahmefällen möglich.

Wenn Sie jemand zum Schwangerschaftsabbruch zwingen möchte oder Sie Fragen zu einem möglichen Schwangerschaftsabbruch haben, wenden Sie sich an das Hilfetelefon Schwangere in Not: [08004040020](tel:08004040020).

Wenn Sie durch eine Vergewaltigung schwanger geworden sind, können Sie bis zu zwölf Wochen nach der Empfängnis abtreiben lassen. In diesem Fall müssen Sie keine Beratungsstelle aufsuchen. Sie können sich aber kostenlos bei einer Beratungsstelle in Ihrer Nähe beraten lassen. Wenn Ihre körperliche oder psychische Gesundheit durch die Schwangerschaft gefährdet ist, können Sie auch zu einem späteren Zeitpunkt noch abtreiben. Die Gefährdung muss von einem Arzt oder einer Ärztin bescheinigt werden.

💡 Sie sind unter 18 Jahre alt? Sie wollen die Schwangerschaft abbrechen? Dann müssen Ihre Mutter oder Ihr Vater in der Regel zustimmen. Sie sind über 16 Jahre alt? Dann kann die Ärztin oder der Arzt entscheiden, dass Sie die Zustimmung Ihrer Eltern nicht mehr brauchen. Sie sind unter 16 Jahre alt? Dann brauchen Sie in der Regel die Zustimmung eines Elternteils. Sie können oder wollen Ihren Eltern nichts über die Schwangerschaft sagen? Dann wenden Sie sich an eine Beratungsstelle. Die Mitarbeitenden dort werden Ihnen helfen.

👥 Liste von Ärztinnen und Ärzten, Kliniken und Einrichtungen: 🌐 [Adressen](#)

Wer bezahlt die Kosten für eine Abtreibung?

Wenn Sie durch eine Vergewaltigung schwanger geworden sind oder Ihre Schwangerschaft Ihre Gesundheit gefährdet, übernimmt Ihre Krankenkasse oder das Sozialamt die Kosten für die Abtreibung. Wenn Sie Ihre Schwangerschaft aus anderen Gründen beenden möchten, müssen Sie einen Teil der Kosten selbst bezahlen. Ihre Krankenkasse bezahlt in diesem Fall nur die ärztliche Beratung und Betreuung sowie die Medikamente vor und nach dem Eingriff. Die Kosten für die eigentliche Abtreibung müssen Sie selbst bezahlen. Das sind in der Regel zwischen 200€ und 600€. Mehr zu den verschiedenen Möglichkeiten eines Schwangerschaftsabbruchs erfahren Sie in vielen verschiedenen Sprachen auf zanzu.de.

💡 Sie bekommen Leistungen vom Staat? Oder Sie verdienen nur wenig Geld? Dann können Sie die Übernahme der Kosten für die Abtreibung bei Ihrer Krankenkasse oder dem Sozialamt beantragen.

Ich möchte das Kind nicht behalten, aber auch nicht abtreiben. Was kann ich tun?

Wenn Sie Ihr Kind nicht behalten können oder wollen, können Sie Ihr Kind nach der Geburt zur Adoption freigeben. Das Jugendamt übernimmt dann zunächst die Fürsorge für Ihr Kind und kümmert sich um Ihr Kind. Wenn Sie sich dann endgültig dafür entscheiden, dass Sie Ihr Kind nicht selbst großziehen möchten, können Sie es zur Adoption freigeben. Das Jugendamt sucht dann eine fürsorgliche Familie, die Ihr Kind großziehen wird.

