

Spis treści

Witamy	4
Pozdrowienia od Administratora Dystryktu	4
Co warto wiedzieć o powiecie Neustadt a. d. Waldnaab?	5
Pierwsze kroki	6
Wspólne życie w Niemczech	7
O Integreat	8
Integreat w języku migowym (video)	9
Ważne władze i urzędy	9
Urząd pracy	9
Urząd Pracy	10
Biuro pomocy społecznej	11
Karta płatnicza	12
Urząd Stanu Cywilnego	14
Urząd imigracyjny	15
Biuro pomocy społecznej dla młodzieży	16
Urząd ds. Zdrowia	17
Doradztwo i pomoc	19
Prawa podstawowe	19
Azyl i uchodźcy	19
Status pobytu	19
Wniosek o azyl	22
Azyl rodzinny i ochrona międzynarodowa dla członków rodziny	23
Centralny punkt doradczy ds. powrotu	24
Poradnictwo dla uchodźców i integracyjne	24
Prawa kobiet	26
FGM - okaleczanie żeńskich narządów płciowych	26
Aborcja	26
Przemoc domowa	28
Telefoniczna linia wsparcia – przemoc wobec kobiet	29
Aplikacja nt. raka piersi	29
Prawa dziecka	30
Przeciwdziałanie dyskryminacji i włączenie społeczne	31
Doświadczenia związane z dyskryminacją	31
Osoby homoseksualne, biseksualne, transpłciowe oraz interpłciowe (LGBTI)	32
Osoby niepełnosprawne	33
Wolność religijna	34
Policja	35
Obowiązki policji	35
Prawa w stosunku do policji	35
Doradztwo online	37
Życie codzienne	38
Finanse i umowy	38
Podstawowe informacje o umowach	38
Ubezpieczenia	38
Telefon komórkowy	39
Konto bankowe	40
Podatki i zeznanie podatkowe	41
Internet i darmowe hotspoty	42
Mobilność	43

Transport publiczny i rower	43
Prawo jazdy i prowadzenie pojazdu	45
Wypoczynek i wymiana	47
Biblioteki	47
Grupy wsparcia	48
Oferty dla seniorów	49
Kluby	50
Język	51
Poziom językowy i certyfikaty	51
Kursy językowe	51
Wstępne kursy orientacyjne	52
Kursy integracyjne	52
Kursy języka zawodowego (DeuFöV – rozporządzenie o wspieraniu języka niemieckiego do celów zawodowych)	53
Kursy językowe online i nauka online	54
Ucz się niemieckiego bez kursu	55
Dostawca kursów językowych	56
Tłumacz kulturowy	57
Szkola, szkolenie, nauka	58
Szkola	58
Informacje o szkoleniach, pracy i studiach	59
Edukacja (dualna i realizowana w pełnym zakresie w szkole)	60
Szkola zawodowa	61
Studia	63
Studia na uczelni wyższej	63
Finansowanie i stypendium	64
Praca	65
Szukanie pracy	65
Dostęp do rynku pracy	65
Umowa o pracę	67
Aplikacje i rozmowy kwalifikacyjne	69
Szukanie pracy – doradztwo i pomoc	70
Migracja pracowników wykwalifikowanych	72
Podstawowe informacje na temat imigracji wykwalifikowanej siły roboczej	72
Dla pracodawców	72
Dla profesjonalistów	73
Na szkolenia i studia	74
Własna działalność gospodarcza	75
Uznawanie zagranicznych świadectw i dyplomów	76
Zdrowie	76
Ubezpieczenie zdrowotne	76
Informacje dla osób ubiegających się o azyl	78
Choroby & Higiena	78
Opieka zdrowotna	79
Szczepienia	79
Wczesne wykrywanie	80
Badania U dla dzieci	80
Zdrowie psychiczne & Uzależnienie	81
Więcej informacji na temat zdrowia	83
Wizyta u lekarza	84
Lekarstwa i apteki	87

Szpital	87
Osoby niepełnosprawne	88
Dzieci, młodzież i rodzina	88
Ciąża i poród	88
Opieka nad dziećmi	90
Zasiłki rodzinne	91
Nieletni uchodźcy bez rodziców czy opiekunów	91
Pakiet edukacyjny i pakiet uczestnictwa	92
Mieszkanie	94
Segregacja i składowanie odpadów	95
Energia i środowisko	96
Abonament RTV	96
Poszukiwanie mieszkania	97
Wynajem mieszkania	98
Umowa najmu i kaucja	98
Absorpcja kosztów przez urząd pracy i zasiłek mieszkaniowy	99
We własnym mieszkaniu	100
Regulamin budynku, segregacja odpadów i oszczędzanie energii	100
Internet, telewizja i składka abonamentowa za radio (GEZ)	102
Pomoc w nagłych wypadkach	102
Policja, straż pożarna, połączenie alarmowe, połączenie alarmowe z trucizną	103
Telefon zmartwień (w przypadku kryzysów psychicznych)	103

Witamy

Pozdrowienia od Administratora Dystryktu



Drogi Nowy Obywatelu,
drogi nowy obywatelu,

witamy w dzielnicy Neustadt a.d. Waldnaab.

Przeprowadzka do innego kraju oznacza dużą zmianę i stawia przed Tobą wiele nowych wyzwań.
Chcielibyśmy wesprzeć Cię, abyś mógł się odnaleźć i poznać struktury w naszym kraju.

Dzięki IntegreatApp oferujemy naszą pomoc.

Zawartość przewodnika jest obszerna.

Otrzymasz cenne informacje na temat języka, ważnych władz i urzędów oraz, oczywiście,
odpowiedzi na wiele pytań.

Integracja jest ważnym krokiem w kierunku wspólnego życia w harmonii.

Dokładamy wszelkich starań, aby ułatwić Ci pierwszy raz.

Celem jest, abyś czuł się komfortowo w nowym środowisku i stał się częścią naszego
społeczeństwa.

Jesteśmy tutaj, aby Ci pomóc.

Twój



Bild und Unterschrift dürfen nur nach vorheriger Genehmigung verwendet werden!

Co warto wiedzieć o powiecie Neustadt a. d. Waldnaab?

Powiat Neustadt a. d. Waldnaab znajduje się w Górnym Palatynacie.
Jest to jeden z siedmiu okręgów administracyjnych w Bawarii.
Bawaria jest jednym z 16 krajów związkowych w Niemczech.

Powiat Neustadt a. d. Waldnaab składa się z 38 gmin.
Mapę dzielnicę można znaleźć [tutaj](#).

Tutaj znajdują się wszystkie gminy należące do danego okręgu.
Kliknięcie nazwy gminy spowoduje przejście do jej strony internetowej.
Znajdziesz tam wiele informacji na temat lokalnych ofert.

[Altenstadt a. d. Waldnaab](#)

[Bechtsrieth](#)

[Eschenbach](#)

[Eslarn](#)

[Etzenricht](#)

[Floß](#)

[Flossenbürg](#)

[Pleystein](#)

[Grafenwöhr](#)

[Irchenrieth](#)

[Kirchendemenreuth](#)

[Kirchenthumbach](#)

[Kohlberg](#)

[Leuchtenberg](#)

[Luhe-Wildenau](#)

[Mantel](#)

[Moosbach](#)

[Neustadt am Kulm](#)

[Neustadt a. d. Waldnaab](#)

[Parkstein](#)

[Pirk](#)

[Pleystein](#)

[Pressath](#)

[Püchersreuth](#)

[Schirmitz](#)

[Schlammersdorf](#)

[Schwarzenbach](#)

[Speinshart](#)

[Störnstein](#)

[Tännesberg](#)

[Theisseil](#)

[Trabitza](#)

[Vohenstrauß](#)

[Vorbach](#)

[Waidhaus](#)

[Waldthurn](#)

[Weierhammer](#)

[Windischeschenbach](#)

Pierwsze kroki

Zameldowanie w gminie

Czy jesteś nowy w dzielnicy Neustadt a. d. Waldnaab?

Wprowadziłeś się do swojego pokoju, mieszkania lub domu?

Należy się zameldować w ciągu dwóch tygodni w ratuszu w Urzędzie meldunkowym (Einwohnermeldeamt).

Dzieci powyżej 15 roku życia muszą się stawić osobiście.

Trzeba tak postępować za każdym razem, jeśli zmieniasz adres zamieszkania.

Do rejestracji lub ponownej rejestracji potrzebny jest paszport i/lub tytuł pobytowy/zezwoleń na pobyt/zwolnienie. Osoby, które przeprowadzają się do wynajmowanego mieszkania, potrzebują potwierdzenia osoby udostępniającej mieszkanie [Wohnungs-Geber-Bestätigung]. Formularz potwierdzenia dawcy mieszkania można otrzymać w ratuszu.

Osoby, które przeprowadzają się do zakwaterowania dla azylantów, potrzebują zaświadczenia o przydziale.

Potwierdzenie osoby udostępniającej mieszkanie zostanie wypełnione przez tę osobę (na przykład wynajmującego).

W przypadku zakwaterowania w ośrodku dla osób ubiegających się o azyl, kierownik ds. zakwaterowania wypełni formularz potwierdzenia dostawcy zakwaterowania/powiadomienia o wprowadzeniu się.

W przypadku pytań dotyczących prawa pobytu

Urząd Rejestracji Cudzoziemców (Ausländerbehörde) odpowiada na wszystkie pytania dotyczące prawa pobytu (np. zezwolenia na pobyt, procedury wizowej) i pozwolenia na pracę:

[Urząd ds. Cudzoziemców](#)

 [09602/790](tel:09602790)

 @auslaenderamt@neustadt.de

Wspólne życie w Niemczech

[Przewodnik dla uchodźców](#) oferuje wstępny przewodnik po życiu w Niemczech.

Ustawa Zasadnicza

W każdym kraju istnieją zasady, których wszyscy ludzie muszą przestrzegać. Najważniejszą ustawą dla Niemiec jest Ustawa Zasadnicza. Jest to zbiór 146 artykułów. Każdy artykuł stanowi prawo, tj. zasadę. Zasady te określają życie we wspólnocie w Niemczech. Prawa podstawowe chronią wolność każdej jednostki.

Są one określone w art. 1-19 ustawy zasadniczej.

Tutaj znajdziesz Ustawę Zasadniczą w 11 językach:

[Arabski](#), [chiński](#), [angielski](#), [francuski](#), [włoski](#), [perski](#), [polski](#), [rosyjski](#), [serbski](#), [hiszpański](#), [turecki](#).

W tym filmie żywo zilustrowano, jak funkcjonuje niemieckie państwo konstytucyjne:

[Niemiecki](#), [dari](#), [arabski](#), [angielski](#), [francuski](#), [paszto](#), [urdu](#), [tigrinya](#)

Powszechna Deklaracja Praw Człowieka

Prawa człowieka są istotnymi prawami, które obowiązują na całym świecie w każdym czasie i w odniesieniu do wszystkich ludzi.

Prawa człowieka to prawa, które przysługują każdej istocie ludzkiej z racji bycia człowiekiem.

Chronią one godność każdego człowieka i są jednakowo dostępne dla wszystkich bez względu na kolor skóry, płeć, język, religię, poglądy polityczne, pochodzenie narodowe lub społeczne.

Istnieje 30 praw. Najważniejsze to:

- Wszyscy ludzie są tyle samo warci.
- Każdy człowiek ma prawo do własnego zdania.
- Prawo do pokoju i bezpieczeństwa.

Prawa dzieci

Dzieci potrzebują szczególnej ochrony, a zatem i szczególnych praw.

Tu w jasny sposób objaśniono 10 ważnych praw dziecka: [Albański](#), [arabski](#), [bułgarski](#), [dari](#), [angielski](#), [farsi](#), [francuski](#), [włoski](#), [macedoński](#), [serbski](#), [hiszpański](#), [perski](#), [turecki](#).

Mężczyźni i kobiety są równi

Mężczyźni i kobiety są równi w Niemczech.

Równość oznacza: Nikt nie ma więcej lub mniej praw.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Więcej informacji o rodzinie można znaleźć [tutaj](#).

O Integreat

Integreat to przewodnik, który pomoże Ci w codziennym życiu.

Znajdziesz tu ważne adresy, osoby kontaktowe, a także porady i wskazówki, które pomogą Ci się odnaleźć.

Przewodnik ten zawiera wiele rozdziałów.

Każdy rozdział dotyczy innego tematu.

Znajdziesz tu między innymi informacje o lekarzach, szkołach, kursach języka niemieckiego czy innych instytucjach.

Jest tam również rozdział z pomysłami na to, co można robić w wolnym czasie.

Zmieniają się informacje i sposoby spędzania wolnego czasu. Twoja gmina regularnie je aktualizuje.

Dlatego bardzo dobrze jest często sprawdzać swoją aplikację mobilną.

Zawsze jesteś informowany o aktualnych kampaniach i wydarzeniach.

Na informacjach zawartych w Integreat można polegać.

Pobierz Integreat ze [sklepu z aplikacjami](#).

Możesz również korzystać z tej aplikacji w trybie offline, jeśli nie masz dostępu do Internetu.

Po przywróceniu połączenia z Internetem aplikacja sama się zaktualizuje.

Udostępnianie informacji

W aplikacji internetowej można na przykład pobierać i udostępniać ważne informacje w formacie PDF.

W aplikacji mobilnej można bezpośrednio udostępniać interesujące treści, na przykład za

pośrednictwem WhatsApp, Facebooka lub poczty e-mail.

Najnowsze wiadomości

Możesz także otrzymywać powiadomienia push za pomocą aplikacji Integreat na smartfony.

Zgodę na ich otrzymywanie można wyrazić w ustawieniach aplikacji.

Ważne informacje lub informacje z ostatniej chwili są wysyłane za pośrednictwem powiadomień push.

Opinia

Możesz przyczynić się do dalszego rozwoju aplikacji Integreat w swojej gminie.

Możesz wyrazić swoją opinię za pomocą emotikonów.

Ta informacja zwrotna trafia do osób, które tworzą treści.

Możesz wyrazić pochwałę lub krytykę.

W przypadku pomysłów lub krytyki zapisz jak najwięcej szczegółów.

Funkcja czytania na głos

Zawartość aplikacji Integreat może być również odczytywana na głos.

W tym celu funkcja czytania na głos musi być włączona w ustawieniach smartfona.

Działa to we wszystkich językach.

Mamy szczerą nadzieję, że dzięki tej aplikacji uda nam się ułatwić Państwu życie w Niemczech.

Integreat w języku migowym (wideo)



[język migowy \(wideo\)](#)

Ważne władze i urzędy

Urząd pracy

Urząd pracy jest punktem kontaktowym dla osób bezrobotnych lub potrzebujących pomocy:
Pomaga w znalezieniu pracy i w razie potrzeby oferuje szkolenia.

Wypłaca również zasiłek obywatelski (= podstawowe wsparcie dochodu zgodnie z SGB II).

Osoby, które są w stanie zarabiać i nie mogą znaleźć pracy, mają prawo do wsparcia finansowego w celu zapewnienia sobie środków do życia.

Dotyczy to również sytuacji, gdy ich dochód nie wystarcza na pokrycie kosztów utrzymania.

Uwaga: Jeśli posiadasz pozwolenie na pobyt, co oznacza, że Twoja procedura azylowa jest nadal w toku lub Twój wniosek o azyl został odrzucony (pobyt tolerowany), wówczas odpowiedzialna jest agencja pracy.

Urząd pracy Weiden-Neustadt

 Weigelstr. 24

92637 Weiden

 0961-4091500

Godziny otwarcia: Od poniedziałku do piątku 08:00 - 12:00

Biuro w Eschenbach

 Jahnstr. 21

92676 Eschenbach

Godziny otwarcia: Poniedziałek i środa od 9:00 do 12:00

Biuro Vohenstrauß

 Altenstädter Str. 13

92648 Vohenstrauß

Godziny otwarcia: Wtorek i czwartek od 9:00 do 12:00

Urząd Pracy

Agencja zatrudnienia jest odpowiedzialna za wszystko, co ma związek z pracą.

Szukasz pracy? Potrzebujesz pomocy w wyborze zawodu?

Następnie zwróć się do Agencja zatrudnienia an.

Jeśli Twoja procedura azylowa jest nadal w toku (Aufenthaltsgestattung) lub jeśli jesteś tolerowany (Duldung), agencja zatrudnienia jest Twoim kontaktem we wszystkich kwestiach dotyczących szkolenia i pracy.

Oferuje usługi w zakresie pośrednictwa pracy i kwalifikacji oraz doradza w zakresie uznawania zagranicznych kwalifikacji, w zakresie Skursów językowych oraz w zakresie ubiegania się o pozwolenie na pracę lub szkolenie.

Jesteś rozpoznawany?

W takim przypadku Centrum Pośrednictwa Pracy (Jobcenter) jest punktem kontaktowym w zakresie doradztwa i pośrednictwa na rynku pracy.

Odpowiedzialny za okręg Neustadt/WN:

Agencja zatrudnienia Weiden

 Weigelstr. 24

92637 Weiden

 0800/4555500



www.arbeitsagentur.de

Godziny otwarcia: Od poniedziałku do piątku w godzinach 08:00 - 12:00

Biuro Eschenbach

📍 Jahnstr. 21

92676 Eschenbach

Godziny otwarcia: Poniedziałek i środa od 9:00 do 12:00

Biuro Vohenstrauß

📍 Altenstädter Str. 13

92648 Vohenstrauß

Godziny otwarcia: Wtorek i czwartek od 9:00 do 12:00

Biuro pomocy społecznej

Każdy może znaleźć się w potrzebie. Urząd Opieki Społecznej pomaga osobom znajdującym się w szczególnie trudnej sytuacji. Pomoc ta jest dostępna pod pewnymi warunkami. Powinieneś zatem sprawdzić, czy jesteś do niej uprawniony. Poniżej znajduje się lista pomocy dostępnej w Urzędzie Opieki Społecznej.

Jaką pomoc można otrzymać z Biura Świadczeń Socjalnych?

- Pomoc w pokryciu kosztów utrzymania
- Podstawowe wsparcie dochodu w podeszłym wieku i w przypadku zmniejszonej zdolności do zarobkowania
- Pomoc zdrowotna
- Pomoc w przewyciężeniu szczególnych trudności społecznych
- Pomoc w innych sytuacjach życiowych
- Pomoc w ramach AsylbLG
- Zasiłek mieszkaniowy lub dopłata do czynszu
- Pomoc w trudnej sytuacji finansowej i doradztwo w zakresie zadłużenia
- Pomoc w spłacie długów czynszowych / długów za energię elektryczną
- Świadczenia na edukację i uczestnictwo

Sozialamt Neustadt a. d. Waldnaab

📍 Am Hohlweg 2

92660 Neustadt

☎ [09602/790](tel:09602790)

@asyl@neustadt.de für Asylbewerber

@sozialamt@neustadt.de

 Od poniedziałku do piątku: od 8:00 do 12:00
Wtorek i czwartek: od 13:30 do 16:30

Karta płatnicza

Czym jest karta płatnicza?

- Karta płatnicza przypomina kartę bankową.
- Świadczenia wynikające z ustawy o świadczeniach dla osób ubiegających się o azyl (AsylbLG) są przenoszone na kartę płatniczą jako saldo kredytowe.
- Kartą płatniczą można płacić w sklepach i wypłacać gotówkę.
- Można wydać tylko tyle pieniędzy, ile znajduje się na karcie.
- Informacje o karcie płatniczej w kilku językach można również znaleźć [tutaj](#)

Kto może otrzymać kartę płatniczą?

- Wszystkie osoby w wieku 14 lat i starsze, które otrzymują świadczenia na mocy ustawy o świadczeniach dla osób ubiegających się o azyl (AsylbLG), otrzymują kartę płatniczą.
- We wspólnotach zasiłkowych (np. rodzinach) każdy członek rodziny w wieku co najmniej 14 lat otrzymuje własną kartę płatniczą.

Gdzie mogę otrzymać kartę płatniczą?

- Jeśli otrzymujesz zasiłek, otrzymasz list z urzędu opieki społecznej ze wszystkimi informacjami i terminem odbioru karty.
- Nie musisz robić nic więcej, aby otrzymać kartę płatniczą.
- Jeśli ubiegasz się o świadczenia po raz pierwszy i zostały one zatwierdzone, otrzymasz kartę płatniczą od samego początku.

Jakie świadczenia są wypłacane na kartę płatniczą?

- Świadczenia wynikające z ustawy o świadczeniach dla osób ubiegających się o azyl (AsylbLG) są wypłacane na kartę płatniczą.

 Czy otrzymujesz inne świadczenia (np. zasiłek rodzinny) lub wynagrodzenie od pracodawcy? W takim przypadku również potrzebujesz rachunku bieżącego.

Ile pieniędzy mam na karcie?

- Świadczenia wynikające z ustawy o świadczeniach dla osób ubiegających się o azyl (AsylbLG) są wypłacane na kartę płatniczą.
- Saldo można sprawdzić online na stronie meine.bezahlkarte.eu oraz w aplikacji karty płatniczej.
- W tym celu potrzebny będzie identyfikator karty i kod PIN

 Identyfikator karty i kod PIN znajdziesz w liście otrzymanym wraz z kartą płatniczą.

Gdzie mogę zapłacić kartą płatniczą?

- Kartą płatniczą można płacić we wszystkich sklepach akceptujących karty Mastercard.
💡 Zwróć uwagę na pomarańczowy/czerwony symbol Mastercard®.

Czy są jakieś ograniczenia regionalne?