Wenn niemand von Ihrer Schwangerschaft erfahren darf, gibt es trotzdem die Möglichkeit Ihr Kind zur Welt zu bringen. Sie sind dabei auch nicht alleine. Es gibt die Möglichkeit einer sogenannten „vertraulichen Geburt“. Bei einer „vertraulichen Geburt“ können Sie Ihr Kind sicher in einem Krankenhaus zur Welt bringen. Mit Ausnahme einer Beraterin wird niemand Ihren Namen erfahren. Die Beraterin darf mit niemandem über Sie sprechen. So bleiben Sie unerkannt. Nach 16 Jahren hat Ihr Kind unter Umständen das Recht, Ihren Namen zu erfahren. Abgesehen von Ihrem Kind hat aber niemand das Recht dazu. Die Kosten für die Beratung und die Geburt müssen Sie nicht selbst bezahlen. Wenn Sie eine „vertrauliche Geburt“ möchten, können Sie sich rund um die Uhr unter der Telefonnummer [08004040020](tel:08004040020) oder online an die Beratungsstelle „[Hilfetelefon Schwangere in Not](#)“ wenden. Die Beratung ist kostenlos und anonym. Die Mitarbeiterinnen dort sprechen viele Sprachen. Alternativ können Sie sich auch an jede Klinik wenden. Die Mitarbeitenden dort wissen, was zu tun ist.

Arbeit und Lohn

Frauen verdienen in Deutschland durchschnittlich weniger als Männer. Einerseits arbeiten sie in Bereichen, die schlechter bezahlt werden. Das ist beispielsweise im sozialen Bereich der Fall. Aber Frauen verdienen oft auch für die gleiche Tätigkeit weniger als ihre männlichen Kollegen. Die Politik diskutiert seit Jahren verschiedene Vorschläge, um mehr Lohngerechtigkeit zu erreichen. Bisher hat sich hier aber nicht viel geändert.

Viele Arbeiten von Frauen werden nicht als Arbeit wahrgenommen. Sie machen den Haushalt. Sie erziehen die Kinder. Oder sie pflegen kranke oder alte Familienmitglieder. Diese Arbeiten sind unbezahlt. Aber sie sind trotzdem Arbeit. Das wird oft nicht anerkannt.

In Deutschland denken viele Menschen immer noch, dass der Mann das Geld verdient. Und er muss daher im Haushalt nicht mitarbeiten. Aber immer mehr Frauen arbeiten auch.

Sie möchten gut bezahlte Arbeit in Deutschland finden? Dann sollten Sie als erstes Deutsch lernen. Das BAMF bietet Kurse speziell für Eltern und Frauen an. Hier erhalten Sie auch Informationen zum Thema Kinderbetreuung und Schulsystem. Informieren Sie sich an Ihrem Wohnort bei [Migrationsberatungsstellen](#), [Ausländerbehörde](#), [Arbeitsagentur](#), [Jobcenter](#) oder direkt bei den Schulen, die Integrationskurse anbieten.

Grundrechte

Das Grundgesetz

In jedem Land gibt es Regeln, an die sich alle Menschen halten müssen. Das wichtigste Gesetz für Deutschland ist das Grundgesetz. Es ist eine Sammlung von 146 Artikeln. Jeder Artikel steht für ein Gesetz, also eine Regel. Diese Regeln bestimmen das Zusammenleben in Deutschland.

Die Grundrechte schützen den Freiheitsraum jedes Einzelnen. Sie sind in den Artikeln 1 bis 19 des Grundgesetzes festgelegt (Katalog der Grundrechte).

🌐 Hier finden Sie das Grundgesetz in 11 Sprachen: [Arabisch](#), [Chinesisch](#), [Englisch](#), [Französisch](#), [Italienisch](#), [Persisch](#), [Polnisch](#), [Russisch](#), [Serbisch](#), [Spanisch](#), [Türkisch](#) und [Deutsch](#).

🌐 Wie der deutsche Rechtsstaat funktioniert, wird in diesem Film anschaulich dargestellt: [Deutsch](#), [Dari](#), [Arabisch](#), [Englisch](#), [Französisch](#), [Paschtu](#), [Urdu](#).

Allgemeine Erklärung der Menschenrechte

Menschenrechte sind wichtige Rechte, die immer und für alle Menschen auf der ganzen Welt gelten. Menschenrechte sind Rechte, die jeder Mensch aufgrund seines Menschseins hat. Sie schützen die Würde eines jeden Menschen. Sie stehen allen Menschen gleichermaßen zu. Dabei wird kein Unterschied zwischen Menschen gemacht.

Es gibt 30 Rechte. Die wichtigsten sind:

- Alle Menschen sind gleich viel wert.
- Jeder Mensch darf eine eigene Meinung haben.
- Alle Menschen haben ein Recht auf Frieden und Sicherheit.

Kinderrechte

Kinderrechte

Als Kind brauchst du besonderen Schutz. Deshalb hast du auch besondere Rechte. Diese Rechte sind in der Konvention der Kinderrechte festgeschrieben. Die General-Versammlung der Vereinten Nationen hat die Konvention 1989 verabschiedet.

Die UN-Kinderrechtskonvention lässt sich in vier Gruppen einteilen: das Recht auf Leben und persönliche Entwicklung, die Gleichbehandlung, das Wohl des Kindes und die Beteiligung. Im Einzelnen bedeutet das:

- Jedes Kind hat das Recht auf alle Dinge, die es zum Leben braucht. Dazu gehören zum Beispiel Essen und Trinken oder eine ärztliche Behandlung.
- Auch zur Schule gehen zu dürfen ist ein Kinderrecht, sowie das Recht auf Spiel und Freizeit.
- Alle Mädchen und Jungen haben die gleichen Rechte und kein Kind darf schlechter behandelt werden als andere Kinder.
- Jedes Kind hat das Recht, gesund, umsorgt und vor Gewalt geschützt aufzuwachsen.
- Jedes Kind hat das Recht, bei seinen Eltern zu wohnen oder, sollten die Eltern getrennt leben, Kontakt zu beiden Elternteilen zu haben.
- Alle Mädchen und Jungen haben das Recht, sich eine eigene Meinung zu bilden und sich für diese einzusetzen.

💡 Es gibt Fragen, die euch als Kinder betreffen? Dann müssen sich die Erwachsenen eure Meinung anhören und bei ihren Entscheidungen auch berücksichtigen.

🌐 Die 10 wichtige Kinderrechte findest du hier anschaulich erklärt: [Deutsch/Arabisch](#) und [Deutsch/Persisch](#).

Du erfährst Gewalt? Du fühlst dich ungerecht behandelt? Dann kann dich der [KSD - Kommunalen Sozialer Dienst](#) oder die [Erziehungsberatungsstellen](#) dazu beraten.

Informationen und Hilfe bei sexualisierter Gewalt gegen Kinder und Jugendliche bietet das ELE Phone. Immer kostenlos erreichbar: ☎ [0800/6667776](tel:08006667776)

Antidiskriminierung und Inklusion

Erfahrungen mit Diskriminierung

Menschen wegen bestimmter Merkmale ungleich zu behandeln, ist in Deutschland verboten. Aber dennoch weit verbreitet. Ob bei der Wohnungssuche, auf der Arbeit, in Behörden, Schulen, Arztpraxen, in der Freizeit oder bei der Polizei. Diskriminierung kann in allen Lebensbereichen passieren. Komme ich nicht in den Club, weil ich eine Behinderung habe? Habe ich den Job nicht bekommen, weil ich ein Kopftuch trage? Werden meine Kinder in der Schule schlechter behandelt, weil sie nur wenig Deutsch sprechen? Kontrolliert die Polizei im Fernbus nur mich, weil ich eine andere Hautfarbe habe? Weigert sich der Taxifahrer, mich mitzunehmen, weil ich transsexuell bin? Erfahrungen wie diese führen zu Wut, Ohnmacht und einem Gefühl der Hilflosigkeit. Sie müssen Diskriminierung aber nicht einfach hinnehmen. Sie haben das Recht, sich dagegen zu wehren.

Dieses Recht haben alle Menschen in Deutschland. Unabhängig von ihrer Herkunft oder ihrem Aufenthaltsstatus. Das ist im deutschen Grundgesetz als eines der Menschenrechte verankert. Sie können vor Gericht gegen die Diskriminierung klagen.