- Kartą płatniczą można płacić tylko w autoryzowanym obszarze.
 - Obszar ten można sprawdzić online na stronie my.paymentcard.eu oraz w aplikacji do obsługi kart płatniczych.
 - W niektórych przypadkach karta płatnicza jest ograniczona do dzielnicy Neustadt an der Waldnaab i miasta Weiden.
- W wyjątkowych przypadkach płatność może być również autoryzowana w innych lokalizacjach (na przykład, jeśli musisz odwiedzić swojego prawnika lub urząd w innej lokalizacji).

💡 Prosimy o wcześniejsze powiadomienie urzędu opieki społecznej, wysyłając wiadomość e-mail na adres asyl@neustadt.de.

Czy istnieją problemy z niektórymi transakcjami?

- Tak, niektóre transakcje nie są możliwe.
- Na przykład nie można używać karty płatniczej w usługach przelewów pieniężnych, takich jak Western Union lub MoneyGram.
- Zakup niektórych towarów lub usług nie jest wykluczony.

Czy mogę wypłacić gotówkę z karty płatniczej?

- Tak, możesz wypłacać gotówkę.
- Każda osoba należąca do społeczności beneficjentów może wypłacić do 50 euro miesięcznie.
- Gotówkę można wypłacać bezpłatnie z bankomatów lub w kasach wielu sklepów.
- Wypłaty są możliwe tylko dwa razy w miesiącu.
- Po tym czasie karta zostanie zablokowana dla dalszych wypłat.

Czy mogę przelać pieniądze za pomocą karty płatniczej?

- W niektórych przypadkach można autoryzować przelew bankowy.
- Odbiorca musi najpierw zostać upoważniony przez urząd opieki społecznej. Prosimy o wysłanie wiadomości e-mail na adres asyl@neustadt.de
- Prosimy o wpisanie tutaj numeru IBAN i nazwy odbiorcy płatności
- Dotyczy to na przykład faktur dla prawnika lub płatności w domach opieki społecznej.

Czy mogę płacić kartą płatniczą za pomocą polecenia zapłaty?

- Tak, polecenie zapłaty jest dozwolone w niektórych przypadkach.

- Odbiorca musi najpierw zostać upoważniony przez urząd opieki społecznej. Prosimy o kontakt mailowy na adres asyl@neustadt.de
- Dotyczy to na przykład umów na telefon komórkowy, operatorów transportu publicznego, bonów WLAN i umów na siłownię lub opłat za członkostwo w klubie sportowym.

Czy nie potrzebuję już rachunku bieżącego?

- Jeśli otrzymujesz tylko świadczenia na mocy ustawy o świadczeniach dla osób ubiegających się o azyl (AsylbLG), nie potrzebujesz innego konta.
- Jeśli otrzymujesz inne świadczenia (np. zasiłek rodzinny) lub wynagrodzenie od pracodawcy, również potrzebujesz rachunku bieżącego.

Zgubiłem kartę płatniczą. Co muszę zrobić?

- Kartę płatniczą można zablokować online na stronie my.paymentcard.eu.
- Kartę można również zablokować, dzwoniąc pod numer 116116. Jest to możliwe w języku niemieckim lub angielskim.
Jeśli ponownie znajdziesz kartę, możesz ją ponownie aktywować online na stronie meine.bezahlkarte.eu.

Zgubiłeś kartę płatniczą na stałe?

- W takim przypadku należy zgłosić utratę lub kradzież w urzędzie opieki społecznej.
- Stara karta zostanie anulowana i otrzymasz nową.
- Środki zostaną przeniesione na nową kartę.

Gdzie mogę uzyskać pomoc?

- Na stronie meine.bezahlkarte.eu oraz w aplikacji do obsługi kart płatniczych dostępny jest czat online. Jest on dostępny w kilku językach.
- Zawsze dostępny jest również bot telefoniczny w ponad 100 językach.
 [+49 \(0\) 81619654300](tel:+49(0)81619654300)

Gdzie mogę znaleźć informacje o karcie płatniczej?

- Wiele informacji na temat karty płatniczej w kilku językach można znaleźć [tutaj](#)

Urząd Stanu Cywilnego

Urząd stanu cywilnego ma kilka zadań.

Miałś dziecko?

Następnie należy osobiście zgłosić narodziny w urzędzie stanu cywilnego.

Następnie urząd stanu cywilnego poświadczy narodziny.

Chciałbyś się ożenić?

Następnie urząd stanu cywilnego rejestruje małżeństwo.

Zadania w skrócie

- Poświadczanie urodzeń i zgonów
- Małżeństwo i rejestracja związków partnerskich
- Przyjmowanie rezygnacji z pracy w kościele
- Poświadczenie zmiany nazwy
- Wydanie dokumentów (akt urodzenia, akt zgonu, akt małżeństwa)
- Notarialne poświadczenie uznania ojcostwa
- Wydawanie zaświadczeń o zdolności do zawarcia małżeństwa

W każdej gminie i każdym mieście w powiecie znajduje się urząd stanu cywilnego.

Informacje na temat godzin otwarcia urzędu stanu cywilnego można znaleźć na stronie internetowej danej [gminy](#).

Urząd imigracyjny

Czy chciałbyś mieszkać w Niemczech jako obcokrajowiec?

W takim razie potrzebujesz [Aufenthaltstitel](#).

Aufenthaltstitel Musisz złożyć wniosek w Urzędzie Meldunkowym dla Cudzoziemców natychmiast po przyjeździe do Niemiec.

Kiedy należy udać się do urzędu imigracyjnego?

- Po wjeździe do kraju: Natychmiast po przyjeździe do Niemiec.
- Przedłużenie: Jeśli Twoje pozwolenie na pobyt wkrótce wygaśnie.
- Zmiana: w przypadku zmiany tytułu pobytowego, np. po zawarciu związku małżeńskiego.
- Utrata: W przypadku utraty zezwolenia na pobyt.
- Nowy paszport: Jeśli wydano ci nowy paszport.
- Zmiana warunków: Jeśli warunki zezwolenia na pobyt ulegną zmianie, np. jeśli porzucisz studia lub zmienisz pracę.
- Zezwolenie na pracę: jeśli potrzebujesz nowego zezwolenia na pracę lub chcesz zmienić zezwolenie na pracę, np. u nowego pracodawcy.
- Dokumenty zastępujące paszport: Jeśli potrzebujesz nowego niemieckiego paszportu.
- Obywatelstwo: jeśli chcesz ubiegać się o obywatelstwo niemieckie.
- Zaproszenie gości: Jeśli chcesz zaprosić zagranicznych gości i potrzebujesz oświadczenia o zobowiązaniu.

Elektronischen Aufenthaltstitel (eAT) Złóż wniosek

(1) Wniosek

- Wniosek można złożyć online. W tym celu należy skorzystać z opcji ["wniosek online"](#)
- Wniosek można również złożyć w urzędzie. W tym celu należy umówić się na spotkanie.
- Po złożeniu wniosku online należy również umówić się na pobranie odcisków palców.
- Prosimy o zabranie ze sobą tłumacza, który pomoże wyjaśnić wniosek.

(2) Spotkanie

- Formularz został otrzymany przez Urząd Imigracyjny.
- Został on przetworzony
- Następnie zostanie Ci przydzielone spotkanie

💡 Fiktionsbescheinigung Ważne: Należy posiadać dokument tymczasowy. Będzie on potrzebny na przykład do [Jobcenter](#).

(3) Odbiór

Otrzymasz list, gdy Twoje zezwolenie na pobyt będzie gotowe.
Będziesz musiał umówić się na kolejną wizytę, aby je odebrać.

💡 Ważne informacje:

- Przynieś ze sobą wszystkie niezbędne dokumenty, takie jak paszport i zdjęcia
- Przestrzegaj wszystkich terminów, aby uniknąć problemów.
- Warto znać język niemiecki lub skorzystać z pomocy tłumacza.

Ausländeramt Neustadt an der Waldnaab
📍 Am Hohlweg 2
92660 Neustadt

☎ [09602/790](tel:09602790)
✉ @auslaenderamt@neustadt.de

Biuro pomocy społecznej dla młodzieży

Jugendamt Wspiera rodziców w wychowywaniu dzieci i młodzieży.
Jugendamt Każdy może skontaktować się bezpłatnie.

Jesteś dzieckiem lub nastolatkiem? Masz problemy?
Jugendamt W takim razie możesz skontaktować się z .

Jugendamts Obszary odpowiedzialności :

- Wspieranie młodych ludzi w ich rozwoju indywidualnym i społecznym
- Doradzanie i wspieranie rodziców w wychowywaniu dzieci
- Ochrona dzieci i młodzieży
- Udziela porad małoletnim bez opieki i dba o ich zakwaterowanie.
- Wyjaśnia kwestie dotyczące opieki i alimentów.
- Kształtowanie przyszłości w pracy z młodzieżą
- Zapewnia opiekę nad dziećmi
- Może zapewnić wsparcie finansowe
- doradza w zakresie opieki w pełnym wymiarze godzin i adopcji
- Reprezentuje dzieci jako opiekun
- Wspiera młodych ludzi w postępowaniu karnym
- Praca socjalna z młodzieżą oferuje następujące możliwości
- Identyfikacja potrzeb dzieci i młodzieży oraz planowanie odpowiednich działań

- Unikanie i przełamywanie barier

Jesteś rodzicem i masz pytania dotyczące rodzicielstwa lub inne obawy?
Skontaktuj się z nami.

Warto umówić się na spotkanie z wyprzedzeniem

📍 Kreisjugendamt Neustadt an der Waldnaab
Zacharias-Frank-Straße 14
92660 Neustadt

☎ [09602/792525](tel:09602792525)

🕒 Montag bis Freitag
8:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Dienstag und Donnerstag
13:30 Uhr bis 16:30 Uhr

Urząd ds. Zdrowia

W każdym mieście i dzielnicy znajduje się wydział zdrowia publicznego.
Departament zdrowia publicznego jest częścią systemu opieki zdrowotnej w Niemczech.
Nasze biuro zdrowia jest częścią Urzędu Okręgowego Neustadt.
Budynek znajduje się w Weiden, Maistraße 7-9.
Wydział zdrowia publicznego jest odpowiedzialny za powiat Neustadt a.d. Waldnaab i miasto Weiden.

Czym zajmuje się wydział zdrowia?

Wydział zdrowia ma różne zadania.

Ochrona przed chorobami zakaźnymi

Każdy, kto zaraził się chorobą zakaźną, musi przestrzegać zasad.
Należy zapobiegać zachorowaniom innych osób.
Wydział zdrowia udziela informacji na temat tych zasad.
Bardziej szczegółowe informacje na temat różnych chorób zakaźnych można znaleźć na stronie [Choroby & Higiena](#)

Kontrola wody pitnej

W Niemczech woda z kranu jest wodą pitną.
Oznacza to, że wodę można pić bez wahania.
Wydział zdrowia sprawdza wodę.

Egzamin wstępny do szkoły

Zanim dziecko rozpocznie naukę w pierwszej klasie, musi zdać egzamin wstępny do szkoły.
Egzamin wstępny do szkoły odbywa się w biurze zdrowia.
W gabinecie lekarskim badamy wzrok, słuch i mowę.
Bada się, czy dziecko jest dobrze rozwinięte.

Otrzymujesz zaproszenie na egzamin wstępny do szkoły
Należy zabrać ze sobą: żółtą książeczkę badań dziecka (badania U) i zaświadczenie o szczepieniu
Egzamin ten jest obowiązkowy

Usługi społeczne

Edukatorzy społeczni w biurze zdrowia oferują porady na różne tematy.

Poradnictwo jest bezpłatne.

Nie musisz podawać swojego imienia i nazwiska.

Ogólne porady dotyczące ciąży

Poradnia ciążowa w urzędzie zdrowia pomaga we wszystkich pytaniach i wątpliwościach dotyczących ciąży i porodu.

Przykłady:

Co muszę zrobić?

Jakie wnioski mogę lub muszę złożyć?

Gdzie mogę uzyskać pomoc?

Gdzie mogę urodzić?

Doradztwo w przypadku konfliktu w ciąży

Zaszłaś w ciążę nieplanowaną / niechcianą?

Czy myślisz o porodzie?

W Niemczech, do 12 klasy, trzeba W pierwszym tygodniu ciąży istnieje możliwość dokonania aborcji.

W centrum doradztwa otrzymują oni rozmowę doradczą i certyfikat doradztwa.

Certyfikat ten jest obowiązkowy w przypadku aborcji.

Nikt nie dowie się o tej rozmowie.

Doradztwo jest bezpłatne

Poród poufny

Jesteś w ciąży, ale nikt nie może się o tym dowiedzieć?

Nie musisz rodzić dziecka w tajemnicy i samotnie.

W Niemczech istnieje sposób na bezpieczny i poufny poród.

Nie muszą ujawniać swojego imienia i nazwiska ani tożsamości.

Poradnia ciążowa w urzędzie zdrowia zapewnia wsparcie przed i po porodzie.

Doradztwo w zakresie HIV/AIDS, zdrowia seksualnego, antykoncepcji

bezpłatny i anonimowy test na HIV

Doradztwo w zakresie alkoholu i uzależnień

Doradztwo w zakresie problemów i kryzysów psychicznych

📍 Urząd Zdrowia Weiden-Neustadt

May Street 7-9

92637 Weiden

☎ [09602/796010](tel:09602796010)

 www.neustadt.de/gesundheit-soziales/gesundheitsam...

 [Departament Zdrowia](#)

Doradztwo i pomoc

Prawa podstawowe

Ustawa Zasadnicza

W każdym kraju istnieją zasady, których wszyscy ludzie muszą przestrzegać.

Najważniejszą ustawą dla Niemiec jest Ustawa Zasadnicza.

Jest to zbiór 146 artykułów.

Każdy artykuł stanowi prawo, tj. zasadę.

Zasady te określają życie we wspólnocie w Niemczech.

Prawa podstawowe chronią wolność każdej jednostki. Są one określone w art. 1-19 ustawy zasadniczej (katalog praw podstawowych).

 Tutaj znajdziesz ustawę zasadniczą w 11 językach: [Arabski](#), [chiński](#), [angielski](#), [francuski](#), [włoski](#), [perski](#), [polski](#), [rosyjski](#), [serbski](#), [hiszpański](#), [turecki](#) i [niemiecki](#).

 To, jak funkcjonuje niemieckie państwo konstytucyjne, jest w tym filmie żywo pokazane: [niemiecki](#), [dari](#), [arabski](#), [angielski](#), [francuski](#), [paszto](#), [urdu](#).

Powszechna deklaracja praw człowieka

Prawa człowieka są istotnymi prawami, które obowiązują na całym świecie w każdym czasie i w odniesieniu do wszystkich ludzi.

Prawa człowieka to prawa, które przysługują każdej istocie ludzkiej z racji bycia człowiekiem.

Chronią one godność każdego człowieka.

Wszyscy ludzie mają do nich takie samo prawo.

Nie rozróżnia się ludzi.

Istnieje 30 praw. Najważniejsze to:

- Wszyscy ludzie są warci tyle samo
- Każda osoba ma prawo do posiadania własnej opinii
- Wszyscy ludzie mają prawo do pokoju i bezpieczeństwa

Azyl i uchodźcy

Status pobytu

Każdy cudzoziemiec musi posiadać dokument pobytowy zawierający te informacje:

- tożsamość cudzoziemca

- status cudzoziemca
- dostęp cudzoziemca do rynku pracy
- Ograniczenia dotyczące miejsca zamieszkania cudzoziemca

Istnieje 5 różnych dokumentów:

1. Dowód przybycia

- Dowodem przybycia jest dokument pobytowy dla osób ubiegających się o azyl
- Osoba ubiegająca się o azyl otrzymuje dowód przybycia podczas zgłaszania się jako osoba ubiegająca się o azyl
- Dowód przybycia jest ważny w okresie między tym powiadomieniem a złożeniem wniosku o azyl w Federalnym Urzędzie ds. Migracji i Uchodźców (BAMF)



2. Dokument pobytowy

- Aufenthaltsgestattung to dokument pobytowy dla osób ubiegających się o azyl
- Komisja BAMF wydaje zezwolenie na pobyt przy ubieganiu się o azyl
- Aufenthaltsgestattung obowiązuje do czasu zakończenia procedury azylowej
- Zezwolenie na pobyt ma charakter tymczasowy
- Aufenthaltsgestattung należy przedłużyć w [urzędzie ds. cudzoziemców](#) po wygaśnięciu Aufenthaltsgestattung.
- Organ ds. cudzoziemców może zmienić przepisy dodatkowe (dotyczące zatrudnienia lub pobytu) na wniosek.



3. Certyfikat fikcyjności

- Fikcyjne zaświadczenie jest przeznaczone dla uznanych uchodźców i beneficjentów ochrony uzupełniającej

- Fikcyjne zaświadczenie jest ważne po pozytywnym rozpatrzeniu wniosku o azyl do momentu wydania dokumentu pobyтового
- Organ ds. cudzoziemców wydaje zaświadczenie o fikcyjności
- Certyfikat fikcji jest ograniczony w czasie
- Zaświadczenie o fikcji zawiera zezwolenie na pracę oraz, w stosownych przypadkach, dodatkowe postanowienie (np. o podjęciu miejsca zamieszkania lub zatrudnienia)
- [Urząd](#) pracy jest odpowiedzialny za zorganizowanie pracy lub świadczeń finansowych, jeśli posiadasz fikcyjne zaświadczenie



4. Dokument pobytowy

- Dokument pobytowy jest przeznaczony dla osób uprawnionych do pobytu
- [Urząd Rejestracji Cudzoziemców](#) wydaje zezwolenie na pobyt na wniosek, jeśli istnieje prawo pobytu
- Zezwolenie na pobyt jest tytułem pobytu czasowego. Cele są określone w ustawie o pobycie (np. pobyt ze względów humanitarnych)
- Zezwolenie na pobyt określa bezpośrednio lub w dodatkowym arkuszu wydanym w tym celu dostęp do rynku pracy (zazwyczaj nieograniczone zezwolenie na pracę) oraz przepisy dodatkowe (np. dotyczące podjęcia pobytu)



- Musisz złożyć wniosek o przedłużenie zezwolenia na pobyt w odpowiednim czasie przed jego wygaśnięciem
- Zezwolenie na pobyt umożliwia późniejsze uzyskanie nieograniczonego prawa pobytu (zezwolenie na osiedlenie się)
- [Urząd pracy](#) jest odpowiedzialny za pośrednictwo pracy lub świadczenia finansowe

5. Tolerancja

- Duldung jest przeznaczony dla osób przymusowo zobowiązanych do opuszczenia kraju z przeszkodą w wyjeździe

- [Organ ds. cudzoziemców](#) przyznaje tolerancję po negatywnej decyzji w sprawie azylu, jeśli nie jest możliwy wyjazd ani deportacja
- **Duldung to zawieszenie deportacji, a nie legalny pobyt**
- Tolerancja jest przyznawana po upływie terminu wyjazdu, jeżeli deportacja nie jest możliwa z przyczyn prawnych, faktycznych lub osobistych
- Tolerancja jest ograniczona w czasie
- Określa ona dostęp do rynku pracy i przepisy dodatkowe (np. dotyczące miejsca zamieszkania, ograniczeń przestrzennych). Zezwolenie na pracę może zostać przyznane na wniosek, jeśli nie ma powodu do zakazu pracy
- Wniosek składa się w [Urząd Rejestracji Cudzoziemców](#)
- Za pośrednictwo pracy odpowiedzialna jest [Agencja zatrudnienia](#)

Wniosek o azyl

Jeżeli jesteś zarejestrowany(-a) w Niemczech i mieszkasz w obiekcie zbiorowego zakwaterowania, oto, co musisz zrobić w dalszej kolejności.

1. Osobisty wniosek o nadanie statusu uchodźcy

- Użytkownik składa wniosek o azyl do **BundesAmt für Migration und Flüchtlinge (BAMF)**
- Doradcy azylowi mogą udzielić Ci ważnych informacji o postępowaniu w sprawie o udzieleniu azylu. Zajmuje się tym poradnia integracyjna dla uchodźców.
- **Ważne:** Wniosek można złożyć tylko osobiście. Wniosek wysłany pocztą nie zostanie przyjęty.
- Otrzymasz informację o dacie i BAMF-Wraz z dowodem przybycia otrzymasz datę i właściwe biuro. Jeżeli nie zostanie Ci wyznaczony termin wizyty, zapytaj w zarządzie kwaterunkowym.

2. Termin pierwszej rozmowy (składanie wniosku o azyl)

Musisz zarejestrować się po pierwszej wizycie w [Urzędzie Rejestracji Cudzoziemców](#) raport

3. Osobiste wysłuchanie

Termin drugiej rozmowy to wywiad właściwy. Następnie BAMF podejmuje decyzję w sprawie wniosku o azyl. Wyślą ci zawiadomienie. Decyzja zawiera szczegółowe uzasadnienie, na którym się opiera.

a) Decyzja jest negatywna

- Jeśli decyzja jest negatywna i chcesz się od niej odwołać (tzn. nie zgadzasz się z nią), niezwłocznie udaj się do swojego ośrodka doradztwa ds. uchodźców i integracji Tam omówią z Tobą, co możesz zrobić i mogą skierować Cię do wyspecjalizowanych prawników
Można na przykład złożyć zażalenie na decyzję.

- Wolałabyś odejść dobrowolnie?
Następnie możesz otrzymać wsparcie finansowe na nowy start w kraju pochodzenia

b) Decyzja jest pozytywna, tzn. uznano, że przysługuje Ci prawo do ochrony.
Kolejne kroki to:

- **Certyfikat fikcyjności**
- **lub elektroniczny dokument pobytowy(eAT)**

Otrzymałeś pozytywną decyzję BAMF-Otrzymałeś pozytywną decyzję. Wtedy należy niezwłocznie poszukać dokumentu tożsamości lub jego odpowiednika. Można go uzyskać w [Urzędzie Rejestracji Cudzoziemców](#).