Wurde ich diskriminiert?

Manchmal weiß man nicht genau, ob man diskriminiert wurde. Man ist unsicher, weil andere Personen in einer Handlung kein Problem sehen oder die Diskriminierung nicht schlimm finden. Hier kann eine Beratung helfen. Die Mitarbeitenden der Beratungsstelle nehmen Ihre Erfahrungen ernst. Sie können Ihnen sagen, ob Ihre Erfahrung auch rechtlich als Diskriminierung gelten könnte und welche rechtlichen Möglichkeiten Sie jetzt haben. Aber auch, wenn Ihre Erfahrung rechtlich nicht als Diskriminierung gilt, kann Ihnen die Beratungsstelle helfen. Die Mitarbeitenden können Sie dabei unterstützen, sich mit dem Erlebten auseinanderzusetzen und Strategien für die Zukunft zu entwickeln.

Die Antidiskriminierungsberatungsstellen unterstützen alle Menschen, die Diskriminierung erlebt haben und Beratung möchten.

Sie können sich beispielsweise bei der Antidiskriminierungsstelle des Bundes direkt unter der Telefonnummer [0301/85551855](tel:030185551855) beraten lassen. Die Beratungsstelle ist ☎ montags von 13 - 15 Uhr und ☎ mittwochs und freitags von 9 - 12 Uhr zu erreichen. Die Mitarbeitenden sprechen Deutsch. Die Beratung ist kostenlos und auf Wunsch anonym. Für den Anruf müssen Sie die üblichen Telefongebühren bezahlen.

Außerdem können Sie auch den Antidiskriminierungsverband Deutschland um Hilfe bitten.

Antidiskriminierungsstelle der Stadt Mülheim an der Ruhr

👤 Hakan Caliskan

✉ [@Hakan.Caliskan@muehheim-ruhr.de](mailto:Hakan.Caliskan@muehheim-ruhr.de)

☎ [+49 \(0\) 2084551545](tel:+4902084551545)

📄 [Flyer](#)

📍 Am Rathaus 1
45468 Mülheim an der Ruhr

Alternativ können Sie sich auch an eine [Migrationsberatung \(MBE\) für erwachsene Zugewanderte](#) oder den [Jugendmigrationsdienst \(JMD\)](#) wenden. Die Mitarbeitenden sprechen oft viele Sprachen und helfen Ihnen bei allen Problemen rund um das Leben in Deutschland.

Was tue ich, wenn ich von der Polizei diskriminiert wurde?

Diskriminierung kann man auch durch die Polizei erfahren. Eine Erfahrung, die viele Menschen in Deutschland machen, ist beispielsweise das sogenannte Racial Profiling. Wenn eine Person von der Polizei angehalten, befragt, durchsucht oder gar verhaftet wird, nur weil sie ihnen wegen ihrer Hautfarbe oder ähnlicher Merkmale verdächtig vorkommt, ist das "Racial Profiling". Aber auch diskriminierende Beleidigungen, Misshandlungen oder Übergriffe können passieren. Opfer von Polizeiwilkkür oder Polizeigewalt können die Polizisten und Polizistinnen anzeigen.

Polizisten und Polizistinnen stehen nicht über dem Gesetz. Was sie dürfen und nicht dürfen, ist im Strafgesetzbuch, der Strafprozessordnung und dem Polizeirecht geregelt.

Wichtig: Sie haben das Recht, nach dem Dienstausweis des Polizisten oder der Polizistin zu fragen und sich ihre Daten aufzuschreiben. Das ist wichtig, wenn Sie später eine Strafanzeige stellen möchten. Es ist auch immer hilfreich, Passanten und Passantinnen darum zu bitten, die Situation zu beobachten. Dann haben Sie auch Zeugen und Zeuginnen. Bitte beachten Sie: Eine Strafanzeige müssen Sie innerhalb von drei Monaten nach dem Vorfall stellen. Das können Sie direkt bei der Staatsanwaltschaft machen. Sie müssen also nicht zur Polizei.