Ponadto nie otrzymujesz już pieniędzy z urzędu opieki społecznej, ale musisz złożyć wniosek do [Jobcenter](#) złożyć wniosek.

Azyl rodzinny i ochrona międzynarodowa dla członków rodziny

Otrzymali oni azyl w Niemczech.
Członek Twojej rodziny również potrzebuje azylu.
Można złożyć wniosek.
Członek Twojej rodziny otrzymuje status beneficjenta ochrony.

Dla celów azylu rodzinnego członkowie rodzin obejmują:

- Odpowiednio małżonkowie i zarejestrowani partnerzy
- nieletni stanu wolnego
- rodzice niepełnoletnich, niezamężnych dzieci
- inne osoby dorosłe sprawujące opiekę nad małoletnimi dziećmi niepozostającymi w związku małżeńskim
- nieletnie, niezamężne rodzeństwo nieletnich

💡 Rodzice muszą sprawować opiekę nad dziećmi.
Muszą więc umieć zadbać o swoje dzieci.

Chcesz zabrać swojego męża lub żonę do Niemiec?
Musicie być już małżeństwem w kraju pochodzenia.
Wówczas mąż lub żona również mogą uzyskać azyl. Małżeństwo musi zostać uznane w Niemczech.
Wniosek o udzielenie azylu musi być złożony przed lub w tym samym czasie co Twój wniosek.
Musisz mieć prawo do ochrony.

Urodzony w Niemczech:

Złożyłeś już wniosek o nadanie statusu uchodźcy?
Mieście potem dziecko w Niemczech?
Na dziecko można złożyć osobny wniosek o nadanie statusu uchodźcy.
Ty lub Twój partner musicie nadal uczestniczyć w procedurze azylowej.
Aby to zrobić, należy poinformować Bundesamt für Migration und Flüchtlinge o porodzie.
[Organ ds. cudzoziemców](#) może poinformować Urząd Federalny.

Wniosek o nadanie statusu uchodźcy jest wtedy automatycznie uznawany za złożony. Rodzice mogą przedstawić własne podstawy do uzyskania azylu dla swojego dziecka. Jeśli tego nie robią, obowiązują te same powody, co w przypadku rodziców. Również w tym przypadku, w przypadku negatywnej decyzji komisji Bundesamtes możliwe jest odwołanie.

Podobnie, ze względu na ochronę dziecka, małoletnie dzieci nie są i nie mogą być odsyłane oddzielnie od rodziców w przypadku decyzji odmownej.

Więcej informacji można znaleźć bezpośrednio na stronie BAMF.

 [Zjazd rodzinny na stronie internetowej \(BAMF\)](#)

Centralny punkt doradczy ds. powrotu

Federalny Urząd ds. Migracji i Uchodźców (BAMF) nie podjął jeszcze decyzji w sprawie Twojego wniosku o azyl?

Nadal chcesz wrócić do swojej ojczyzny?

Ale nie wiesz jak odzyskać paszport?

Czy potrzebujesz pomocy finansowej na podróż powrotną?

Centralne Biuro Doradztwa ds. Powrotów(ZRB) doradza, jak może przebiegać dobrowolny wyjazd do kraju pochodzenia.

Konsultacje mają charakter otwarty.

Sam decydujesz o tym po konsultacji.

Możesz odejść dobrowolnie.

Albo mogą zostać jeszcze dalej.

[Doradztwo w zakresie powrotu](#)

Poradnictwo dla uchodźców i integracyjne

Usługa doradztwa dla uchodźców i integracji oferuje doradztwo dla wszystkich dorosłych nowych imigrantów w wieku 27 lat i starszych w ciągu pierwszych 3 lat po przyjeździe.

Usługa ta jest przeznaczona dla

- osób ubiegających się o azyl
- Osób tolerowanych
- Uznanych uchodźców
- Obywateli państw trzecich
- Późnych repatriantów
- Obywatele UE

W szczególnych okolicznościach doradztwo jest również dostępne dla imigrantów, którzy mieszkają w Niemczech od dłuższego czasu.

Doradztwo obejmuje między innymi następujące tematy:

- Azyl, procedura i pobyt

- Zdrowie i choroba
- Dzieci i rodzina
- Edukacja, kariera i praca
- Kursy językowe
- Życie w miejscu zakwaterowania
- Znajdowanie zakwaterowania i życie
- Wnioski i formularze
- Świadczenia i pieniądze
- Prawo i zasady obowiązujące w Niemczech
- Sport i czas wolny
- Powrót za granicę
- Orientacja seksualna

Doradztwo jest otwarte dla wszystkich ludzi.
Jest niezależne od wieku, religii czy pochodzenia.

Centrum doradztwa działa bezpłatnie i niezależnie od władz.
Pracownicy są zobowiązani do zachowania poufności.

Ośrodki doradztwa integracyjnego w regionie to:

[Caritas](#)

[Online-Beratung Caritas](#)

[BRK](#)

Jugendmigrationsdienst

Jugendmigrationsdienste (JMD) wspierają młodych imigrantów.
Są to osoby w wieku od 12 do 27 lat.
Pomagają im w jak najszybszym osiedleniu się w Niemczech.

Udzielają wsparcia w następujących kwestiach:

- Pytania dotyczące ogólnej orientacji
- Szkoła, szkolenie, kariera
- Kwestie osobiste
- Kwestie finansowe i prawne

Jugendmigrationsdienst:

Felicitas Lindner

[@f.lindner@jmd.kif-regensburg.de](mailto:f.lindner@jmd.kif-regensburg.de)

☎0171/2237079

Prawa kobiet

FGM - okaleczanie żeńskich narządów płciowych

W Niemczech okaleczanie żeńskich narządów płciowych (FGM) jest zabronione. Od września 2013 r. FGM podlega karze pozbawienia wolności. Rodzice nie mogą też opuszczać kraju, by poddać córkę obrzezaniu za granicą. Jest to również ścigane na podstawie niemieckiego prawa karnego. Dziewczęta i młode kobiety mogą ubiegać się o azyl, jeśli grozi im obrzezanie.

Wiele dziewcząt umiera podczas okaleczania lub w wyniku jego skutków. Istnieje wiele i niebezpiecznych skutków ubocznych okaleczenia:

- Nietrzymanie moczu
- Ból
- poważne krwawienie
- Powikłania podczas stosunku płciowego i porodu
- Niepłodność
- Ryzyko zakażenia wirusem HIV i wirusowym zapaleniem wątroby
- Zatrucie krwi i tężec
- Stany szoku
- urazy psychiczne
- Depresja

💡 Satysfakcja seksualna nie jest już również możliwa po FGM zwykle nie jest już możliwa.

Jeśli zostałeś dotknięty lub zagrożony okaleczeniem narządów płciowych, skontaktuj się z infolinią pomocy pod adresem ☎ [08000116016](tel:08000116016).

Pracownicy infolinii są do Państwa dyspozycji w dzień i w nocy, w różnych językach.

W Niemczech możliwa jest rekonstrukcja łechtaczki.

Ta operacja rekonstrukcyjna może być wykonana przez chirurgów plastycznych.

O poradę poproś ginekologa.

W Berlinie założono "[Zentrum für Opfer von Genitalverstümmelung](#)" została założona.

Tutaj bezpłatnie i anonimowo leczy się nie tylko fizyczne, ale i psychiczne konsekwencje.

Nie potrzebujesz do tego ubezpieczenia zdrowotnego.

Aborcja

W Niemczech masz prawo do przerwania ciąży pod pewnymi warunkami.

Aborcję można przeprowadzić tylko w pierwszych dwunastu tygodniach ciąży, po sesji doradczej dotyczącej konfliktu ciążowego i w towarzystwie lekarza.

Po pierwszych dwunastu tygodniach wypowiedzenie jest możliwe tylko w wyjątkowych przypadkach.

Na przykład:

Jeśli ciąża zagraża Twojemu zdrowiu fizycznemu lub psychicznemu, możesz również przerwać ciążę w późniejszym terminie.

Nawet jeśli zdrowie dziecka jest zagrożone, ciążę można przerwać później.

Jeśli ktoś chce zmusić Cię do aborcji lub masz pytania dotyczące możliwej aborcji, skontaktuj się z poradnią dla kobiet w ciąży.

💡 Małoletni mogą również odwiedzić poradnię bez rodziców

Poradnictwo jest bezpłatne.

Nie musisz podawać swojego imienia i nazwiska.

Doradcy mają obowiązek zachowania poufności, co oznacza, że nie mogą nikomu przekazywać informacji.

Więcej informacji na temat aborcji w wielu różnych językach można znaleźć [tutaj](#).

Ośrodki doradztwa:

Urząd zdrowia Weiden / Neustadt - Poradnictwo ciążowe

📍 Maistraße 7-9

92637 Weiden

☎ [09602/796010](tel:09602796010)

@ schwangerenberatung@neustadt.de

[Donum Vitae](#)

📍 Schillerstraße 11

92637 Weiden

☎ [0961/4016940](tel:09614016940)

@ weiden@donum-vitae-bayern.de

💡 Czy otrzymujesz świadczenia od państwa?

Albo zarabiasz tylko niewielkie pieniądze?

Następnie możesz ubiegać się o pokrycie kosztów aborcji przez kasę chorych lub [urząd opieki społecznej](#).

Nie chcę zatrzymać dziecka, ale nie chcę też go abortować. Co mogę zrobić?

Jeśli nie możesz lub nie chcesz zatrzymać dziecka, możesz po urodzeniu oddać je do adopcji.

[Youth Welfare Office](#) początkowo przejmie opiekę nad dzieckiem i będzie się nim opiekować.

Jeśli wtedy ostatecznie zdecydujesz, że nie chcesz samodzielnie wychowywać dziecka, możesz oddać je do adopcji.

Urząd ds. młodzieży poszuka wówczas troskliwej rodziny, która wychowa dziecko.

Jeśli nikt nie może dowiedzieć się o ciąży, nadal istnieje możliwość sprowadzenia dziecka na świat.

Nie jesteś też w tym osamotniony.

Istnieje możliwość tzw. porodu poufnego.

Dzięki "poufnemu porodowi" możesz bezpiecznie urodzić swoje dziecko w szpitalu.

Z wyjątkiem doradcy, nikt nie będzie znał twojego imienia.

Doradca nie ma prawa mówić o Tobie nikomu.

W ten sposób pozostajesz nierozpoznany.
Po 16 roku życia dziecko może mieć prawo do poznania Twojego nazwiska.
Poza Twoim dzieckiem nikt jednak nie ma do tego prawa.
Nie musisz samodzielnie pokrywać kosztów konsultacji i porodu.

Chcesz "poufnych narodzin"? Chcesz uzyskać informacje na temat poufnego porodu?

Skontaktuj się z poradniami dla kobiet w ciąży. Adres znajduje się na górze tej strony.

W weekendy lub wieczorem można zadzwonić pod numer telefonu  [08004040020](tel:08004040020) lub [online](#) na stronie, aby uzyskać pomoc i informacje.

Przemoc domowa

Twoja rodzina, a także znajomi powinni Cię wspierać i chronić.
Jednak nie zawsze tak jest. Czasami ci ludzie również Cię krzywdzą.
Mogą zrobić z Tobą przemoc.
Przemoc ta może przybierać różne formy.
To może być seksualne. Albo fizycznie, np. uderzając lub kopiąc.
Ale może mieć też podłoże psychologiczne.
Jeśli ktoś, kogo znasz, stosuje wobec Ciebie przemoc, nazywa się to "przemocą domową".

Przemoc domowa zwykle ma miejsce w domu, ale może się również zdarzyć w innych miejscach.
Wiele osób kojarzy przemoc domową z przemocą fizyczną, tj. wykorzystywaniem seksualnym lub biciem.
Ale przemoc domowa ma też inne formy: Jeśli jesteś obrażany, maltretowany, zastraszany lub kontrolowany, jest to również przemoc domowa.
Stalking, czyli śledzenie i obserwowanie, również może być formą przemocy domowej.

Każda forma przemocy jest w Niemczech karalna.
Oznacza to, że policja musi się zaangażować, jeśli dowie się o tym od Ciebie, świadków lub świadków.

Jeśli jesteś ofiarą przemocy domowej, nie jesteś sam.
Badania pokazują, że co czwarta kobieta w Niemczech doświadcza przemocy domowej.
Wielu ofiarom przemocy domowej trudno jest zwrócić się ze swoimi doświadczeniami na policję lub do poradni.
Czują wstyd i mają nadzieję, że sytuacja się zmieni, a osoba stosująca przemoc uspokoi się i przestanie być agresywna. Jednak zazwyczaj jest tak, że nasilenie przemocy ma tendencję do wzrostu, a odstępy między poszczególnymi wybuchami przemocy stają się krótsze.

W Niemczech istnieje wiele punktów kontaktowych dla ofiar przemocy domowej.
Nie bój się szukać pomocy.

Możesz skontaktować się z [Hilfetelefon für Gewalt gegen Frauen](#) kontakt.

 116016

Doradztwo może odbywać się w 18 różnych językach.

Telefoniczna linia wsparcia – przemoc wobec kobiet

Linia pomocy: Przemoc wobec kobiet

 [08000116016](tel:08000116016)

 www.hilfetelefon.de

Zawsze możesz tu zadzwonić, jeśli się kogoś boisz.
Na przykład: Jeśli ktoś cię skrzywdzi.
Lub gdy ktoś mówi, że chce cię skrzywdzić.
Możesz również zadzwonić, gdy ktoś inny zostanie ranny.
Na przykład: Swoją dziewczynę lub kogoś z rodziny.

Jesteśmy zawsze do Twojej dyspozycji.
Na przykład: Jeśli musisz zrobić coś, czego nie chcesz.
Oznacza to w trudnym języku: Ktoś chce cię do czegoś zmusić.
Lub jeśli ktoś cię skrzywdzi. Albo cię przeraża.

Zawsze możesz do nas zadzwonić.
Można również zadzwonić: Jeśli nie masz pewności, czy możemy Ci pomóc.
Lub, jeśli się wstydzisz.
Lub, jeśli myślisz: To moja wina.

Pracownicy linii pomocy są zawsze do Twojej dyspozycji.
Można również dzwonić w nocy. A także w weekendy i święta państwowe.

Z nami nie musisz się bać.
Współpracownicy z linii pomocy nie mówią nic więcej.
Pracownicy infolinii nie poinformują nikogo o tym, że dzwoniłeś.
A współpracownicy chętnie cię słuchają.

Możesz powiedzieć nam wszystko. Ale nie musisz mówić o wszystkim.
Możesz mówić o tym, o czym chcesz.
Jestem pewien, że pracownicy linii pomocy nie powiedzą ci nic więcej.

A współpracownicy nie robią niczego, czego byś nie chciał.

Połączenie z linią pomocy nic nie kosztuje.

Są to pracownicy linii pomocy:

Wiele kobiet pracuje na linii pomocy.
Wszyscy pracownicy mają duże doświadczenie. I mogą ci dobrze pomóc.
Albo mówią ci: Kto może Ci pomóc.
Wspólnie znajdziemy rozwiązanie.

Aplikacja nt. raka piersi

Rak piersi jest najczęstszym rodzajem raka na świecie.
Jedna na osiem kobiet w Europie zachoruje na raka piersi na pewnym etapie swojego życia.
W samych Niemczech na raka piersi zapada co roku około 70 000 kobiet.
Im wcześniej choroba zostanie wykryta, tym większa szansa na wyzdrowienie.
Około 25% chorób można zapobiec prowadząc zdrowy tryb życia.
Aplikacja do pielęgnacji piersi jest oparta na nauce.
W przystępny sposób wyjaśnia wszystko, co ważne na temat raka piersi.
Chodzi również o wczesne wykrywanie.
Poznają znaczenie zdrowego stylu życia.
[Aplikacja](#) jest obecnie dostępna w siedmiu językach: arabskim, niemieckim, angielskim, perskim, francuskim, hiszpańskim i tureckim.

Aplikacja nt. raka piersi

- przypomina o samobadaniu własnych piersi zgodnie z kalendarzem cykli
- objaśnia krok po kroku sposób samobadania za pomocą ilustrowanych instrukcji
- wyjaśnia czynniki ryzyka i objawy oraz podaje konkretne wskazówki dotyczące zdrowego stylu życia
- odpowiada na pytania dotyczące badań przesiewowych w Niemczech mających na celu wczesną diagnostykę
- udostępnia linki do licznych punktów kontaktowych, takich jak ośrodki leczenia chorób piersi, urzędników ds. integracji czy oferty pomocy, do których kobiety mogą się zwrócić w razie pytań
- opowiada pokrzepiające historie dotkniętych kobiet

Aplikację można pobrać ze sklepów z aplikacjami Apple i Google.
Aplikacja jest bezpłatna. Z aplikacji można korzystać bez gromadzenia danych osobowych.
Jest wolna od reklam i zaprojektowana z myślą o długim okresie użytkowania.

Prawa dziecka

Prawa dzieci

Jako dziecko potrzebujesz specjalnej ochrony.
Właśnie dlatego masz specjalne prawa.
Prawa te są zapisane w Konwencji o prawach dziecka.
Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych przyjęło Konwencję w 1989 roku.

Konwencję ONZ o prawach dziecka można podzielić na cztery grupy:

- prawo do życia i rozwoju osobistego
- prawo do równego traktowania
- dobro dziecka
- szacunek dla opinii dziecka

W szczegółach oznacza to:

- Każde dziecko ma prawo do wszystkiego, czego potrzebuje do życia. Obejmuje to na przykład jedzenie i picie lub leczenie
- Prawo do chodzenia do szkoły jest również prawem dziecka, podobnie jak prawo do zabawy i spędzania wolnego czasu
- Wszystkie dziewczynki i chłopcy mają takie same prawa i żadne dziecko nie może być traktowane gorzej niż inne dzieci
- Każde dziecko ma prawo do zdrowego rozwoju, opieki i ochrony przed przemocą
- Wszystkie dzieci mają prawo do formułowania własnych opinii i ich obrony
- Każde dziecko ma prawo mieszkać ze swoimi rodzicami lub, jeśli rodzice są w separacji, mieć kontakt z obojgiem rodziców
- Wszystkie dziewczęta i chłopcy mają prawo do formułowania własnych opinii i ich obrony

💡 Czy są pytania, które dotyczą dzieci?

Wtedy dorośli muszą wysłuchać twojej opinii i wziąć ją pod uwagę przy podejmowaniu decyzji.

🌐 10 ważnych [praw](#) dziecka zostało również przetłumaczonych na wiele innych języków.

Doświadczasz przemocy? Czujesz, że jesteś traktowany niesprawiedliwie? W takim przypadku [biuro ds. młodzieży](#) może udzielić porady w tej sprawie.

Przeciwdziałanie dyskryminacji i włączenie społeczne

Doświadczenia związane z dyskryminacją

Traktowanie ludzi nierówno ze względu na pewne cechy jest w Niemczech zabronione. Ale wciąż powszechne. Niezależnie od tego, czy szukają mieszkania, w pracy, w urzędach, szkołach, gabinetach lekarskich, w czasie wolnym czy na policji. Dyskryminacja może zdarzyć się we wszystkich dziedzinach życia. Czy nie dostanę się do klubu, bo jestem niepełnosprawny? Czy nie dostałam pracy, bo noszę chustę? Czy moje dzieci są gorzej traktowane w szkole, bo słabo mówią po niemiecku? Czy policja sprawdza mnie w autobusie dalekobieżnym tylko dlatego, że mam inny kolor skóry? Czy taksówkarz odmawia zabrania mnie, bo jestem transseksualny? Takie doświadczenia prowadzą do złości, bezsilności i poczucia bezradności. Nie musisz jednak po prostu akceptować dyskryminacji. Masz prawo się temu sprzeciwić.

Wszyscy ludzie w Niemczech mają to prawo. Niezależnie od ich pochodzenia i statusu zamieszkania. Jest to zapisane w niemieckiej ustawie zasadniczej jako jedno z praw człowieka. Przeciwko dyskryminacji można wystąpić do sądu.

Czy byłem dyskryminowany?

Czasami nie wiesz na pewno, czy byłeś dyskryminowany. Człowiek czuje się niepewnie, ponieważ inni ludzie nie widzą problemu w działaniu lub nie uważają dyskryminacji za coś złego. Poradnictwo może tu pomóc. Pracownicy centrum doradztwa poważnie traktują Twoje doświadczenia. Mogą oni powiedzieć Ci, czy Twoje doświadczenie jest również prawnie uznane za

dyskryminację i jakie masz teraz możliwości prawne. Ale nawet jeśli Twoje doświadczenie nie jest prawnie uznane za dyskryminację, poradnia może Ci pomóc.

Personel może wesprzeć Cię w pogodzeniu się z tym, czego doświadczyłeś i w opracowaniu strategii na przyszłość.

Ośrodki doradztwa antydyskryminacyjnego wspierają wszystkie osoby, które doświadczyły dyskryminacji i chciałyby uzyskać poradę.

Można na przykład uzyskać poradę bezpośrednio od Federalnej Agencji Antydyskryminacyjnej pod adresem ☎ [030/185551855](tel:030185551855) w celu uzyskania porady.

Z poradnią można skontaktować się pod adresem 📠 w poniedziałki w godz. 13-15 oraz 📠 w środy i piątki w godz. 9-12.

Personel mówi po niemiecku.

Konsultacje są bezpłatne, a na życzenie także anonimowe.

Za połączenie trzeba zapłacić zwykłe opłaty telefoniczne.

Możesz również zwrócić się o pomoc do [stowarzyszenia antydyskryminacyjnego](#) Germany.

Możesz również skontaktować się z [Doradztwo migracyjne dla dorosłych](#) lub [służbą migracyjną](#) dla młodzieży.

Pracownicy często posługują się wieloma językami i pomogą we wszelkich problemach związanych z życiem w Niemczech.

Co mam zrobić, jeśli byłem dyskryminowany przez policję?

Dyskryminacji można również doświadczyć za pośrednictwem policji.

Jednym z doświadczeń wielu osób w Niemczech jest na przykład tak zwane "profilowanie rasowe".

Kiedy osoba jest zatrzymywana, przesłuchiwana, przeszukiwana lub nawet aresztowana przez policję tylko dlatego, że wydaje się podejrzana ze względu na kolor skóry lub podobne cechy, jest to "profilowanie rasowe".

Ale dyskryminujące obelgi, wyzwiska czy napaści też mogą się zdarzyć.

Ofiary samowoli policji lub przemocy ze strony policji mogą złożyć doniesienie na funkcjonariuszy policji.

Policjanci i policjantki nie stoją ponad prawem.

To, co im wolno, a czego nie wolno, jest uregulowane w Kodeksie karnym, Kodeksie postępowania karnego i prawie policyjnym.

Ważne: Mają prawo poprosić o legitymację służbową policjanta lub policjantki i spisać ich dane. Jest to ważne, jeśli chcesz później złożyć skargę karną.

Zawsze pomocne jest również poproszenie przechodniów o obserwację sytuacji.

Masz też świadków.

Uwaga: Musisz złożyć skargę karną w ciągu trzech miesięcy od zdarzenia.

Możesz to zrobić bezpośrednio w prokuraturze.

Nie musisz więc iść na policję.

Osoby homoseksualne, biseksualne, transpłciowe oraz interpłciowe (LGBTI)

W Niemczech żyje razem wiele różnych osób.

Mają różne religie. Są różnej płci.

Pochodzą z różnych krajów.

Mają różne poglądy polityczne.
Wszyscy ci ludzie żyją razem w pokoju. Mają takie same prawa.

To samo dotyczy ludzi o różnej orientacji seksualnej lub różnej tożsamości płciowej: Dotyczy to lesbijek, gejów, osób biseksualnych, transseksualnych i interseksualnych.
W skrócie są one nazywane LSTBI.
Mają w Niemczech takie same prawa jak inni ludzie.

W Niemczech istnieją trzy płcie.
Są to "mężczyzna", "kobieta" i "zróżnicowany".
Osoby transseksualne mogą w Niemczech zmienić płeć.
Można również zlecić zmianę nazwiska.
Kobietom wolno w Niemczech kochać i żenić się z innymi kobietami.
Mężczyznom wolno w Niemczech kochać i żenić się z innymi mężczyznami.

🌈Wiele osób LSBTI-Wiele osób uciekło do Niemiec, ponieważ byli prześladowani w swoim kraju.
Czy jesteś uchodźcą i lesbijką, gejem, osobą biseksualną, transseksualną lub interseksualną?
Wtedy możesz zwrócić się do jednej z wielu LSBTI-Organizacji w Niemczech.
Tam znajdziesz wsparcie, kontakty towarzyskie i informacje.
Przy LSVD-Projekt "Queer Refugees Deutschland" znajdziesz ich dane kontaktowe. Znajdziesz tam również dodatkowe informacje:

Lesben- und Schwulenverband in Deutschland (LSVD)
Projekt "Queer Refugees Deutschland"
 www.queer-refugees.de
 @queer-refugees@lsvd.de

Osoby niepełnosprawne

W Niemczech prawie co dziesiąta osoba jest niepełnosprawna w stopniu znacznym.
Znacznie więcej osób ma uszczerbek na zdrowiu.
Albo są przewlekłe chorzy.
Na przykład są ludzie, którzy nie widzą. Jesteś ślepy.
Są ludzie, którzy nie słyszą. Są głusi.
Ciała niektórych ludzi są mniejsze niż innych.
Niektóre rzeczy nie przychodzą ci tak łatwo.
Nie mogą chodzić samodzielnie.
Albo trudniej jest wykonać daną pracę.
Ale powinni też mieć możliwość uczestniczenia w życiu społecznym.
Istnieją środki włączenia do tego celu.
Na przykład otrzymują pomoc w pracy.
Albo dzieci otrzymują specjalne wsparcie jeszcze przed przedszkolem.
Nazywa się to wczesną interwencją.

Wczesne wsparcie

Wczesna interwencja jest przeznaczona dla małych dzieci, które są niepełnosprawne lub mogą rozwinąć niepełnosprawność.
Pomaga również dzieciom, które w pewnych obszarach rozwijają się wolniej niż inne dzieci.
Przykładami wczesnej interwencji są: Wsparcie językowe, szkoła widzenia czy terapia ruchowa.

Wczesna interwencja jest dostępna dla dzieci od urodzenia do wieku szkolnego. Wczesne wsparcie jest ważne dla zapobiegania niepełnosprawności lub łagodzenia jej skutków.

[Pediatria](#) może pomóc w znalezieniu wczesnej interwencji. To też [Gesundheitsamt](#) możesz się zająć.

Znaczna niepełnosprawność

Osoby posiadające stopień niepełnosprawności 50 i więcej mogą uzyskać legitymację osoby niepełnosprawnej w stopniu znacznym. Z kartą wiąże się kilka korzyści. Na przykład obniżenie podatków. A także ulgowe lub bezpłatne korzystanie z autobusów i pociągów. To, jakie świadczenia ma dana osoba, zależy od rodzaju niepełnosprawności i jej stopnia. Wniosek o wydanie legitymacji osoby niepełnosprawnej w stopniu znacznym można złożyć na stronie [Versorgungsamt](#).

Przewodnik rodzinny zawiera cenne informacje [na ten temat](#). Można doczytać, jaki jest stopień niepełnosprawności. Dowiadują się, kto ustala stopień niepełnosprawności. I co możesz zrobić, jeśli nie zgadzasz się ze swoim stopniem niepełnosprawności.

Problemy z włączeniem

Nadal jednak istnieje wiele problemów związanych z integracją osób niepełnosprawnych. Bo ludzie nie są niepełnosprawni - oni stają się niepełnosprawni: Zbyt wysoko umieszczony bankomat uniemożliwia im bezproblemowe pobieranie pieniędzy. Schody są tabu dla wózka inwalidzkiego. A mała czcionka staje się problemem dla osób niedowidzących. Widzisz osobę, która może potrzebować pomocy? Następnie zapytaj, czy możesz pomóc.

[Urząd ds. niepełnosprawności](#) w dystrykcie

[Centrum Edukacji Lecznicej](#)

Wolność religijna

W Niemczech obowiązuje wolność religijna. Gwarantuje ją Ustawa Zasadnicza. Każdy może praktykować swoją wiarę tak, jak uznaje to za stosowne, dopóki nie narusza przy tym Ustawy Zasadniczej. Nikogo nie wolno dyskryminować ze względów religijnych, przykładowo podczas szukania pracy. Wolność religijna oznacza przy tym również akceptowanie wiary innych ludzi. W Niemczech nie funkcjonuje żaden kościół państwowy. Istnieje rozdział między państwem a religią.

Oznacza to na przykład:

- Wszyscy ludzie mają prawo do samodzielnego wyboru oraz swobodnego praktykowania swojej wiary i religii.

- Wszyscy ludzie mają wolność do nie bycia religijnym. Każdy, kto nie wierzy w Boga, może również powiedzieć to publicznie
- Ludzie różnych religii i wierzeń mogą wchodzić w związki małżeńskie.
- Małżeństwo liczy się tylko jako prawomocne przed urzędem stanu cywilnego. Małżeństwa zawarte wyłącznie na gruncie religii nie są w Niemczech prawnie wiążące
- Zasady religijne nie warunkują systemu prawnego obowiązującego w Niemczech.

Policja

Obowiązki policji

Policja jest po to, by chronić nas przed niebezpieczeństwem.

Zajmuje się też rozwiązywaniem przestępstw.

Nie ma to nic wspólnego z inteligencją czy polityką.

Jest nagły przypadek? Wtedy zawsze możesz skontaktować się z policją pod numerem  [110](tel:110) zasięg.

Połączenie jest bezpłatne.

[Tutaj](#) możesz przeczytać, co należy wziąć pod uwagę, wykonując telefon alarmowy.

To, co policja może, a czego nie może robić, określają ustawy.

Aby przeszukać np. mieszkanie, potrzebuje zgody sędziego.

Chyba, że istnieje duże zagrożenie dla osoby przebywającej w domu.

 Nie próbuj przekupić policji.

Próby przekupstwa policjantów są w Niemczech surowo karane.

Kiedy należy wezwać policję?

Ty lub inna osoba jesteście w niebezpieczeństwie?

Byłeś świadkiem przestępstwa?

To zadzwoń na policję.

To może być napad.

Albo włamanie.

Uwzględniono także kradzieże, podpalenia i uszkodzenia mienia.

Wykorzystanie seksualne, napaść lub groźby są również w gestii policji.

W przypadku przemocy domowej należy również wezwać policję.

Jeśli wybierzesz numer alarmowy  110 policja przyjedzie tak szybko, jak to możliwe.

Ważne: Jeśli padłeś ofiarą przemocy ze strony prawicy, rasistowskiej, antysemitycznej, islamofobicznej, homofobicznej lub transfobicznej, zawsze możesz skontaktować się z policją.

Można też wezwać policję do tzw. wykroczenia administracyjnego.

Na przykład, jeśli ktoś nie przestrzega godzin ciszy i słucha głośnej muzyki w nocy.

Ponadto, jeśli zauważysz w swoim otoczeniu radykalizację polityczną lub religijną młodych dorosłych, możesz zgłosić to na policję.

W tym celu można również skontaktować się z Centrum Doradztwa ds BAMF pod adresem  [09119434343](tel:09119434343) kontakt w kilku językach.

Prawa w stosunku do policji

Co może zrobić policja?

Policja może poprosić Cię o okazanie dokumentu tożsamości.

Jeśli nie jesteś podejrzany o żadne konkretne przestępstwo lub nie masz przy sobie dowodów na istnienie innego podejrzanego, policja nie ma prawa Cię przeszukać.

Dotyczy to również Twojego mieszkania: Przeszukanie Twojego domu może nastąpić tylko wtedy, gdy jesteś podejrzany o popełnienie przestępstwa lub policja podejrzewa, że w Twoim domu przebywa osoba podejrzana.

Jeśli jednak policja ogłosi, że mimo wszystko chce przeszukać Pana lub Pana dom, musi Pan powiedzieć, że nie wyraża Pan zgody.

Jeśli nic nie powiesz, jest to traktowane jako zgoda.

Powiedziałeś nie? Policja i tak przeszukuje twoje mieszkanie? Wtedy policja odpowiada przed sądem.

W takim przypadku należy skontaktować się z poradnią, prawnikiem lub radcą prawnym.

Masz prawo do wykonywania połączeń telefonicznych podczas przeszukania.

Możesz również kogoś przyprowadzić.

Osoba ta może być również świadkiem i udzielić ci pomocy.

Zazwyczaj policja potrzebuje nakazu sądowego.

Kobiety mają prawo poprosić o policjantkę, jeśli same mają być przeszukane.

Jeśli prowadzisz pojazd, policja może poprosić o okazanie dowodu tożsamości, prawa jazdy i rejestracji pojazdu.

Policja może również poprosić o zatrzymanie się i opuszczenie pojazdu.

Policja może również sprawdzić, czy masz przy sobie trójkąt ostrzegawczy i apteczkę pierwszej pomocy.

Nie mogą jednak przeszukać twojego pojazdu ani sprawdzić twojej zdolności do prowadzenia pojazdu poprzez różne testy (na przykład chodzenie w linii prostej), jeśli nie ma przy tobie wyraźnych dowodów na obecność alkoholu lub narkotyków.

Jeśli policja i tak to robi lub zażąda, musi Pan odmówić zgody.

Jeśli policja zmusi Cię do tego, to grozi jej odpowiedzialność karna.

Jeśli nic nie powiesz, zostanie to potraktowane jako zgoda.

Policja może przeprowadzić badanie krwi lub badanie moczu tylko wtedy, gdy jesteś oskarżony o popełnienie przestępstwa.

Z reguły policja musi mieć na to zgodę sędziego.

Tylko w przypadku konieczności natychmiastowej reakcji (bo np. nie da się później udowodnić narkotyków czy alkoholu) policja może działać bez zgody sędziego.

Ważne jest jednak, aby istniały rzeczywiste dowody na używanie alkoholu lub narkotyków.

Policja nie ma prawa przeprowadzać tych badań arbitralnie.

Jeśli policjant lub policjantka chce wykonać badanie krwi lub moczu bez zrozumiałego powodu, możesz odmówić zgody.

Policja nie może też bez powodu zabrać Cię na komisariat.

Jeśli policjant poprosi Cię o towarzysztwo, również tutaj możesz odmówić zgody.

Jeśli mimo to zostaniesz zabrany, policja ponosi odpowiedzialność karną.

W takim przypadku należy skontaktować się z prawnikiem.

Jeśli zostaniesz przesłuchany przez policję, masz prawo odmówić zeznań.
To oznacza, że: Nie musisz odpowiadać na ich pytania.
Nie powinieneś odpowiadać na pytania bez prawnika.
Jeśli otrzymasz pisemne zaproszenie od policji, nie musisz tam jechać.
Trzeba tylko zastosować się do zaproszeń z prokuratury lub sądu.
Pamiętaj, aby wcześniej skontaktować się z prawnikiem.

Mają prawo poprosić o legitymację służbową policjanta lub policjantki i spisać ich dane.
Jest to ważne, jeśli chcesz później złożyć skargę karną.
Zawsze pomocne jest również poproszenie przechodniów o obserwację sytuacji.
Masz też świadków.
Ważne: Musisz złożyć skargę karną w ciągu trzech miesięcy od zdarzenia.
Możesz to zrobić bezpośrednio w prokuraturze. Nie musisz więc iść na policję.

Doradztwo online

mbeon - Wielojęzyczne porady na czacie

W Niemczech działa stacjonarnie wiele lokalnych poradni.
Jeżeli poradnia jest zamknięta lub zbyt oddalona od miejsca zamieszkania, można skorzystać z pomocy doradztwa online na czacie.

Dzięki mbeon można łatwo znaleźć informacje online.
Porady można uzyskać również za pośrednictwem czatu.

Wszyscy doradcy są wykwalifikowanymi specjalistami w zakresie doradztwa migracyjnego dla dorosłych imigrantów(MBE).

Mają gwarancję odpowiedzi w ciągu 48 godzin.
Pomagają we wszystkich pytaniach i problemach, jakie niesie ze sobą życie w nowym środowisku.
Doradztwo jest anonimowe, poufne i bezpłatne.

Aplikacja zawiera również obszerne informacje na takie tematy jak praca i kariera.
Znajdziesz tu również informacje na temat zdrowia i nauki języka niemieckiego. Mieszkanie, rodzina i miejsce zamieszkania to kolejne tematy.
Ponadto mbeon zapewnia kontakt z ośrodkami doradztwa migracyjnego i innymi ważnymi punktami kontaktowymi.

Aplikacja jest dostępna w języku niemieckim, angielskim, rosyjskim oraz arabskim.
Doradztwo funkcjonuje w ponad 19 różnych językach.

Aplikacja ma wiele zalet:

- Aplikacja jest elastyczna. Może być używany wszędzie i zawsze
- Doradztwo odbywa się w języku ojczystym
- Aplikacja zapewnia bezpieczeństwo danych. Dokumenty można wysyłać szybko i bezpiecznie
- Aplikacja i porady są bezpłatne
- Doradztwo jest anonimowe

Bezpłatną aplikację można pobrać z Google Play Store i AppStore.

 [mbeon im Google Play Store](#)

 [mbeon im AppStore](#)

Więcej informacji można znaleźć na [wielojęzycznej stronie internetowej](#).

Życie codzienne

Finanse i umowy

Podstawowe informacje o umowach

Dotyczy wszystkich umów:

Nie zrozumiałeś czegoś?

Nie możesz przeczytać tego dokumentu?

->Więc niczego nie podpisuj.

Podpisana umowa często zobowiązuje do zapłaty pieniędzy.

Nieraz jest bardzo trudno wycofać się z takich umów.

Zawsze sprawdzaj i porównuj kilka ofert.

Nie spiesz się z podjęciem decyzji.

Nie pozwól, aby ktokolwiek naciskał na Ciebie, abyś podpisał umowę.

Jeśli nie rozumiesz umowy, skorzystaj z pomocy tłumacza.

Ubezpieczenia

Zabezpieczenie społeczne

W Niemczech istnieje pięć systemów ubezpieczeń ustawowych.

Musisz mieć te ubezpieczenia.

- Ubezpieczenie na wypadek bezrobocia
- Ubezpieczenie pielęgnacyjne
- Ubezpieczenie emerytalne
- Ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków
- Ubezpieczenie zdrowotne

Jesteś automatycznie ubezpieczony w zakresie ubezpieczenia emerytalnego, wypadkowego, pielęgnacyjnego i od bezrobocia.

Nie masz tam wyboru.

Jeśli chodzi o ubezpieczenie zdrowotne, możesz wybierać spośród szerokiej gamy firm ubezpieczeniowych.

Ubezpieczenia dodatkowe

W Niemczech jest znacznie więcej firm ubezpieczeniowych.

Nie da się jednoznacznie stwierdzić, czy ubezpieczenie ma dla Ciebie sens.

Większość z nich ubezpiecza Cię od ryzyka finansowego.
W [Verbraucherzentrale](#) zawiera informacje na temat tych dodatkowych ubezpieczeń.
Znajdziesz tu również informacje na temat zagadnień związanych z ubezpieczeniami.
Najważniejszym z nich jest ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej.
W każdym razie powinien je mieć.

Ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej

Wyrządziłeś krzywdę osobie bez zamiaru?
Może to być wypadek komunikacyjny.
Albo Twoje dziecko wybiło piłką szybę w oknie.
Wtedy trzeba zapłacić odszkodowanie w Niemczech zgodnie z prawem.
Dotyczy to szkód osobowych, majątkowych i strat finansowych w sferze prywatnej.

W Niemczech można wykupić prywatne ubezpieczenie OC.
Ubezpieczenie płaci za te szkody dla Ciebie i Twojej rodziny/dzieci.
Możesz sam zdecydować, czy chcesz wykupić takie ubezpieczenie.
Zalecamy, by tak uczynić.
W przeciwnym razie będziesz musiał sam zapłacić za szkody.

💡 Szukasz dobrej oferty na ubezpieczenie OC w życiu prywatnym? The [Verbraucherzentrale](#) również zawiera informacje na ten temat.

Ubezpieczenie samochodu(ubezpieczenie pojazdów mechanicznych)

Jeśli zarejestrujesz samochód w Niemczech, ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej posiadaczy pojazdów mechanicznych jest w tym kraju obowiązkowe.
Ubezpieczenie to można wykupić u różnych dostawców.

Telefon komórkowy

Rynek telefonów komórkowych w Niemczech jest bardzo duży.
Jest wielu dostawców i wiele różnych umów i kosztów.
Ogólnie rzecz biorąc, w Niemczech istnieją dwie różne umowy na telefon komórkowy:
Umowa **przedpłacona** oraz **Umowa terminowa**.

- Umowa na kartę nie ma ustalonego okresu obowiązywania.
Ładujesz swój telefon komórkowy pieniędzmi i możesz go używać, aby być w Internecie lub prowadzić rozmowy telefoniczne.
- Przy umowie na czas określony istnieje minimalny okres umowy.
Najczęściej jest to okres od 12 do 24 miesięcy. Umowa abonamentowa przedłuża się automatycznie, jeżeli nie złożysz wypowiedzenia.
Jeśli nie chcesz, aby umowa odnawiała się w sposób automatyczny, musisz ją wypowiedzieć na piśmie. Zwróć uwagę na terminy.

Chcesz zawrzeć umowę?

- Przeczytaj uważnie umowę.
- Nie rozumiesz czegoś? Poproś o to!

- Nie znasz jeszcze zbyt dobrze niemieckiego? Weź ze sobą tłumacza.
💡 Nie podpisuj umowy, dopóki wszystkiego nie zrozumiesz.

Zarówno w przypadku umowy na czas określony, jak i prepaid, można wybrać jedną z trzech opcji:

1. W ramach zryczałtowanej stawki można wykonywać nielimitowane rozmowy, pisać SMS-y i korzystać z internetu do określonej ilości danych
2. W przypadku pakietu inclusive użytkownik ma stały limit jednostek na wykonywanie połączeń i wysyłanie wiadomości tekstowych.
Również stała ilość danych do wykorzystania w Internecie. Płacisz za to ustaloną cenę. Kiedy Twoje jednostki zostaną zużyte, możesz dodać kolejne jednostki lub większą ilość danych.
Wtedy zwykle trzeba będzie za to zapłacić więcej.
💡 **Uwaga:** W przypadku wielu dostawców dodatkowa ilość danych jest automatycznie dodawana po wyczerpaniu ilości danych. Ten dodatkowy wolumen danych może sporo kosztować.
Dlatego konieczne jest wyłączenie automatycznej zmiany rezerwacji ilości danych (data automatic) .
Możesz to zrobić za pośrednictwem internetowego portalu klienta lub infolinii swojego dostawcy.
Uzyskać pisemne potwierdzenie dezaktywacji automatycznego przetwarzania danych.
3. Można też płacić bezpośrednio za każde połączenie, każdy SMS i każde korzystanie z internetu.
Jest to zazwyczaj droższe niż w przypadku stawki ryczałtowej lub pakietu obejmującego wszystkie usługi.
W zamian płacisz tylko za to, czego używasz. I nie ma żadnych ukrytych kosztów.

Konto bankowe

Chcesz dokonywać płatności za pośrednictwem banku?