Lesbisch, Schwul, Bisexuell, Trans* und Inter* (LSBTI)

In Deutschland leben viele unterschiedliche Menschen zusammen. Sie haben verschiedene Religionen. Sie sind unterschiedlichen Geschlechts. Sie kommen aus verschiedenen Ländern. Sie vertreten unterschiedliche politische Ansichten. All diese Menschen leben friedlich zusammen. Sie haben die gleichen Rechte.

Gleiches gilt auch für Menschen unterschiedlicher sexueller Orientierung oder geschlechtlicher Identität: Dazu zählen Lesben, Schwule, Bisexuelle sowie trans- und intergeschlechtliche Menschen. In kurz heißen sie LSTBI. Sie haben in Deutschland die gleichen Rechte wie die anderen Menschen.

Es gibt drei Geschlechter in Deutschland. Diese sind "männlich", "weiblich" und "divers". Transgeschlechtliche Personen können in Deutschland ihr Geschlecht ändern. Sie können auch ihren Namen ändern lassen. Frauen dürfen in Deutschland andere Frauen lieben und heiraten. Männer dürfen in Deutschland andere Männer lieben und heiraten.

👥 Viele LSBTI-Personen sind nach Deutschland geflüchtet, weil sie in ihrem Heimatland verfolgt wurden. Sind Sie geflüchtet und lesbisch, schwul, bisexuell, trans- oder intergeschlechtlich? Dann können Sie an eine der vielen LSBTI-Organisationen in Deutschland wenden. Dort finden Sie Unterstützung, soziale Kontakte und Informationen. Beim LSVD-Projekt "Queer Refugees Deutschland" finden Sie deren Kontaktdaten. Sie finden auch weitergehende Informationen:

Lesben- und Schwulenverband in Deutschland (LSVD)

Projekt "Queer Refugees Deutschland"

 www.queer-refugees.de

 @queer-refugees@lsvd.de

Menschen mit Behinderung

In Deutschland hat fast jeder zehnte Mensch eine schwere Behinderung. Viele weitere Menschen haben gesundheitliche Beeinträchtigungen. Oder sie sind chronisch krank. Es gibt zum Beispiel Menschen, die nicht sehen können. Sie sind blind. Es gibt Menschen, die nicht hören können. Sie sind taub. Bei manchen Menschen ist der Körper kleiner als bei anderen. Manche Sachen fallen Ihnen nicht so leicht. Sie können nicht selber gehen. Oder es ist schwerer, eine bestimmte Arbeit zu machen. Aber auch sie sollen an der Gesellschaft teilhaben können. Dafür gibt es Maßnahmen der Inklusion. Sie bekommen zum Beispiel Hilfe im Job. Oder Kinder bekommen schon vor dem Kindergarten eine besondere Förderung. Sie heißt Frühförderung.

Frühförderung

Frühförderung ist für Kleinkinder, die eine Behinderung haben oder eine Behinderung bekommen könnten. Sie hilft auch Kindern, die sich in bestimmten Bereichen langsamer als andere Kinder entwickeln. Beispiele für Frühförderung sind: Sprach-Förderung, Sehschule oder Bewegungstherapie. Die Frühförderung gibt es für Kinder von Geburt bis zum Schulalter. Eine frühe Förderung ist wichtig, um Behinderungen zu vermeiden oder die Folgen von Behinderungen zu mildern.

Ihr [Kinderarzt](#) kann Ihnen helfen, eine Frühförderung zu finden. Auch das [Gesundheitsamt](#) können Sie ansprechen. Hier finden Sie weitere Informationen zur [Frühförderung](#).

Schwerbehinderte

Menschen mit einem Grad der Behinderung von 50 und mehr können einen Ausweis für Schwerbehinderte bekommen. Mit dem Ausweis sind einige Vorteile verbunden. Zum Beispiel Steuerermäßigungen. Und verbilligte oder kostenlose Nutzung von Bus und Bahn. Welche Vorteile eine Person hat, hängt von der Art der Behinderung und vom Grad der Behinderung ab. Einen Ausweis für Schwerbehinderte können Sie beim Versorgungsamt beantragen.