Wtedy potrzebny jest rachunek bieżący.

Pieniądze na rachunku oszczędnościowo-rozliczeniowym są dostępne w każdym momencie.

💡 Ważne: Chcesz wypłacić pieniądze ze swojego konta?

A może chciałbyś zapłacić bezgotówkowo?

Trzeba mieć do tego odpowiednią ilość pieniędzy na koncie.

W przeciwnym razie będziesz musiał zapłacić bankowi odsetki.

Mając rachunek oszczędnościowo-rozliczeniowy, możesz dokonywać następujących rzeczy:

- realizacja przelewów
- Otrzymywanie płatności bezgotówkowych (płatności z urzędów / urzędów / świadczeń społecznych często są przekazywane tylko na rachunek bieżący)
- ustanawianie zleceń stałych
- ustanawianie poleceń zapłaty
- realizacja czeków, bezgotówkowa płatność kartą EC/Maestro

- podejmowanie gotówki przy okienku bankowym lub z bankomatu
- drukowanie wyciągów z konta

💡 Różne banki oferują rachunki bieżące na różnych warunkach.
Dowiedz się dokładnie, ile kosztuje rachunek bieżący miesięcznie.
Porównaj usługi, które bank oferuje w zamian.

Otwarcie rachunku

1. Zdecyduj, w którym banku chcesz mieć konto.
2. Umów termin spotkania na otwarcie konta.
3. Prosimy o zabranie ze sobą następujących dokumentów: Dowód przybycia lub zezwolenie na pobyt lub dowód osobisty/paszport.
4. Jeśli nie ma na nim aktualnego adresu, należy również przynieść zaświadczenie o rejestracji lub podobny dokument.
5. Jeśli nie mówisz dobrze po niemiecku, weź ze sobą tłumacza.
6. Otworzyłeś konto.
7. Następnie otrzymasz pocztą kartę EC z czterocyfrowym kodem PIN.
8. Podpisz kartę EC na odwrocie i zapamiętaj kod PIN.
9. Do płatności bezgotówkowych potrzebny jest kod PIN.
10. Kod PIN jest potrzebny do wypłaty pieniędzy z bankomatu.

💡 Pamiętaj, aby przechowywać kartę i kod PIN oddzielnie!

Wypłacaj pieniądze z bankomatów w swoim banku.
Wtedy wypłata nic nie kosztuje.
Jeśli trzykrotnie wpiszesz błędnie kod PIN, bank skonfiskuje Ci kartę i ją zablokuje.
W tym przypadku należy zwrócić się do swojego banku.

Zgubiłeś swoją kartę EC?
Twoja karta EC została skradziona?
Następnie zleć natychmiastowe zablokowanie karty EC.
Podaj kod identyfikacyjny banku i swój numer konta.
Następnie zapytaj w banku o nową kartę EC.

📞 [116116](tel:116116)

🕒 Przez całą dobę.

Podatki i zeznanie podatkowe

Podatki są ważne.
Pomagają one w funkcjonowaniu państwa.
Dzięki nim państwo ma pieniądze na wydatki publiczne.
Można to wykorzystać do budowy dróg.

Jest on wykorzystywany do płacenia nauczycielom, policjantom i policjantkom.
To finansuje wiele ważnych rzeczy.

Wszędzie płaci się podatki.

Podczas zakupów, podczas jedzenia na mieście, podczas tankowania paliwa. Jest to podatek od sprzedaży.

I w pracy. To jest właśnie podatek dochodowy.

Jest pan zatrudniony? W takim przypadku pracodawca już zrównoważył podatki.

Czy prowadzisz działalność gospodarczą? Wtedy trzeba niezależnie zapłacić podatek od dochodu.

Steuerliche Identifikationsnummer

Identyfikator podatkowy to 11-cyfrowy numer używany do celów podatku dochodowego.

Numer jest ważny przez całe życie.

Dzięki numerowi urząd zawsze może Cię zidentyfikować.

Twój zakład pracy potrzebuje tego numeru.

Nie masz tego numeru w swojej dokumentacji?

Można go otrzymać osobiście w biurze meldunkowym. Lub przez formularz na stronie [Bundeszentralamt für Steuern](#).

💡 Potrzebujesz pomocy z rozliczeniem podatkowym? Najlepiej skontaktować się z lokalnym stowarzyszeniem zajmującym się podatkiem dochodowym. W razie dodatkowych pytań, pomocy może udzielić również [urząd skarbowy](#).

Internet i darmowe hotspoty

Internet mobilny

Masz mobilny internet w telefonie komórkowym.

To jest bardzo praktyczne. Możesz szukać czegoś w Internecie będąc w ruchu.

Można również wyszukać adres.

Internet kosztuje.

Najlepiej jest mieć umowę.

Umowa ta może być umową na czas określony lub umową przedpłaconą. Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

💡 Do korzystania z Integreat nie potrzebujesz internetu.

WLAN(WIFI) w domu

Jeśli chcesz mieć internet w domu, potrzebujesz routera.

Jest kilka firm, które mogą Ci sprzedać router i umowę.

Publiczne, bezpłatne hotspoty WLAN w [Stadt]

Bezpłatna sieć WLAN jest dostępna w kilku lokalizacjach (hotspotach) w [Stadt]. Można tam surfować po Internecie za pomocą własnego urządzenia.

Publiczne punkty dostępu:

[Liste mit öffentlichen Hotspots]

💡 Osoby ubiegające się o azyl w Niemczech nie mają prawa do dostępu do Internetu(WIFI) w miejscu zakwaterowania. W związku z tym w miejscu zakwaterowania zazwyczaj nie ma sieci WIFI (Wi-Fi). Jeśli w obiekcie znajduje się połączenie telefoniczne, możliwe jest samodzielne zawarcie umowy na WLAN. Poproś swojego [Helferkreis](#), razem z tobą, aby wybrać dobrą umowę. Wcześniej porozmawiaj z osobami mieszkającymi w mieszkaniu o płatności. Zastanów się, czy umowa, którą możesz rozwiązać w każdej chwili, jest lepsza od takiej, która trwa przez długi czas (na przykład 2 lata). Przed podpisaniem umowy należy zapytać obsługę zakwaterowania, czy sieć WLAN jest w ogóle technicznie możliwa i w jaki sposób można zapewnić dostęp technikowi.

Mobilność

Transport publiczny i rower

Transport publiczny

Landkreis Neustadt a.d. Waldnaab Aby dostać się do miejsca docelowego w , można skorzystać z transportu publicznego.

Należą do nich autobusy, pociągi i Baxi.

Niedrogą alternatywą dla biletów jednorazowych jest Deutschlandticket.

49-Euro-Ticket Jest on również nazywany , i

- jest ważny w całych Niemczech
- na wszystkie lokalne środki transportu publicznego
- Dostępny tylko jako miesięczna subskrypcja, którą można anulować
- Koszt wersji ogólnej: 49 euro miesięcznie

DB Fernverkehr AG FlixTrain IC, EC, ICE RE der DB Fernverkehr AG Uwaga: Bilet zasadniczo nie jest ważny w pociągach obsługiwanych przez lub innych przewoźników dalekobieżnych (np.) (np. , ale także).

Od września 2023 r. bilet ulgowy będzie dostępny w Bawarii jako dodatek do zwykłego biletu Deutschlandticket.

Dostępny dla

- stażystów
- studentów
- i każdego, kto odbywa wolontariat
- Koszty: 29 euro miesięcznie

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#)

💡 Podróżowanie bez biletu będzie karane!

Musisz mieć ważny bilet na każdą podróż.

W przeciwnym razie zapłacisz wysoką grzywnę.

Fahrpläne, Linien, Haltestellen, Tickets und Preise finden Sie auf den folgenden Seiten:

Bahn:

[DB Fahrplan, Auskunft, Tickets & Angebote](#)

Busse:

[NWN Nahverkehrsgemeinschaft Landkreis Neustadt](#)

BAXI Ponieważ autobusy kursują głównie rano i w porze lunchu, zwłaszcza w mniejszych miastach w okręgu, istnieje. BAXI Jest to autobus na wezwanie, który podjeżdża do przystanków oprócz autobusów, ale trzeba go zarezerwować osobno na każdą podróż.

Poniżej wyjaśniamy, jak to działa:

- [Kliknij tutaj](#), aby przejść do strony rezerwacji dla BAXI
- BAXI Registrierung Jeśli rezerwujesz przejazd po raz pierwszy, najpierw kliknij przycisk " ". Zapamiętaj adres e-mail i hasło, za pomocą których się zarejestrowałeś.
- Teraz zaloguj się przy użyciu adresu e-mail i hasła.
- Wprowadź datę, w której potrzebujesz BAXI
- Następnie wybierz miejsce odjazdu. [Tutaj](#) znajdziesz przegląd wszystkich przystanków autobusowych w dzielnicy. Nie zawsze musi to być przystanek autobusowy. Zwróć uwagę na ten znak



- Teraz wpisz, dokąd chcesz jechać i o której godzinie.
- Zostaną wyświetlone wszystkie połączenia z godzinami odjazdu i przyjazdu.
- Buchen Teraz wybierz podróż, która Ci odpowiada i naciśnij przycisk " ".

Ważne: Musisz być na zarezerwowanym przystanku na czas! Najlepiej 5 minut przed godziną odjazdu! BAXI Autobus nie będzie na Ciebie czekał!

Rower

Zamierzasz mieszkać w Neustadt przez jakiś czas? W takim razie warto kupić rower. To tańsze niż podróżowanie transportem publicznym.

💡 Ważne zasady ruchu drogowego dla rowerzystów (wybór):

- Należy zawsze jeździć po prawej stronie jezdni
- Nie jedź obok siebie, ale za sobą.
- Jeśli istnieje ścieżka rowerowa, należy jechać po ścieżce rowerowej (zawsze po prawej stronie drogi w kierunku jazdy).
- Dzieci w wieku do 11 lat mogą korzystać ze ścieżek rowerowych.
- Korzystanie z telefonu komórkowego na rowerze jest zabronione.

💡 Zakup i naprawy: Zwróć uwagę przy zakupie.
Rower musi być wyposażony w następujący sposób.
Oznacza to, że jest sprawny.

W przeciwnym razie będziesz musiał zapłacić grzywnę, jeśli zostaniesz zatrzymany przez policję.

- Światła przednie i tylne
- Przednie i tylne światło odblaskowe
- Odblaski w szprychach (2 na koło)
- Odblaski na pedałach
- Dzwonek
- Dwa niezależne hamulce

Prawo jazdy i prowadzenie pojazdu

Prawo jazdy może być bardzo przydatne.

Zwłaszcza jeśli mieszkasz na wsi lub w małym, odległym mieście.

Często nie ma tu połączenia z transportem publicznym.

Wtedy przydaje się prawo jazdy. A zakup samochodu jest często niezbędny.

Chcesz zdobyć niemieckie prawo jazdy?

A może masz już prawo jazdy ze swojego kraju?

A teraz chcesz to napisać od nowa?

Przepisanie oznacza, że prawo jazdy jest ważne również w Niemczech.

Na tej stronie podajemy te informacje.

Czy moje prawo jazdy jest ważne w Niemczech?

Czy chciałbyś się sam przejechać po Niemczech?

Wtedy potrzebne jest prawo jazdy z Niemiec lub innego państwa UE.

Prawa jazdy z krajów spoza UE są w Niemczech ważne tylko przez sześć miesięcy.

Przez pierwsze sześć miesięcy mogą Państwo jeździć w Niemczech tylko z prawem jazdy kraju pochodzenia.

Sześć miesięcy rozpoczyna się od pierwszej rejestracji policyjnej w Niemczech.

Podczas jazdy należy zawsze mieć przy sobie prawo jazdy.

Należy również mieć przy sobie tłumaczenie prawa jazdy na język niemiecki.

Chcesz się przejechać nawet po pół roku?

Następnie zleć przepisanie prawa jazdy.

Jeśli tylko odwiedzasz Niemcy, możesz prowadzić samochód na podstawie zagranicznego lub międzynarodowego prawa jazdy.

Podczas jazdy należy zawsze mieć przy sobie prawo jazdy.

💡 Podczas procedury azylowej wszystkie dokumenty pozostają w BAMF.

Zazwyczaj otrzymują je Państwo z powrotem dopiero po zakończeniu procedury azylowej.

Tak długo, jak prawo jazdy znajduje się w BAMF nie możesz samodzielnie prowadzić pojazdu.

Jak przerobić prawo jazdy?

Zarejestruj się za pomocą [Führerscheinstelle](#).

Czasem może to trochę potrwać zanim otrzymasz odpowiedź.

Urząd dostaje czasem wiele wniosków naraz.

Przed upływem sześciomiesięcznego okresu ważności prawa jazdy należy skontaktować się z właściwym organem.

Do biura prawa jazdy należy udać się osobiście.

Tam trzeba przedstawić różne dokumenty:

- Dowód osobisty lub paszport
- Potwierdzenie rejestracji (rejestracja policyjna)
- biometryczne zdjęcie paszportowe
- Zaświadczenie o badaniu wzroku (od optyka lub okulisty)
- Potwierdzenie udziału w kursie pierwszej pomocy.
Możesz znaleźć kurs w pobliżu, na przykład na stronie [BRK](#) lub na stronie [Maltesern](#)
- Oryginalne zagraniczne prawo jazdy (międzynarodowe prawo jazdy nie jest wystarczające)
Zasadniczo należy również przedłożyć uwierzytelnione tłumaczenie na język niemiecki
- oświadczenie, że zagraniczne prawo jazdy jest nadal ważne

Urząd ds. prawa jazdy zdecyduje wówczas, czy prawo jazdy może zostać przekazane bez egzaminu.

W przeciwnym razie należy najpierw przystąpić do egzaminu teoretycznego i praktycznego. Zależy to od kraju, w którym uzyskałeś prawo jazdy.

💡 Przed egzaminem dobrze jest uczęszczać do szkoły jazdy.

Niemcy mają wiele przepisów i znaków drogowych.

Jednak w przeciwieństwie do osób, które po raz pierwszy robią prawo jazdy, nie trzeba brać lekcji jazdy.

Jak zdobyć niemieckie prawo jazdy?

Aby zdać prawo jazdy po raz pierwszy, należy postępować w następujący sposób:

- Zarejestruj się w szkole jazdy.
Szkoly jazdy w Twojej okolicy można znaleźć na stronie [drivolino.de](#) lub [fahrschulen.de](#) znaleźć
- Weź udział w kursie pierwszej pomocy
- Badanie wzroku u optyka lub okulisty
Badanie wzroku kosztuje około 7 euro. Niektórzy optycy oferują również bezpłatne badanie wzroku
- Zrób biometryczne zdjęcie paszportowe

Czy prawo jazdy może zostać mi odebrane?

Lekceważenie ważnych przepisów ruchu drogowego grozi utratą prawa jazdy.

Rozróżnia się tu zakaz prowadzenia pojazdów od odebrania prawa jazdy.

- Jeśli otrzymałeś zakaz prowadzenia pojazdów, musisz oddać swoje prawo jazdy do urzędu mandatowego na kilka miesięcy.
W tym czasie nie wolno prowadzić samodzielnie samochodu.
Po upływie terminu można ponownie odebrać prawo jazdy.
- W przypadku odebrania prawa jazdy, prawo jazdy traci ważność.
Oznacza to, że przez określony czas (okres zakazu) nie wolno Ci już samodzielnie prowadzić samochodu i nie możesz uzyskać nowego prawa jazdy.

Masz zagrożony ruch drogowy?

Prowadziłeś po pijaku?

Zebrałeś 8 punktów karnych? Są to podstawy do odebrania prawa jazdy.

Punkty karne otrzymuje się za różne naruszenia zasad, na przykład za zbyt szybką jazdę.

Punkty karne nazywane są też potocznie "punktami we Flensburgu".

💡 Masz świeżo uzyskane prawo jazdy?

Potem przez dwa lata jesteś na warunkowym zwolnieniu.

W okresie próbnym naruszyłeś przepisy ruchu drogowego.

Potem trzeba iść na seminarium podyplomowe.

Być może także do poradni psychologicznej.

Dodatkowo Twój okres próbny zostaje przedłużony o kolejne dwa lata.

Nie bierzesz udziału w seminarium uzupełniającym i poradnictwie?

Wówczas zostanie zabrane prawo jazdy.

Przykłady wykroczeń drogowych to np. przejechanie na czerwonym świetle, jazda w nocy bez świateł, jazda po pijanemu. Parkowanie w niewłaściwym miejscu nie jest wykroczeniem drogowym.

W tym przypadku trzeba jedynie zapłacić mandat.

Wypoczynek i wymiana

Biblioteki

W bibliotece lub bibliotece można

- Książki,
- Płyty CD,
- DVD,
- Czasopisma
- i wiele więcej.

Wiele rzeczy jest również dostępnych w różnych językach.

Do wypożyczania książek potrzebna jest karta biblioteczna.

Można ją pobrać z odpowiedniej biblioteki.

Można tam również w spokoju studiować lub czytać.

Dowiedz się więcej na miejscu:

Biblioteka miejska w Neustadt

📍 Am Hofgarten

92660 Neustadt

☎ [09602/918421](tel:09602/918421)
 🌐 www.stadtbibliothek-neustadt.de
 @ stadtbibliothek-neustadt@t-online.de

Bibliothek regionalna Weiden
 📍 Scheibenstraße 7
 92637 Weiden
 ☎ 0961/814210
 🌐 www.regionalbibliothek-weiden.de
 @ regionalbibliothek@weiden.de

Bibliothek Miejska w Eschenbach
 📍 Karlsplatz 36
 92676 Eschenbach
 ☎ 09645/601345
 @ info@bibliothek-eschenbach.de

Bibliothek publiczna Vohenstrauß
 📍 Marktplatz 9
 92648 Vohenstrauß
 ☎ 09651/922210
 @ info@buecherei.vohenstrauss.de

Grupy wsparcia

W wielu społecznościach istnieją pomocnicy, którzy pomogą ci bez wynagrodzenia.
 Wolontariusze ci pomagają w

- poruszaniu się po okolicy
- brać udział w zajęciach rekreacyjnych i sportowych
- nauce pierwszych umiejętności języka niemieckiego
- z pytaniami dotyczącymi życia codziennego, np.
 - jeśli nie rozumiesz listu w języku niemieckim
 - jeśli chcesz wiedzieć, gdzie możesz zrobić zakupy w korzystnej cenie
 - jeśli chcesz wiedzieć, gdzie możesz uprawiać sport
 - jeśli chcesz wiedzieć, jak działa podróż autobusem
 - jeśli masz pytania dotyczące konta bankowego

chcesz wiedzieć, gdzie możesz znaleźć wolontariuszy?
 Skontaktuj się z naszymi przewodnikami integracyjnymi:

Integrationslotsen im Landkreis

Marion Riebl-Schäffler

☎ [09602/792496](tel:09602792496)

@ mriebl-schaeffler@neustadt.de

Sebastian Kursawe

☎ [09602/792494](tel:09602792494)

@ skursawe@neustadt.de

Caritasverband Weiden-Neustadt

Shakhob Akramov

☎ [0961/39890125](tel:096139890125)

@ s.akramov@caritas-weiden.de

Christoph Hößl

☎ [0961/39890120](tel:096139890120)

@ c.hoessl@caritas-weiden.de

Migrationsberatung des BRK

Falk Ponsold

☎ 0160/7008231

[Doradztwo migracyjne online](#)

Diakonie Weiden

Integrationslotsin Weiden

Stefanie Wildenrother

☎ [0157/51197736](tel:015751197736)

📍 [Lotsin Weiden](#)

Oferty dla seniorów

W 2020 roku w Niemczech będzie żyło około 18,3 mln osób starszych niż 65 lat. I ta liczba rośnie z każdym rokiem. Stanowią oni obecnie ponad 22% ogółu ludności. Osoby starsze często potrzebują opieki lub pomocy w gospodarstwie domowym. Im starsze osoby, tym większe prawdopodobieństwo, że będą potrzebowały pomocy. Niektórzy mieszkają też sami. Oznacza to czasem, że ich kontakty społeczne stają się rzadsze. Kontakty społeczne są ważne dla zdrowia psychicznego.

Tutaj można znaleźć oferty dla seniorów w danym regionie:

Seniorenratgeber des Landkreises Neustadt an der Waldnaab

Broszura informacyjna na następujące tematy:

- Aktywność w starszym wieku
- Życie w podeszłym wieku
- Doradztwo i pomoc
- Opieka i świadczenia

Seniorenbüro Parkstein

The Seniorenbüro Parkstein oferuje i pośredniczy w pomocy w następujących kwestiach:

- wokół usług opieki i wsparcia w
- organizacja czasu wolnego
- pomoc w codziennym życiu
- w kontakcie z władzami

i wspiera zaangażowanie obywatelskie.

Na stronie internetowej [gminy](#) można sprawdzić, jakie usługi oferuje ona seniorom.

Społeczności seniorów

Tutaj można znaleźć wszystko o społecznościach seniorów, takich jak:

- Koszty
- Podstawa prawna
- ważne umowy

oraz linki do stron internetowych z dobrymi adresami mieszkań i opieki.

Bündnis für Familie Neustadt - Weiden

Kluby

Każda [gmina](#) w powiecie ma wiele różnych stowarzyszeń. Tutaj możesz

- łatwiejsze zaaklimatyzowanie się w nowym środowisku i nawiązywanie kontaktów
- Ludzie zazwyczaj rozumieją się nawet bez wspólnego języka, gdy uprawiają wspólne hobby

również

- Sport ułatwia dobry i nieformalny kontakt z mieszkańcami
- Zasady sportu nie znają granic kulturowych ani narodowych

Zajęcia rekreacyjne w regionie

Znajdziesz tu porady dotyczące sportu i rekreacji, a także kryte baseny i jeziora kąpielowe.

Język

Poziom językowy i certyfikaty

Możesz uczęszczać na kurs języka niemieckiego. Poziom językowy określa się według poniższej skali: A1, A2, B1, B2, C1 oraz C2. Poziom początkowy to A1. Poziom odpowiadający kompetencjom rodzimego użytkownika języka to C2. Sześć poziomów oznacza szczegółowo:

A1: Początkujący / Nowicjusz

Potrafisz zrozumieć i używać prostych słów i zwrotów.

Potrafisz przedstawić siebie i innych.

Potrafisz zadawać pytania dotyczące danej osoby.

Potrafisz odpowiadać na pytania.

Jesteś w stanie rozmawiać z drugą osobą, jeżeli mówi ona wolno i wyraźnie.

A2: Podstawowy

Potrafisz zrozumieć zdania i często używane słowa.

Możesz porozumiewać się w prostych, codziennych sytuacjach. Możesz opisać swoje pochodzenie, wykształcenie i środowisko.

B1: Średniozaawansowany

Sporo rozumiesz. Możesz w pewnym zakresie rozmawiać na tematy, które są Ci bliskie, a także o osobistych zainteresowaniach. Możesz mówić o doświadczeniach i wydarzeniach, marzeniach, nadziejach i celach. Potrafisz podać krótkie uzasadnienie lub wyjaśnienie planów i poglądów.

B2: Średniozaawansowany wyższy

Jesteś w stanie zrozumieć najważniejsze treści złożonych tekstów na tematy konkretne i abstrakcyjne. Rozumiesz dyskusje w swojej dziedzinie, także specjalistyczne.

Potrafisz porozumiewać się ustnie w sposób spontaniczny i płynny. Potrafisz uzasadnić swoje stanowisko dotyczące danego zagadnienia, wskazując zalety i wady.

C1: Zaawansowany

W wysokim stopniu rozumiesz ambitne, dłuższe teksty. Rozumiesz również znaczenia ukryte.

Potrafisz wyrażać się jasno, w sposób uporządkowany i szczegółowy na temat złożonych zagadnień.

C2: Biegły, niemal na poziomie języka ojczystego

Możesz bez wysiłku zrozumieć praktycznie wszystko, co czytasz lub słyszysz.

Potrafisz streszczać informacje z różnych źródeł pisemnych i ustnych. Potrafisz formułować uzasadnienia i udzielać wyjaśnień w spójnej formie. Potrafisz wyrażać się w sposób spontaniczny, płynny, dokładny i zniuansowany.

Kursy językowe

Wstępne kursy orientacyjne

Wstępne kursy orientacyjne dla osób ubiegających się o azyl z niejasnymi perspektywami pozostania w Niemczech

Wstępne kursy orientacyjne (kursy niemieckiego dla wstępnej orientacji językowej) uczą podstawowych umiejętności języka niemieckiego, a także faktów na temat życia w Niemczech.

Zawartość daje praktyczny start i ułatwia codzienne życie.

Kurs obejmuje 300 jednostek dydaktycznej o długości 45 min każda.

Moduły kursu obejmują takie tematy jak

- Opieka zdrowotna/medyczna
- Praca
- Przedszkole i szkoła
- Mieszkanie
- Orientacja na miejscu
- Transport i mobilność

Zasadniczym aspektem jest komunikacja ustna:

Uczestnicy powinni jak najszybciej nauczyć się funkcjonować w codzienności.

Początkowe kursy orientacyjne mają również na celu nauczanie wartości.

- Wstępne kursy orientacyjne są przeznaczone przede wszystkim dla osób ubiegających się o azyl, które mają niejasne perspektywy pozostania w Niemczech
- Jeśli na kursie są wolne miejsca, mogą wziąć w nim udział również uznane osoby ubiegające się o azyl, osoby tolerowane i osoby ubiegające się o azyl z dobrymi perspektywami na pozostanie
- Z drugiej strony, wstępne kursy orientacyjne nie są przeznaczone dla osób podlegających obowiązkowi szkolnemu lub obowiązkowi nauki zawodu
- Jeśli uzyskasz dostęp do kursu integracyjnego podczas uczestnictwa w początkowym kursie orientacyjnym, możesz zmienić go na ten kurs
- Osoby biorące udział w kursach mają bardzo różne doświadczenia
W kursach mogą brać udział zarówno analfabeci, jak i nauczyciele akademicki
- Wstępne kursy orientacyjne są bezpłatne

Językiem kursu jest niemiecki; w kursie nie uczestniczą tłumacze ustni.

Kursy integracyjne

Czym jest kurs integracyjny?

Ludzie uczą się niemieckiego na kursie integracyjnym.

Kurs integracyjny składa się z dwóch części:

- Kurs niemieckiego ponad 600 lekcji do poziomu B1
- Kurs orientacyjny powyżej 100 godzin dydaktycznych

Kurs integracyjny kończy się dwoma egzaminami:

- Test z języka niemieckiego dla imigrantów
- Życie w Niemczech

Zdają oba egzaminy:

- Otrzymasz certyfikat ukończenia kursu integracyjnego.

Kto może wziąć udział w kursie integracyjnym?

Są to:

- Migrant z pozwoleniem na pobyt w Niemczech
 - Obywatele UE mieszkający w Niemczech
 - Osoby ubiegające się o azyl z dobrymi perspektywami na pobyt
 - uznany za uchodźcę lub objęty ochroną uzupełniającą
- ⇒ Następnie można przeprowadzić kurs integracji

Więcej informacji w kilku językach można znaleźć tutaj: [BAMF](#)

WAŻNE: Kursy integracyjne nie są przeznaczone dla dzieci i młodzieży.

Muszą chodzić do szkoły.

Ile kosztuje kurs niemieckiego?

- Uczestnicy bez wstępu przez BAMF (płacący samodzielnie):
458 euro miesięcznie
 - Uczestnicy z dopuszczeniem przez BAMF (bez zwolnienia z kosztów):
229 euro miesięcznie
 - Uczestnicy z przyjęciem i pokryciem kosztów przez BAMF:
0 Euro
- ⇒ Czy trzeba płacić? Zapytaj organizatora kursu języka niemieckiego

Kursy języka zawodowego (DeuFöV – rozporządzenie o wspieraniu języka niemieckiego do celów zawodowych)

Na tym kursie udoskonalisz swoją znajomość języka niemieckiego.

Kursy mają na celu poprawę słownictwa.

Uczysz się słów związanych z pracą.

Jesteś już zatrudniony? Nadal odbywasz praktykę zawodową? Chcesz w najbliższym czasie rozpocząć pracę?

Następnie weź udział w tym kursie.

Najlepiej, jeśli uczestniczyłeś już w kursie integracyjnym.

Pod koniec kursu będziesz w stanie osiągnąć poziom języka niemieckiego, do którego dążysz.

Każdy z tych kursów kończy się egzaminem certyfikacyjnym.

Oprócz kursów podstawowych dostępne są różne kursy specjalistyczne skupiające się na różnych zagadnieniach.

Do uczestnictwa w kursie języka niemieckiego zawodowego będziesz potrzebować upoważnienia lub zobowiązania.

Można je uzyskać w urzędzie pracy, agencji zatrudnienia lub po złożeniu wniosku w

Federalnym Urzędzie ds. Migracji i Uchodźców (BAMF).

💡 Warunkiem uczestnictwa jest znajomość języka na poziomie poniżej A2 oraz wyczerpanie wszystkich godzin kursu integracyjnego lub brak możliwości uczestnictwa w kursie integracyjnym.

Kursy językowe online i nauka online

Kursy językowe online

Możesz uczyć się niemieckiego na swoim smartfonie lub komputerze (również bezpłatnie). Skorzystaj ze świetnych ofert, aby szybko nauczyć się niemieckiego i dobrze wykorzystać czas oczekiwania na kurs językowy.

Oferty te mogą być również przydatne podczas kursu językowego.

Więcej informacji na temat poziomów językowych (A1-C2) można znaleźć [tutaj](#).

Jak dobry jest mój niemiecki?

Sprawdź swoje umiejętności językowe: [Sprawdź swój niemiecki](#)

🌐 [VHS Lernportal](#): Bezpłatne kursy niemieckiego. Możesz również nauczyć się pisać, czytać i wykonywać działania matematyczne. Oferujemy również pomoc w przygotowaniu do matury z języka niemieckiego, matematyki i angielskiego.

🌐 [Learngerman.dw](#): Tutaj znajdziesz kursy online i oferty nauki niemieckiego z wiadomościami lub muzyką od poziomu A1 do C1.

🌐 [Deutsch üben](#): Tutaj znajdziesz filmy i ćwiczenia, gry i aplikacje do nauki języka niemieckiego.

🌐 [Babadada](#): Duży słownik obrazkowy online

🌐 [Lunes App](#) Aplikacja pomaga w szkole. I na szkoleniach. I w pracy. Aplikacja zawiera wiele informacji o słowach z różnych zawodów. Do każdego słowa jest obrazek. Dzięki temu uczysz się niemieckich słów. Jest też funkcja czytania na głos. Różne ćwiczenia sprawiają, że nauka jest przyjemna. Możesz uczyć się i zapamiętywać słownictwo.

🌐 [Serlo ABC](#) Bezpłatna aplikacja do alfabetyzacji do samodzielnej nauki lub jako uzupełnienie kursu językowego. Aplikacja jest zatwierdzona jako podręcznik do kursów integracyjnych.

🌐 [Mein Deutschbuch](#) Kompleksowa oferta do nauki języka niemieckiego. Strona skierowana jest do osób uczących się i nauczycieli, A1-B2.

🌐 [Deutsch-Uni Online \(DUO\)](#): Programy do nauki języków od A1 do C2.

🌐 [Basis-Sprachkurs der Deutschen Welle](#) Ten internetowy kurs językowy zawiera moduły dotyczące umiejętności czytania i pisania oraz umiejętności językowych związanych z pracą. Dostępny jest również test kwalifikacyjny.

🌐 [Die Stadt der Wörter](#) "": Aplikacja i strona internetowa do nauki słownictwa w formie zabawy bez wcześniejszej wiedzy w języku niemieckim, angielskim, francuskim i innych

językach.

 [Einstufungstest Sprache](#): onSET-Test kwalifikacyjny online dla uchodźców oraz kategoryzacja językowa dla pracowników pełnoetatowych i wolontariuszy.

Nauka online

Wielu uchodźców i osób ubiegających się o azyl chce iść na uniwersytet. Jest to jednak dla nich trudne. Ponieważ muszą płacić dużo pieniędzy za studia. I często potrzebują dobrych certyfikatów i dokumentów.

- Kiron Higher Education oferuje dobre rozwiązanie:
- Czesne nie jest ważne dla uchodźców i osób ubiegających się o azyl.
- Nie potrzebują dobrych certyfikatów i papierów.
- Uniwersytet oferuje miejsca dla wszystkich.
- Przez pierwsze 2 lata można studiować online.
- Kursy można oglądać w języku angielskim.
- Można również dodać napisy w dowolnym języku.
- Na trzecim roku idziesz na uniwersytet na miejscu.
- Podczas studiów możesz uczyć się niemieckiego.
- Otrzymasz również inną pomoc i doradztwo.

 [Website Kiron](#)

Ucz się niemieckiego bez kursu

Kafejki językowe

W tzw. kafejkach językowych (lub spotkaniach językowych) jest też wielu wolontariuszy, którzy będą wspierać Cię w nauce języka niemieckiego. W kafejkach językowych można poznać innych ludzi i porozmawiać z nimi po niemiecku. W ten sposób ćwiczysz swój niemiecki i uczysz się nowych słów. I może po drodze znaleźć nowych przyjaciół. W kawiarniach językowych nie ma znaczenia, czy masz wcześniejszą wiedzę, czy nie.

 Kolorowa kawiarnia

Pfarrplatz 6
92637 Weiden

 w każdą środę od 15:00 do 17:00

 Klub Językowy

Gemeindezentrum Kreuz Christi

Stockerhutweg 37, 92637 Weiden

 w każdą środę od 15:00 do 17:00

różnorodność kulturokawiarni

AWO-Haus

Am Vogelherd 2

92602 Neustadt an der Waldnaab

jeden Dienstag von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Biblioteki

W [bibliotekach](#) publicznych można znaleźć wiele słowników i materiałów do nauki języka niemieckiego.

Można tam również uczyć się w ciszy i spokoju oraz zazwyczaj korzystać z sieci WLAN.

Dostawca kursów językowych

Aby znaleźć pracę w Niemczech i ogólnie sobie poradzić, musisz nauczyć się niemieckiego.

Tutaj znajdziesz możliwości i punkty kontaktowe odpowiednich kursów językowych.

Istnieją różne sposoby nauki języka niemieckiego.

Twój status pobytu ma wpływ na to, którą opcję możesz wybrać.

Jeśli nie mówisz jeszcze wystarczająco dobrze po niemiecku, będziesz potrzebować pomocy.

Tutaj można również znaleźć osoby kontaktowe.

Landkreis Neustadt a. d. Waldnaab Tutaj znajdziesz wszystkich dostawców kursów językowych dla :

VHS Weiden-Neustadt

📍 Luitpoldstraße 24

92637 Weiden

☎ 0961/48178

✉ info@vhs-weiden-neustadt.de

🌐 www.vhs-weiden-neustadt.de

Kolping Weiden

📍 Robert-Bosch-Straße 5

92637 Weiden

☎ 0961/3900523

✉ weiden@kolping-ostbayern.de

🌐 www.kolping-ostbayern.de

bfz Weiden

📍 Stockerhutweg 46 a

92637 Weiden

☎0961/3894811
@weiden@bfz.de
🌐www.bfz.de/weiden

GSI
📍Bahnhofstraße 19
92637 Weiden

☎0961/470540
@info@gsi-schulungen.de
🌐www.gsi-schulungen.de

Bitte vereinbaren Sie einen Termin, wenn Sie sich für einen Sprachkurs anmelden möchten.

Tłumacz kulturowy

Znajdowanie tłumaczy ustnych

Nie mówisz jeszcze zbyt dobrze po niemiecku? Musisz iść do urzędu?

Wtedy potrzebny jest tłumacz.

Tłumacz jest również pomocny podczas wizyty u lekarza.

Albo na wieczorach dla rodziców w szkole. Albo w przedszkolu.

Wtedy lepiej zrozumiesz, co ludzie chcą Ci powiedzieć.

💡Niektóre urzędy i instytucje same zatrudniają tłumaczy ustnych.

Władze mogą je wykorzystać podczas sesji doradczych.

Umawiasz się na spotkanie.

Zawsze należy zapytać, czy tłumacz może być zapewniony bezpłatnie.

💡Dokumenty urzędowe takie jak świadectwa, akty małżeństwa lub urodzenia mogą być tłumaczone w Niemczech wyłącznie przez tłumaczy posiadających państwowe uprawnienia .
Takie tłumaczenia mogą okazać się dość drogie.

Najlepiej upewnić się wcześniej, czy tłumaczenie poświadczane jest rzeczywiście potrzebne, oraz sprawdzić ceny tłumaczenia.

Zostań tłumaczem-wolontariuszem

Mówisz dobrze po niemiecku i w innym języku, takim jak arabski, kurdyjski, dari, tigrinya, angielski, francuski itp

Chcesz pomóc w tym innym ludziom?

Możesz na przykład towarzyszyć mu podczas wizyt w urzędach, u lekarza lub na innych spotkaniach.

Zapraszamy do kontaktu z nami!

Integrationslotsinnen im Landkreis Neustadt a. d. Waldnaab:
Sarah Helgert oraz Marion Riebl-Schäffler

@shelgert@neustadt.de

@mriebl-schaeffler@neustadt.de

Tłumacz kulturowy

Mediatorzy językowi i kulturowi to osoby z własnym doświadczeniem migracyjnym, które zostały specjalnie przeszkolone w zakresie mediacji językowej i kulturowej.

To oznacza, że: Tłumaczą oni rozmowy i zapewniają, że nie dojdzie do nieporozumień wynikających z różnic kulturowych.

Czy jesteś zainteresowany pomocą jako tłumacz kulturowy?

Następny kurs rozpoczyna się 30.9.2023.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#)

Szkola, szkolenie, nauka

Szkola

WAŻNE: W Niemczech wszystkie dzieci muszą chodzić do szkoły!

W Niemczech uczęszczanie do szkoły jest prawnie obowiązkowe.

Czas trwania obowiązkowej edukacji wynosi dwanaście lat.

Dziecko musi uczęszczać do szkoły w pełnym wymiarze godzin przez dziewięć lat.

Trzy lata później może również chodzić do szkoły tylko w niepełnym wymiarze godzin.

Twoje dziecko chce cały czas uczęszczać do szkoły w pełnym wymiarze godzin?

Potem może to robić przez 12 lat.

Które szkoły są dostępne?

Szkoły podstawowe

W szkołach podstawowych małe dzieci uczęszczają do szkoły od klasy 1 do klasy 4. klasy.

W zależności od ocen, dzieci uczęszczają do tych szkół:

Szkoły średnie

W szkołach średnich dzieci uczęszczają do szkoły od piątej klasy. Od klasy normalnej do klasy 9. klasy.

Po ukończeniu szkoły rozpoczynasz szkolenie zawodowe lub idziesz do innej szkoły.

Szkoły średnie

W Realschulen dzieci chodzą do szkoły od piątej klasy. Klasa normalna do 10 klasy klasy.

Po ukończeniu szkoły rozpoczynasz praktykę lub idziesz do innej szkoły.

Gimnazja

W gimnazjach dzieci chodzą do szkoły od piątej klasy. Klasa normalna do klasy 13 klasy.
Możesz uczyć się po szkole.

Szkoły specjalne

Szkoły specjalne są przeznaczone dla dzieci, które mają trudności z nauką lub są niepełnosprawne.

⇒ [Tutaj](#) znajdziesz więcej informacji na temat systemu szkolnictwa w Bawarii.

Musisz być dobry z niemieckiego w Realschule i Gymnasium.
Czy Twoje dzieci dobrze mówią po niemiecku i mają dobre oceny?
Skontaktuj się ze swoim gimnazjum.
Może polecić ci szkołę realną lub gimnazjum.

Jak zarejestrować dzieci w szkole?

Znalazłeś właściwą szkołę.
Zadzwoń do szkoły i umów się na spotkanie.
Powiedz: "Chcę zapisać moje dzieci do szkoły"

Oto, co należy zabrać ze sobą na rejestrację:

- Paszport lub dowód osobisty dzieci (jeśli jest dostępny).
 - Paszport lub dowód osobisty.
 - Świadectwo rejestracji wydane przez miasto.
 - Akt urodzenia dzieci.
- WAŻNE: Dokonaj rejestracji szybko.
Najlepiej zrobić to zaraz po zarejestrowaniu dzieci w gminie!

Informacje o szkoleniach, pracy i studiach

Chciałbyś pracować w Niemczech?
W takim razie musisz wiedzieć: Jak mogę pracować w Niemczech?
A gdzie mogę uzyskać pomoc?
Wszystko, co musisz wiedzieć o pracy i zawodach znajdziesz tutaj: [Dostęp do rynku pracy](#)

Czy ukończyłeś już studia za granicą?
Na przykład stopień w szkole czy stopień w pracy?
Następnie należy uzyskać uznanie dyplomu tutaj w Niemczech.
Jak to zrobić znajduje się na stronie: [Uznawanie zagranicznych stopni](#) naukowych.

W Niemczech istnieje ponad 400 różnych zawodów.
Chcesz się nauczyć jakiegoś fachu?
Wtedy informacje o [szkoleniach](#) znajdziesz tutaj.
Na przykład: Jak mogę odbyć praktykę zawodową? Jakie to są zawody?

Dzieci i młodzież muszą chodzić do szkoły.
W tym celu muszą mieć ukończone 6 lat.
Tam uczą się na swoje późniejsze życie.
Na przykład: Żeby mogli nauczyć się jakiegoś fachu.
Albo: Tak, aby mogli ukończyć studia wyższe.

Chcesz się uczyć? W takim razie informacje o [studiach](#) znajdziesz tutaj. I widać, do jakich osób można się zwrócić.

Edukacja (dualna i realizowana w pełnym zakresie w szkole)

Chcesz iść do pracy? W takim przypadku posiadanie kwalifikacji zawodowych jest korzystne.
Osoby z kwalifikacjami zawodowymi zarabiają średnio więcej pieniędzy w ciągu swojego życia.
Są mniej narażeni na bezrobocie. Rzadziej mają umowy na czas określony.

Kształcenie dualne

Niemiecką specjalnością jest model kształcenia dualnego.
Pracujesz w firmie.
W tym samym czasie chodzi się do szkoły.
Tak się uczy teorii i praktyki.
Dwie trzecie swojego czasu spędzasz w pracy.
W szkole spędzasz jedną trzecią swojego czasu.
Praktyka zawodowa trwa 3 lata. W zależności od zawodu, nawet nieco dłużej.
Jeśli masz maturę, możesz szybciej odbyć szkolenie.

W zależności od tego, jakiego zawodu chcesz wyuczyć się w systemie kształcenia dualnego, musisz zwrócić się do właściwego podmiotu:

Izba Rzemieśnicza (HWK)

Izba Rzemieśnicza (HWK) jest odpowiedzialna za zawody rzemieśnicze. Dotyczy to zawodów takich jak piekarz, murarz czy malarz.

[Izba Rzemieśnicza Dolna Bawaria-Górny Palatynat](#)

📍 Bernhard Suttner Street 5
92637 Weiden

Izba Przemysłowo-Handlowa (IHK)

Za zawody związane z produkcją przemysłową, handlem i usługami odpowiada Izba Przemysłowo-Handlowa (IHK) >>. Mówimy tu na przykład o mechanikach zakładowych lub urzędnikach handlu hurtowego i zagranicznego.