Der Familienratgeber gibt [hier](#) wertvolle Informationen. Sie können nachlesen, was der Grad der Behinderung ist. Sie lernen, wer den Grad der Behinderung bestimmt. Und was Sie tun können, wenn Sie mit Ihrem Grad der Behinderung nicht einverstanden sind.

 [Ausstellung Ausweis](#)

Probleme bei der Inklusion

Es gibt aber auch noch viele Probleme bei der Integration von Menschen mit Behinderung. Denn die Menschen sind nicht behindert – sie werden behindert: Der zu hoch angebrachte Bankautomat verhindert, dass sie ohne Probleme Geld abholen können. Die Treppe ist für den Rollstuhl tabu. Und die kleine Schrift wird für sehbehinderte Menschen zum Problem. Sie sehen eine Person, die vielleicht Hilfe braucht? Dann fragen Sie, ob Sie helfen können.

Religionsfreiheit

In Deutschland gilt Religionsfreiheit. Dies wird vom Grundgesetz garantiert. Sie können Ihren Glauben so ausleben, wie Sie es selbst für richtig halten, solange Sie dabei das Grundgesetz nicht verletzen. Sie dürfen auch nicht aufgrund ihrer Religion diskriminiert werden, zum Beispiel bei der Suche nach Arbeit. Religionsfreiheit bedeutet dabei auch, den Glauben Anderer zu akzeptieren. Deutschland hat keine Staatskirche. Staat und Religion sind getrennt.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Alle Menschen dürfen ihre Religion und ihren Glauben selbst wählen und frei ausüben.
- Alle Menschen haben die Freiheit, nicht religiös zu sein. Wer nicht an Gott glaubt, darf dies auch öffentlich sagen.
- Menschen unterschiedlicher Religionen und Glaubensrichtungen dürfen untereinander heiraten.
- Heirat zählt nur vor dem Standesamt als rechtskräftige Ehe. Ausschließlich im Rahmen einer Religion geschlossene Ehen sind in Deutschland rechtlich nicht bindend.
- Religiöse Gesetze bestimmen nicht das Rechtssystem in Deutschland.

Polizei

Zuständigkeiten der Polizei

Die Polizei soll uns vor Gefahren schützen. Außerdem klärt sie Verbrechen auf. Sie hat nichts mit dem Geheimdienst oder der Politik zu tun. Es besteht ein Notfall? Dann können Sie die Polizei jederzeit unter [110](#) erreichen. Der Anruf ist kostenlos. Was Sie bei einem Notruf beachten müssen, lesen Sie [hier](#).

Was die Polizei darf und nicht darf, ist in Gesetzen festgelegt. Um zum Beispiel eine Wohnung zu durchsuchen, braucht sie die Erlaubnis eines Richters. Außer, es besteht für einen Menschen in der Wohnung große Gefahr. Mehr zu Ihren Rechten gegenüber der Polizei, lesen Sie [hier](#).

 Versuchen Sie nicht, die Polizei zu bestechen. Bestechungsversuche gegenüber Polizisten werden in Deutschland hart bestraft.

Wann sollte ich die Polizei rufen?

Sie oder eine andere Person sind in Gefahr? Sie haben ein Verbrechen beobachtet? Dann rufen Sie die Polizei.

Es kann ein Überfall sein. Oder ein Einbruch. Auch Diebstahl, Brandstiftung und Sachbeschädigung gehören dazu. Sexueller Missbrauch, Körperverletzung oder Bedrohung sind ebenfalls Aufgabe der Polizei. Auch bei häuslicher Gewalt sollten Sie die Polizei rufen.

Wenn Sie die Notrufnummer 110 wählen, wird die Polizei so schnell wie möglich bei Ihnen sein.

Wichtig: Wenn Sie Opfer rechter, rassistischer, antisemitischer, islamophober, homophober oder transphober Gewalt geworden sind, können Sie sich jederzeit an die Polizei wenden. Mehr dazu erfahren Sie in unserem Kapitel "[Diskriminierung](#)".