IHK Regensburg dla Górnego Palatynatu/Kehlheim

📍 Dr.-Martin-Luther-Straße 12
93047 Regensburg

🌐 [IHK Weiden Region](#)

Federalna Agencja Pracy - Poradnictwo zawodowe

[Doradztwo](#) zawodowe pomaga w różnych ofertach, na przykład w znalezieniu odpowiedniego zawodu, znalezieniu stażu, wyjaśnieniu pytań dotyczących podań o pracę i wielu innych.

Rekwizyty treningowe

Podmioty zajmujące się pozyskiwaniem praktyk zawodowych wspierają w poszukiwaniu miejsca praktyki.

Olga Nägler w HWK

☎ [0941/7965228](tel:09417965228)

@olga.naegler@hwkno.de

Evelyn Hönig

Stockerhutweg 46a

92637 Weiden

☎ [0961/3894819](tel:09613894819)

@evelyn.hoenig@bfz.de

Kształcenie w pełnym wymiarze godzin w szkole zawodowej

W Niemczech istnieje również możliwość kształcenia w szkole zawodowej w pełnym wymiarze godzin.

Poza dualnym systemem kształcenia (bez praktyk zawodowych w firmie) szkoła zawodowa zapewnia wykształcenie zawodowe z teorii i praktyki.

Zwykle trwa ono od dwóch do trzech i pół roku.

Zajęcia odbywają się w trybie stacjonarnym.

Obejmuje on oprócz przedmiotów zawodowych także przedmioty ogólnokształcące.

Szkoły zawodowe różnią się znacznie kierunkami kształcenia, wymaganiami wstępnymi, czasem trwania nauki i możliwościami dalszego kształcenia.

Dlatego porozmawiaj z interesującą Cię szkołą.

[Państwowe Centrum Szkół Zawodowych Neustadt](#)

📍 Josef-Blau-Straße 17

92660 Neustadt

☎ [09602/944030](tel:09602944030)

@poststelle@bsznew.de

[Szkoła rolnicza w Weiden](#)

📍 Beethovenstr. 9

92637 Weiden

☎ [0961/30070](tel:096130070)

@poststelle@aelf-tw.bayern.de

[Prywatna szkoła zawodowa St. Michaels-Werk Grafenwöhr e.V.](#)

📍 Ludwig-Schmidt-Straße 9

92665 Grafenwöhr

☎ [09641/92410](tel:0964192410)

@info@st-michaelswerk.de

Szkoła zawodowa

Masz ponad 15 lat?

Nie uczęszczasz już do szkoły ogólnokształcącej?

Wtedy w szkole zawodowej masz wiele możliwości.

Można przygotować się do zawodu. Można zdawać maturę ogólną.

Ludzie w Niemczech muszą uczęszczać do szkoły do 18 roku życia (obowiązek szkolny)!

W ramach szkół zawodowych można wyróżnić następujące tryby nauki:

Roczne wprowadzenie do zawodu (BEJ) oraz Roczne przygotowanie zawodowe (BVJ):

Szkoły zawodowe mają oferty dla uczniów z lub bez świadectwa ukończenia szkoły średniej I stopnia.

Nie otrzymałeś jeszcze umowy o praktykę zawodową?

Nie masz jeszcze konkretnego pomysłu, gdzie chcesz pracować?

Tutaj zdobędziesz wiedzę na temat różnych dziedzin zawodowych.

Możesz bazować na świadectwie ukończenia szkoły średniej.

Można też uzyskać świadectwo ukończenia szkoły średniej.

Szkoła zawodowa:

Tu kształcenie odbywa się w systemie dualnym.

Części szkolenia uczysz się w szkole. Drugiej części uczysz się w firmie.

Zasadnicza szkoła zawodowa:

Do zawodu można przygotować się w szkołach zawodowych.

Kursy trwają od 1 do 3 lat.

Otrzymują oni podstawowe szkolenie zawodowe.

Albo przygotowanie zawodowe. Albo nawet kwalifikacje zawodowe. S
posiadasz już świadectwo ukończenia szkoły?

Następnie można tu zrobić kolejny stopień.

Zasadnicze szkoły zawodowe dzielą się z reguły według następujących profili kształcenia:

- handel
- ekonomia i pedagogika społeczna lub pielęgniarstwo
- przemysł i technika

Studium zawodowe:

Edukację zawodową możesz kontynuować w technikum. Kursy trwają zazwyczaj od jednego do dwóch lat. Masz już wykształcenie zawodowe? Pracowałeś już? Te kursy budują Twoją wiedzę.

Mają one na celu pogłębienie poznanych treści. Po kursach można pracować na średnim szczeblu zarządzania. Możesz też założyć własną firmę. Nauka w studium zawodowym może obejmować następujące obszary:

- technika
- Ekonomia
- nauki społeczne
- rolnictwo
- projektowanie

Technikum:

Ukończyłeś już szkolenie?

Czy masz świadectwo ukończenia szkoły średniej?

Następnie można udać się do Berufsoberschule.

Jedziesz tam na dwa lata. Szkoła ta przygotowuje do uzyskania kwalifikacji wstępnych na studia wyższe o profilu ogólnym.

Do tego potrzebna jest jeszcze nauka drugiego języka obcego.

Bez języka obcego otrzymasz kwalifikację wstępną na studia wyższe związane z danym przedmiotem.

Oznacza to, że wolno Ci studiować tylko niektóre przedmioty. Technika kształcą w następujących obszarach:

- kierunki techniczne
- kierunki ekonomiczne
- kierunki społeczne

Studia

Studia na uczelni wyższej

Informacje ogólne

W Niemczech do wyboru jest mnóstwo różnych kierunków studiów. Są tam też różne rodzaje uczelni wyższych:

- uniwersytety (o profilu naukowym)
- Uniwersytety nauk stosowanych (zorientowane na praktykę)
- dualne szkoły wyższe (o profilu ściśle praktycznym)
- Uczelnie artystyczne, filmowe i muzyczne (dla przedmiotów artystycznych)

Działają zarówno uczelnie państwowe jak i prywatne.

Jakość uczelni prywatnych nie zawsze jest lepsza. Muszą jednak płacić wysokie czesne.

Pomocne strony internetowe:

 [Hochschulkompass](#) (wszystkie kierunki studiów i uczelnie w Niemczech)

 [Study in Germany](#) (informacje dla uchodźców)

 [Agentur für Arbeit \[Urząd Pracy\]](#) (orientacja w ofercie studiów)

 [Deutscher Akademischer Austauschdienst \[DAAD – Niemiecka Centrala Wymiany Akademickiej\]](#) (wszystkie kierunki w Niemczech)

Wymagania

Chciałbyś studiować w Niemczech?

Wtedy trzeba mieć uprawnienia do wstępu na studia wyższe.

Może to być świadectwo ukończenia szkoły średniej. Może to być również kwalifikacja wstępna

na studia techniczne.

Czy zdawałeś/aś maturę w swoim kraju?

Być może dzięki niemu będziesz mógł studiować w Niemczech. Można to zlecić do sprawdzenia.

Więcej informacji można znaleźć na stronie internetowej [Anabin](#). Wejdź tam na portal informacyjny "Uznanie w Niemczech".

Podobnie z [niemiecką wymianą akademicką DAAD](#).

Należy również przynieść dowód dobrej znajomości języka niemieckiego (poziom językowy C1).

Może to być test "Język niemiecki jako język obcy".

Lub egzamin z języka niemieckiego dla kandydatów na studia. Lub telc Deutsch C1 Hochschule.

Istnieje również możliwość dofinansowania za pośrednictwem Uniwersytetu Funduszu Gwarancyjnego Poradnictwa Edukacyjnego.

Niektóre uczelnie oferują również semestry przygotowawcze. Nauczysz się tam również języka niemieckiego.

💡 Dowiedz się więcej na uczelni, na której chciałbyś studiować. Większość uczelni ma w tym celu usługi doradcze. Istnieją terminy składania podań na uczelnię. Tak zwane terminy składania wniosków. Proszę zwrócić uwagę na te terminy. Uczelnie nie przyjmują zgłoszeń po terminie.

Brak świadectwa uprawniającego do podjęcia studiów

Ze świadectwem ukończenia szkoły można studiować w kraju ojczystym?

Ale nie w Niemczech? W Studienkolleg można nadrobić zaległości związane ze wstępem na studia.

Studienkollegs są przeznaczone specjalnie dla kandydatów z zagranicy.

Są tam przygotowywani do studiów w Niemczech.

W Bawarii znajdują się dwie Studienkollegs:

[Studienkolleg Monachium](#)

[Kolegium przygotowawcze Coburg](#)

Finansowanie i stypendium

Jako student możesz uzyskać wsparcie finansowe w Niemczech.

Służy temu ustawa o federalnej pomocy w kształceniu

(Bundes-Ausbildungs-Förderungs-Gesetz, w skrócie BAföG).

Biuro wypłaca BAföG co miesiąc. W najlepszym przypadku będziesz otrzymywać pieniądze przez cały okres studiów.

Miesięczna kwota kredytu studenckiego waha się między 475 a 992 euro.

Po ukończeniu studiów musisz zwrócić połowę kwoty BAföG.

Dokładne warunki dla BAföG zmieniają się regularnie.

Szczegółowe informacje można znaleźć pod poniższym linkiem:

[Strona internetowa BAföG dla uchodźców i imigrantów](#)

Alternatywą dla BAföG jest ubieganie się o stypendium.

Co do zasady, nie trzeba spłacać stypendium.

Dobre oceny są ważne, aby otrzymać stypendium.

Darczyńcy stypendium oceniają również Twoje dobrowolne zaangażowanie.

Zwykle otrzymuje się taką samą kwotę jak w przypadku BAföG. Dodatkowo istnieje tak zwany "dodatek książkowy".

Jest to miesięczna wypłata w wysokości do 300 euro.

Niektóre organizacje przyznają stypendia.

Stypendia przyznawane są osobom z dużym potencjałem.

Dlatego organizacje te nazywają się Gifted and Talented Support Works.

Programy specjalnie dla uchodźców oferują między innymi następujące organizacje wspierające gify.

Na stronach internetowych można znaleźć informacje, jak złożyć wniosek. Mówi też, czego wymagają od ciebie prace.

[Fundacja Friedricha Eberta \(FES\) – Scholarships for Refugees](#)

[Akcja Böcklera w zakresie edukacji Fundacji Hansa Böcklera](#)

[Fundacja Konrada Adenauera \(KAS\) – Scholarships for Refugees](#)

[Villigst – Nasze stypendium dla uchodźców](#)

[Brot für die Welt – Program stypendialny dla uchodźców](#)

[Stypendium niemieckie: możliwości otrzymania](#)

Praca

Szukanie pracy

Dostęp do rynku pracy

Regulacje w zakresie dostępu do rynku pracy

Pochodzisz z UE? Mieszkasz teraz w Niemczech?

A ty chciałbyś pracować? Wtedy można to zrobić bez problemu.

Jako obywatel UE, każdy może pracować w Niemczech. Bez ograniczeń.

Uciekłaś do Niemiec?

Wtedy ważny jest ich status zamieszkania.

To on decyduje, czy wolno ci pracować.

Poniżej wyjaśniamy, które z nich mają zastosowanie do Ciebie.

Poza tym w dalszej części znajdziesz odpowiednie poradnie.

👤 Osoby ubiegające się o azyl z dowodem przybycia lub zezwoleniem na pobyt:
Mieszkasz w ośrodku wstępnego przyjęcia (EAE)?
Albo w ośrodku AnKER? Następnie przez 9 miesięcy nie wolno ci w ogóle pracować.
Po 9 miesiącach można normalnie pracować. O tym jednak zawsze decyduje organ do spraw cudzoziemców.
Należy zatem złożyć wniosek w Urzędzie Rejestracji Cudzoziemców. Obowiązują określone zasady, których należy przestrzegać.

Aby organ mógł wydać decyzję, musisz przestrzegać następujących wymogów:

👤 Osoby ubiegające się o azyl z dowodem przybycia lub zezwoleniem na pobyt w AnKER lub EAE:

- 9 miesięcy zakazu pracy
- Po 9 miesiącach masz prawo do pracy.
W tym celu nie wolno pochodzić z bezpiecznego kraju pochodzenia.
Albo Twój wniosek o azyl został odrzucony przez Federalny Urząd ds. Migracji i Uchodźców (BAMF) z oczywiście bezzasadnych powodów.
- Pomija się sprawdzanie uprzywilejowania. Federalna Agencja Pracy sprawdza jednak warunki pracy.

👤 Osoby ubiegające się o azyl z dowodem przybycia lub zezwoleniem na pobyt poza AnKER lub EAE:

- 3 miesiące zakazu pracy
- Nie pochodzisz z bezpiecznych krajów pochodzenia?
Złożyłeś wniosek o nadanie statusu uchodźcy po 31.08.2015? Wówczas decyduje o tym organ ds. cudzoziemców.
- Nie pochodzisz z bezpiecznych krajów pochodzenia?
Złożyłeś wniosek o nadanie statusu uchodźcy po 31.08.2015? Albo twój wniosek o azyl został odrzucony bez uzasadnienia? Następnie po 9 miesiącach masz prawo do pracy.
- Pomija się sprawdzanie uprzywilejowania. Federalna Agencja Pracy sprawdza jednak warunki pracy.

👤 Tolerowani ludzie:

O możliwości podjęcia pracy decyduje zawsze [Urząd ds. Cudzoziemców](#).
Należy zatem złożyć wniosek w Urzędzie Rejestracji Cudzoziemców.
Urząd ds. Cudzoziemców może orzec wobec Ciebie generalny zakaz wykonywania pracy.
Obowiązują określone zasady, których należy przestrzegać.

Tolerowani ludzie w Anker:

- Nie pochodzisz z bezpiecznego kraju pochodzenia? Złożyłeś wniosek o nadanie statusu uchodźcy po 31.08.2015? Twoja tolerancja trwa już 6 miesięcy? Następnie urząd ds. cudzoziemców decyduje, czy możesz pracować.
- Osoby uprawnione do pobytu tolerowanego ze względu na brak stwierdzenia tożsamości (§ 60b AufenthG [niemiecka ustawa o pobycie, pracy zarobkowej oraz integracji obcokrajowców]) są przez cały czas objęte zakazem pracy.
- Pomija się sprawdzanie uprzywilejowania. Federalna Agencja Pracy sprawdza jednak warunki pracy.

Tolerowane osoby spoza AnkER:

- 3 miesiące zakazu pracy
- Nie pochodzisz z bezpiecznego kraju pochodzenia?
Złożyłeś wniosek o nadanie statusu uchodźcy po 31.08.2015? Twoja tolerancja trwa już 3 miesiące?
Następnie urząd ds. cudzoziemców decyduje, czy możesz pracować.
- Osoby uprawnione do pobytu tolerowanego ze względu na brak stwierdzenia tożsamości (§ 60b AufenthG [niemiecka ustawa o pobycie, pracy zarobkowej oraz integracji obcokrajowców]) są przez cały czas objęte zakazem pracy.
- Pomija się sprawdzanie uprzywilejowania. Federalna Agencja Pracy sprawdza jednak warunki pracy.

 Uchodźcy z zezwoleniem na pobyt:

Jeśli zostałeś uznany przez BAMF za osobę uprawnioną do azylu, uchodźcę lub osobę uprawnioną do ochrony uzupełniającej, [Urząd Rejestracji Cudzoziemców](#) wyda Ci zezwolenie na pobyt. Uprawnia ono do wykonywania każdej działalności zarobkowej, zapewniając pełny dostęp do rynku pracy.

 W odniesieniu do [własnej działalności gospodarczej](#) obowiązują inne zasady! Warunkiem dla wyżej wymienionych wniosków ZAWSZE jest konkretna oferta pracy.

Umowa o pracę

Kto podejmuje pracę, otrzymuje umowę o pracę.
Reguluje to najważniejsze warunki Twojej pracy.
Mówi o tym, kiedy pracujesz. Ile urlopu dostaniesz.
Tam jest uzgodnione, ile pieniędzy dostaniesz.
Obie strony - pracownicy i pracodawcy - muszą przestrzegać tych umów.
Umowa staje się prawnie wiążąca z Twoim podpisem.
Nie podpisuj go, dopóki nie zrozumiesz w pełni jego treści.

Rodzaje umów:

Umowa o pracę na czas nieokreślony

Zazwyczaj obowiązuje okres próbny trwający trzy lub sześć miesięcy.
W tym okresie stosunek pracy może zostać rozwiązany w ciągu dwóch tygodni.
Pracodawca lub pracownik może złożyć wypowiedzenie. Ty jako pracownik również możesz zrezygnować.
Po okresie próbnym rozpoczyna się stały stosunek pracy.
Ma to dłuższą ochronę przed zwolnieniem. Czas pracy wynosi zazwyczaj maksymalnie 40 godzin tygodniowo.

Umowa o pracę na czas określony

Stosunek pracy kończy się w ustalonym dniu bez potrzeby wypowiedzenia.

Minijob

Maksymalne wynagrodzenie wynosi 520 € miesięcznie i jest wolne od podatku.

**Zazwyczaj okres próbny jest ustalany w każdej umowie o pracę.
W zależności od umowy jest to zazwyczaj od 6 tygodni do 6 miesięcy.**

Prawo pracy:

W Niemczech istnieje wiele przepisów, które regulują i zapewniają prawa pracowników. Należą do nich np.:

- regulacja czasu pracy
- płaca minimalna
- przysługujące urlopy
- ochrona przed wypowiedzeniem
- Operacyjne deklaracje interesów (rada zakładowa)
- regulamin pracy związków zawodowych
- i wiele innych

Podatki i składki na ubezpieczenia społeczne:

Każdy pracownik w Niemczech płaci część swojego wynagrodzenia w formie podatków. Rząd federalny, kraje związkowe i gminy wykorzystują go do finansowania swoich wydatków. Pracodawcy z kolei są zobowiązani do opłacania składek na ubezpieczenie społeczne za swoich pracowników.

Z tych składek społecznych finansowany jest system socjalny w Niemczech. System gwarantuje, że dostaniesz pieniądze od państwa, jeśli nie masz pracy.

Numer identyfikacji podatkowej:

Identyfikator podatkowy jest 11-cyfrowym numerem i jest wykorzystywany do celów podatku dochodowego.

Numer jest ważny przez całe życie. Dzięki numerowi urząd zawsze może Cię zidentyfikować. Twój zakład pracy potrzebuje tego numeru. Nie masz tego numeru w swojej dokumentacji? Można je uzyskać osobiście w biurze rejestracji (w ratuszu). Lub poprzez formularz w [Federalnym Centralnym Urzędzie Podatkowym](#).

Numer ubezpieczenia społecznego:

W miejscu pracy potrzebny jest numer ubezpieczenia społecznego. Można ją otrzymać w kasie chorych (np. AOK, DAK).

Nielegalna praca:

Masz pracę, która jest płatna.

Ale ta praca nie jest zarejestrowana w urzędzie skarbowym i na ubezpieczenie zdrowotne. Nie odprowadzasz więc podatków i składek na ubezpieczenie społeczne. To jest **niezgodne z prawem**.

Grozi za to kara grzywny i pozbawienia wolności!

Otrzymujesz świadczenia społeczne lub zasiłek dla bezrobotnych? Mimo to i tak pracujesz?

Nie poinformowałeś(-łaś) o tym Urzędu Pomocy Społecznej [Sozialamt], Agencji Pracy [Arbeitsagentur] czy Biura pośrednictwa pracy [Jobcenter]?

To również jest **niezgodne z prawem**.
Otrzymujesz niesłusznie zasiłki państwowe, chociaż pracujesz zarobkowo.

Aplikacje i rozmowy kwalifikacyjne

Chciałbyś rozpocząć praktykę lub pracę w Niemczech?
Następnie należy złożyć wniosek w formie pisemnej.
Wiele firm zamieszcza ogłoszenia o pracę.
Albo w gazecie, albo w internecie.
W ogłoszeniu o pracę podano, o jaki rodzaj pracy lub szkolenia chodzi.
Określa również, czego firma oczekuje od nowego pracownika.
Znajdziesz tam informacje o tym, gdzie i jak się zgłosić.

Zostałeś zaproszony na rozmowę kwalifikacyjną?
Wtedy firma jest zainteresowana tobą.
Na rozmowie kwalifikacyjnej możesz się przedstawić.
Prosimy o przeznaczenie odpowiedniej ilości czasu na dotarcie na spotkanie.
Upewnij się, że przybyłeś na czas na spotkanie.
Najlepiej wcześniej szczegółowo przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej.
Można też zebrać ważne informacje o firmie.
Wejdź na stronę internetową i zapoznaj się z historią firmy.
Dowiedz się o produktach lub usługach.
Chcesz pokazać swoje zainteresowanie pracą?
Następnie zadawaj pytania podczas spotkania.
W ten sposób pokazuje się, że się poinformowało. Pokazujesz, że jesteś zmotywowany.

Aplikacja obejmuje co najmniej trzy elementy:

List motywacyjny: W osobistym liście motywacyjnym krótko przedstawiasz swoją osobę. Mówisz, dlaczego jesteś odpowiedni na otwarte stanowisko. Możesz na przykład napisać, jakie doświadczenie zdobyłeś/zdobyłaś w swojej ojczyźnie. Zasięgnij informacji o firmie i napisz, dlaczego właśnie tam chciałbyś/chciałabyś pracować. List motywacyjny powinien zmieścić się na jednej stronie. Podpisz swój list motywacyjny. W Internecie znajdziesz wiele szablonów i porad. Ważne jest, aby nie kopiować bezrefleksyjnie ich treści. List motywacyjny musi pasować do Ciebie i do stanowiska.