Sie können die Polizei auch bei einer sogenannten Ordnungswidrigkeit rufen. Zum Beispiel, wenn jemand die Ruhezeiten nicht einhält und nachts laut Musik hört.

Auch wenn Sie eine politische oder religiöse Radikalisierung von jungen Erwachsenen in Ihrem Umfeld bemerken, können Sie dies der Polizei melden. Sie können hierfür aber auch die Beratungsstelle Radikalisierung des BAMF unter  [+49 \(0\) 9119434343](tel:+49(0)9119434343) in mehreren Sprachen kontaktieren.

Freizeit, Kultur, Sport

 [Veranstaltungskalender](#) der Stadt Mülheim an der Ruhr

 [Kulturbetrieb](#) Kunst & Kultur

Centrum für bürgerschaftliches Engagement e. V. (CBE)

Das CBE ist ein Verein. Wir verfolgen das Ziel ehrenamtliches Engagement in Mülheim und der Region zu fördern. Wir beraten und vermitteln Freiwillige. Wir entwickeln Projekte mit und für Ehrenamtliche.

Das CBE führt Veranstaltungen und Aktionen durch. Wir arbeiten in Netzwerken und fördern dadurch eine Kultur des gemeinsamen Lernens in der Stadt. Wir sind offen für gemeinsame Aktivitäten und Engagement. Wir freuen uns über neue Kooperationen, Ideen und Projekte.

Das CBE versteht sich als Netzwerk für Engagement. Die gemeinsame Arbeit von ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gehört daher zum Selbstverständnis des CBE.

Wir freuen uns darüber, wenn Sie sich mit Ihren Fähigkeiten und Potenzialen ehrenamtlich bei uns oder in einem unserer Projekte einbringen möchten. Bitte sprechen Sie uns an.

Gemeinsam mit diversen Akteuren bieten wir unter anderem folgende Angebote an:

- [Textiles Repair Cafe](#)
- [Repair Werkstatt](#)
- [Fahrradwerkstatt](#)
- [Sprachsalon](#)
- [Internationales Kochen](#)
- [Näh- Treff](#)
- [Smartphone Café](#)
- [Offener Spiele Treff](#)
- [Interkulturelles Frauencafé](#)
- [Spielen und Basteln](#)
- [Mehrsprachiges Lesen](#)
- [Arabischer interkultureller Treff](#)
- [Empowerment Schwarze Frauen](#)

Informationen zu Projekten und Veranstaltungen finden sich auch auf der  [Website](#) oder hier in der  [App](#).

Sportangebote

Spaß an Bewegung ist das eine. Aber Sport bietet Ihnen noch eine weitere Chance: Durch Sport ist es einfacher, sich in einem neuen Umfeld einzuleben und Kontakte zu knüpfen. Die Regeln des Sports kennen keine Kultur- und Ländergrenzen. Menschen verstehen sich meist auch ohne gemeinsame Sprache. Sport bietet über persönliche Kontakte eine gute und ungezwungene Kontaktaufnahme zu Einheimischen.

Hier geht es zum  [Sportportal Mülheim](#)

Informationen über Mülheimer Sportvereine finden sich zum Beispiel beim  [MSB](#)

Büchereien

In einer Bibliothek oder einer Bücherei kann man Bücher, CDs, Lernmaterial und Lernhilfen für Zuhause ausleihen. Dafür brauchen Sie einen Büchereiausweis. Diesen bekommen Sie in Ihrer örtlichen Bücherei. Ebenso ist es möglich, dort ganz in Ruhe zu lernen oder zu lesen.

Informieren Sie sich vor Ort:

Stadtbibliothek im MedienHaus

Synagogenplatz 3

45468 Mülheim an der Ruhr

 [0208/4554141](tel:0208/4554141)

@stadtbibliothek@muelheim-ruhr.de

Eine Übersicht der Schul- und Stadtteilbibliotheken finden Sie [hier](#).