Życiorys: W CV wymienia się wszystkie swoje doświadczenia. Jest on skonstruowany jak duży stół. Napisz od kiedy do kiedy pracowałeś w jakiej firmie. Napisz, gdzie zdobyłeś(-aś) wykształcenie lub studiowałeś/studiowałaś. Napisz gdzie chodziłeś(-aś) do szkoły i jaki masz dyplom ukończenia szkoły. Nie ma obowiązku dołączania fotografii do CV, ale w wielu firmach jest to dobrze widziane. CV można utworzyć na [stronie internetowej Europass](#). Strona jest dostępna w wielu językach. Użytkownik wprowadza swoje dane. Zapisujesz swoje doświadczenia. Na koniec otrzymasz CV. W każdym kraju CV wygląda inaczej. Ważne jest, aby używać formatu używanego w Niemczech. Możesz to wybrać na stronie Europass.

Świadectwa/dyplomy i zaświadczenia: Ważne jest, by przesłać kopie swoich świadectw/dyplomów (nie oryginały!). Są to przykładowo: świadectwo ukończenia szkoły, dyplom ukończenia studiów oraz dotychczasowe świadectwa pracy. Świadectwa/dyplomy powinny być w języku niemieckim lub angielskim, w przeciwnym razie powinny zostać przetłumaczone. Warto przesłać także zaświadczenia z praktyk oraz szkoleń istotnych dla pracy lub certyfikaty językowe.

💡 **Ogłoszenie o pracę zawiera informację o sposobie składania podań. Trzeba zapoznać się z nim dokładnie.**

Na piśmie: Kup estetyczną teczkę aplikacyjną i włóż do niej swój list motywacyjny, swoje CV oraz swoje świadectwa/dyplomy/zaświadczenia. Następnie wyślij teczkę na adres wskazany w ofercie pracy.

E-mail: Wiele aplikacji jest obecnie wysyłanych za pośrednictwem wiadomości e-mail. Złącz list motywacyjny, CV i świadectwa/dyplomy/zaświadczenia w jeden plik PDF i wyślij go w załączniku do wiadomości e-mail. Napisz jeszcze kilka słów do odbiorcy Twojej aplikacji.

Online: Duże firmy mają własną stronę internetową, za pośrednictwem której można aplikować na stanowisko. Trzeba tam zarejestrować się, podając swój adres e-mail, a następnie wysłać aplikację.

🌐 Przydatne wskazówki dotyczące aplikowania można znaleźć na portalu [Planet Beruf](#).

🌐 [Europass](#) to wielojęzyczny portal internetowy (ponad 20 języków), który pozwala imigrantom rozeznąć się w swoich kwalifikacjach i umiejętnościach. Oferuje bezpłatną możliwość stworzenia paszportu językowego lub CV (patrz wyżej) za pomocą narzędzia online. Na Europass można znaleźć przydatne porady dotyczące skutecznego aplikowania.

🌐 Na stronach [Bewerbung.net](#), [StepStone](#) oraz [Lebenslauf2go](#) można bezpłatnie wygenerować sobie CV oraz list motywacyjny. Po części można również zaimportować swoje dane z Xing lub LinkedIn. Możliwe jest również wpisanie własnych tekstów do szablonu lub zaimportowanie plików.

🌐 Stosowne informacje i wzory listów motywacyjnych są dostępne na stronach: [Bewerbung2go](#), [BewerbungsWissen](#), [Karrierebibel](#)

Trening językowy

🌐 Na portalu edukacyjnym Ośrodków Kształcenia Dorosłych (VHS) [„Ich will Deutsch lernen“](#) [[Chcę uczyć się niemieckiego](#)] oraz na stronie [Instytutu Goethego](#) [„Deutsch für dich“](#) [[Język niemiecki dla Ciebie](#)] dostępne są ćwiczenia związane z tematyką składania aplikacji oraz życia zawodowego.

Dzięki nim dowiesz się czegoś o świecie pracy i podniesiesz poziom znajomości języka niemieckiego.

Szukanie pracy – doradztwo i pomoc

Jest wiele możliwości znalezienia pracy. Istnieje wiele ogłoszeń o pracę w głównych gazetach i w Internecie.

Platforma Federalnej Agencji Pracy [Jobsuche](#) oferuje oferty pracy w całych Niemczech.

Znajdziesz tam bezpośrednio maskę wyszukiwania:

"Szukają":

- Na stanowisko specjalisty lub kierownika potrzebny jest dyplom lub ukończone szkolenie. Ale czasami sprawdza się też duże doświadczenie zawodowe. Często wymagana jest bardzo

dobra znajomość języka niemieckiego.

- Jako pomocnik możesz znaleźć pracę nawet z dobrą znajomością języka niemieckiego i bez dyplomu.
- Możesz również poszukać stażu lub praktyki.

{ "wyszukiwane hasła":

Tutaj możesz wskazać zawód, w którym chciałbyś pracować.

"Miejsce pracy":

Wpisz tutaj lokalizację, w której chcesz pracować.

Mini-praca / praca w niepełnym wymiarze godzin

Możesz także poszukać mini-pracy lub pracy w niepełnym wymiarze godzin.

Pracują wtedy tylko kilka godzin tygodniowo. Zarabiasz nie więcej niż 520 euro miesięcznie.

Uwaga: Urząd Pracy lub Urząd Opieki Społecznej również musi zostać powiadomiony o mini-pracy!

Najważniejszymi osobami do kontaktu w sprawie pracy są agencja zatrudnienia i urząd pracy. Zwróć uwagę na różne obowiązki!

Urząd pracy: odpowiedzialny za uznanych uchodźców (tj. procedura azylowa została pozytywnie zakończona)

Agencja zatrudnienia: odpowiedzialna za nieuznane osoby ubiegające się o azyl (tj. procedura azylowa nadal trwa (Gestattung) lub wniosek o azyl został odrzucony (Duldung))

Zostanie ci przydzielona osobista osoba kontaktowa.

W przypadku jakichkolwiek pytań prosimy o kontakt z odpowiedzialną osobą kontaktową.

Na osobistą rozmowę kwalifikacyjną należy się umówić.

Centrum Doradztwa "Uczciwa Integracja"

Tutaj możesz uzyskać wszystkie potrzebne informacje na temat swoich praw jako pracownika w Niemczech.

Znajomość swoich praw może chronić przed wykorzystywaniem i dyskryminacją.

Ogólnokrajowe doradztwo dla uchodźców i migrantów z krajów spoza UE, którzy mają pracę, odbywają szkolenie lub staż. Możemy również doradzić, jeśli chcesz pracować i masz już pytania.

Tematy to:

- Rynek pracy i umowy o pracę
- Płatność i płaca minimalna
- Godziny pracy, urlop lub zwolnienie
- Niezdolność do pracy i wypadki przy pracy
- Ubezpieczenie zdrowotne, długoterminowe i emerytalne
- niesprawiedliwe traktowanie przez szefów

- Zgodność z prawami pracowników

Doradztwo jest bezpłatne i poufne.

Porady mogą być udzielane w języku tigrinia, angielskim i niemieckim.

Migracja pracowników wykwalifikowanych

Podstawowe informacje na temat imigracji wykwalifikowanej siły roboczej

W Niemczech jest takie prawo.

Ustawa ma ułatwić wykwalifikowanym pracownikom przyjazd do Niemiec.

W tym przypadku fachowcy posiadają profesjonalne wykształcenie.

Nie masz tytułu naukowego. Dla tych osób istnieją już przepisy dotyczące imigracji do Niemiec.

🌐 Te i dalsze informacje są dostępne również na stronie [Make it in Germany](#)

🌐 Tu można też przeprowadzić [szybki test](#) swoich możliwości!

Dla pracodawców

Przyspieszona procedura dla pracowników wykwalifikowanych

Pracodawcy potrzebują pełnomocnictwa od wykwalifikowanego pracownika.

Pozwala to na wszczęcie przyspieszonej procedury pracownika wykwalifikowanego.

Robisz to we właściwym urzędzie do spraw cudzoziemców.

Spółka zawiera umowę z organem.

Wszystkie zaangażowane strony zgadzają się co do tego, co pracodawca, specjalista i władze mogą i muszą zrobić.

Umowa opisuje procedury, w tym zaangażowane strony i terminy.

💡 Opłaty wynoszą 411 euro. Obowiązuje również opłata wizowa w wysokości 75 euro.

Podobnie wszystkie inne poniesione opłaty (kopie uwierzytelnione, tłumaczenia).

Urząd Rejestracji Cudzoziemców doradza pracodawcom.

- Zapewnia wsparcie w celu uznania zagranicznych kwalifikacji wykwalifikowanego pracownika.
- Urząd Rejestracji Cudzoziemców uzyskuje zgodę Federalnej Agencji Pracy.
- Sprawdza, co jest wymagane, aby wiza została przyznana.
- Organy rozpoznające mają tylko określony czas, zanim będą musiały podjąć decyzję.
- Podobnie jest z Federalną Agencją Pracy.

Wszystkie wymagania są spełnione?

- Następnie organ do spraw cudzoziemców wydaje tzw. wstępną zgodę.
- Pracodawca może przekazać to wykwalifikowanemu pracownikowi.
- Następnie specjalista rezerwuje termin w placówce dyplomatycznej za granicą.
- Wniosek o wizę składa się w tym dniu.
- Na tym spotkaniu specjalista musi przedstawić oryginał wcześniejszej zgody.
- Specjalista musi przynieść również inne dokumenty niezbędne do złożenia wniosku o wizę.

Złożyłeś kompletny wniosek wizowy przez wykwalifikowanego pracownika?
Następnie w ciągu trzech tygodni zostanie podjęta decyzja w tej sprawie.

💡 Można również wziąć pod uwagę rodzinę profesjonalisty.
W tym celu należy jednocześnie złożyć wniosek.
Rodzina musi spełniać wymogi łączenia rodzin.

Dla profesjonalistów

💡 Definicja wykwalifikowany pracownik:

- Masz wyższe wykształcenie?
- A może masz wykształcenie?
- Szkolenie trwało co najmniej dwa lata?
- To kwalifikuje cię do jakiegoś zawodu?

-> W takim razie jesteś profesjonalistą.

Chcesz być oficjalnie uznany za wykwalifikowanego pracownika?
Wtedy trzeba się o nią ubiegać.
Ich kwalifikacje muszą być uznane przez właściwy organ w Niemczech.

Poszukiwanie pracy

Wejście na rynek pracy:

Wejście na rynek pracy ulega uproszczeniu: Musisz mieć trzy rzeczy, aby pokazać się jako profesjonalista.

- Potrzebna jest umowa o pracę.
- Musisz mieć konkretną ofertę pracy.
- Potrzebne są też [kwalifikacje uznawane w Niemczech](#).

Nie sprawdza się już, czy na dane stanowisko jest również odpowiednia osoba z Niemiec.
Federalna Agencja Pracy nadal bada warunki pracy.

Możliwości zatrudnienia:

Masz pewne kwalifikacje.

To kwalifikuje Cię do wykonywania określonego zawodu.

Możesz pracować w tym zawodzie.

Można też pracować w zawodach pokrewnych.

Wykwalifikowani pracownicy ze stopniem naukowym mogą również wykonywać inne prace.

Wykwalifikowani pracownicy mogą np. pracować w zawodzie, który nie wymaga ukończenia studiów.

Ale wykwalifikowani pracownicy nie mogą pracować przy prostych pracach.
Pracownicy wykwalifikowani muszą pracować w zawodzie, który wymaga szkolenia.
Aby uzyskać niebieską kartę UE, musisz mieć pracę odpowiadającą Twoim kwalifikacjom.

Pracownicy wykwalifikowani z wykształceniem zawodowym:

Wykwalifikowani pracownicy z wykształceniem zawodowym mogą pracować w każdym zawodzie.

Do tego trzeba mieć tylko kwalifikacje poprzez szkolenia.

Nie muszą już pracować tylko w zawodach, w których brakuje pracowników.

Zasady wejścia

Wjazd w celu poszukiwania pracy:

Wykwalifikowani pracownicy z wykształceniem zawodowym mogą wjechać do Niemiec.

Możesz wejść, aby znaleźć pracę tutaj.

Otrzymują oni zezwolenie na pobyt na maksymalnie sześć miesięcy.

Musisz spełnić szereg wymagań:

- ich kwalifikacje muszą być uznawane w Niemczech.
- Należy zabezpieczyć swoje środki do życia na czas pobytu.
- Musisz już znać język niemiecki na tyle dobrze, aby móc pracować w swoim zawodzie.
- Zazwyczaj wymagana jest znajomość języka niemieckiego na poziomie B1 lub lepszym.

Chciałbyś najpierw spróbować swoich sił w pracy?

Wtedy można pracować do 10 godzin tygodniowo.

W ten sposób możesz dowiedzieć się, czy lubisz daną pracę.

Twój pracodawca może Cię poznać.

Prace próbne mogą wykonywać również wykwalifikowani pracownicy z uznanym wykształceniem akademickim.

Pozostań przy działaniach kwalifikacyjnych:

Starłeś się o uznanie swoich kwalifikacji?

Organ zidentyfikował problemy?

Twoje kwalifikacje nie odpowiadają niemieckim?

- Wtedy potrzebna jest wystarczająca znajomość języka niemieckiego. Jest to wiedza na poziomie A2.
- Wtedy można ubiegać się o wizę.
- Z tą wizą można przyjechać do Niemiec na 18 miesięcy.
- W tym czasie można się zakwalifikować.
- Władze mogą przedłużyć wizę raz na 6 miesięcy.
- Po tym czasie można ubiegać się o kolejną wizę. Na przykład na praktykę zawodową. Albo na kierunek studiów. Albo do pracy.

Pozwolenie na osiedlenie się dla wykwalifikowanych pracowników z zagranicy:

Cudzoziemscy pracownicy wykwalifikowani mogą już po czterech latach (wcześniej pięć lat) uzyskać zezwolenie na osiedlenie się w Niemczech.

Na szkolenia i studia

Przyjazd w celu znalezienia miejsca kształcenia:

Chciałbyś odbyć praktykę zawodową? Następnie można wjechać do kraju w celu poszukiwania miejsca treningowego.

- Potrzebna jest znajomość języka niemieckiego na poziomie B2.
- Wymagane jest posiadanie dyplomu ukończenia szkoły uprawniającego do podjęcia studiów wyższych.
- Nie możesz mieć więcej niż 25 lat.
- Musisz być w stanie zapłacić za własne życie w Niemczech.

Rozszerzone możliwości transferu dla studentów zagranicznych w Niemczech:

Studenci międzynarodowi mogą uzyskać nowe pozwolenie na pobyt przed ukończeniem studiów. Na przykład: Chcesz nauczyć się zawodu po ukończeniu studiów.

Otrzymają Państwo wówczas zezwolenie na pobyt.

Nowe [prawo dotyczące wykwalifikowanych](#) pracowników ułatwia tę zmianę: Studiujesz? A ty chcesz mieć pracę?

Wtedy można podjąć pracę. Trzeba do tego spełnić specjalne warunki.

Federalna Agencja Pracy narzuca te warunki.

Po sprawdzeniu wszystkiego otrzymają Państwo nowe pozwolenie na pobyt.

Zezwolenie na osiedlenie się dla absolwentów programu szkoleniowego w Niemczech:

Zgodnie z nowym prawem, zagraniczni absolwenci szkoleń zawodowych w Niemczech, podobnie jak absolwenci uniwersytetów, mogą uzyskać pozwolenie na osiedlenie się już po dwóch latach.

💡 **Kurs języka niemieckiego** przygotowujący do szkolenia: Czy masz odpowiednią wizę? Następnie można wziąć udział w kursie języka niemieckiego. Ten kurs języka niemieckiego przygotowuje do szkolenia.

Własna działalność gospodarcza

Jak mogę prowadzić w Niemczech własną działalność gospodarczą?

- Czy nadal jesteś w trakcie procedury azylowej?
- Twój wniosek został odrzucony?
- Czy ma pan pozwolenie na tolerowanie?
-> W takim przypadku samozatrudnienie jest **zabronione**.

W zasadzie wszystkie inne osoby mają możliwość założenia firmy w Niemczech.

Tutaj można znaleźć więcej informacji w różnych językach:

- [Przewodnik online "GründerZeiten"](#)
- [Portal dla start-upów](#)
- [Strona główna jednostki IQ ds. ekonomii migrantów](#)

Uznawanie zagranicznych świadectw i dyplomów

Uznawanie zagranicznych kwalifikacji edukacyjnych

W Niemczech świadectwa odgrywają ważną rolę w szkołach, na studiach i w karierze zawodowej. Dzięki certyfikatом możesz udowodnić, czego już się nauczyłeś i co osiągnąłeś. Certyfikaty są decydującym warunkiem uzyskania pracy lub przyjęcia do szkoły lub na uniwersytet.

Jeśli więc zdobyłeś już certyfikaty w szkole, na szkoleniu lub podczas studiów za granicą, powinieneś je uznać.

Zostanie sprawdzone, do czego kwalifikują Cię posiadane w Niemczech certyfikaty.

Ich usługi są, że tak powiem, tłumaczone.

Możesz nie mieć już swoich referencji.

W tym przypadku możesz starać się o uznanie swojego doświadczenia zawodowego i umiejętności zawodowych poprzez testy.

Ośrodki doradztwa w zakresie uznawania:



[Welcome-Center Weiden](#)

Agentur für Arbeit Weiden

Welcome-Center

Weigelstr. 24

92637 Weiden

☎ +49 961 409 2101

[bfz Regensburg](#)

[Tutaj](#) można znaleźć więcej informacji na temat uznawania zagranicznych kwalifikacji w różnych językach.

Chciałbyś, aby Twoje zagraniczne świadectwo ukończenia szkoły zostało uznane?

Ukończyłeś szkolenie zawodowe za granicą?

W Bawarii za uznawanie odpowiada ["Landesamt für Schule"](#) (LAS).

Zdrowie

Ubezpieczenie zdrowotne

W Niemczech musisz mieć ubezpieczenie zdrowotne.

Istnieje ustawowe ubezpieczenie zdrowotne (GKV) i prywatne ubezpieczenie zdrowotne (PKV). Wiele z nich jest objętych ustawowym ubezpieczeniem zdrowotnym.

Istnieją różne fundusze ubezpieczeń zdrowotnych. Możesz wybrać swój fundusz ubezpieczeń zdrowotnych. Możesz zmienić firmę ubezpieczeniową.

Co miesiąc trzeba płacić za ubezpieczenie zdrowotne. Kwota zależy od dochodu.

Dzieci nie muszą płacić.

Otrzymasz kartę ubezpieczeniową od zakładu ubezpieczeń zdrowotnych. Kartę ubezpieczenia należy okazać lekarzowi.

Co oznacza ubezpieczenie zdrowotne?

Jest pan chory? Następnie ubezpieczenie zdrowotne płaci za lekarza, lekarstwa, klinikę. Zazwyczaj trzeba za to dodatkowo zapłacić. Istnieje jednak "maksymalna kwota" współpłaty.

Jesteś chory i nie możesz pracować? Lekarz wystawia im "zaświadczenie o niezdolności do pracy". (zaświadczenie o chorobie) Przekazujesz ten dokument swojemu pracodawcy. Nadal będziesz otrzymywać wynagrodzenie przez okres do 6 tygodni. Jeśli jesteś chory przez dłuższy czas, możesz otrzymać "zasilek chorobowy" z funduszu ubezpieczeń zdrowotnych.

Masz ostrą chorobę za granicą? Otrzymują również podstawową opiekę w wielu zagranicznych gabinetach lekarskich i szpitalach. Informacje można uzyskać w swojej kasie chorych.

💡 Uwaga

Należy zawsze pamiętać o zabraniu ze sobą karty ubezpieczeniowej podczas leczenia u lekarzy, w szpitalach lub przez akredytowanych terapeutów.

💡 Uwaga dla osób posiadających zezwolenie na pobyt

Należy zarejestrować się na stronie w zwykłej firmie ubezpieczeniowej. Tam otrzymasz kartę ubezpieczeniową. Oznacza to, że otrzymują Państwo takie same świadczenia jak wszystkie osoby w Niemczech.

💡 Porady dla osób ubiegających się o azyl

W przypadku osób ubiegających się o azyl obowiązują inne zasady. Jako uchodźca i osoba ubiegająca się o azyl nie jesteś jeszcze objęty ubezpieczeniem zdrowotnym. Po przybyciu do dzielnicy otrzymasz kartę zdrowia z biura opieki społecznej. Należy przedstawić je lekarzowi, aby mógł on zażądać zaświadczenia o leczeniu. Uwaga: Karta zdrowia to nie to samo co karta

ubezpieczeniowa Więcej informacji dla osób ubiegających się o azyl można znaleźć tutaj <https://integreat.app/neustadt/de/gesundheit/info...>

Informacje dla osób ubiegających się o azyl

Jako osoba ubiegająca się o azyl masz prawo do opieki medycznej w Niemczech:

- w przypadku ostrych chorób i bólu
- zalecane szczepienia (aby uzyskać więcej informacji, [kliknij tutaj](#))
- podczas profilaktycznych badań lekarskich,
- podczas ciąży i porodu,
- po traumatycznych doświadczeniach (gwałt, tortury, przemoc).

Opieka zdrowotna dla osób ubiegających się o azyl

Jeśli nie posiadasz jeszcze ubezpieczenia zdrowotnego, otrzymasz kartę zdrowia z biura opieki społecznej.

Należy to pokazać lekarzowi.

Następnie zwracają się do urzędu opieki społecznej o wydanie bonu na opiekę zdrowotną.

Kupon na leczenie jest zawsze ważny przez jeden kwartał (3 miesiące).

W związku z tym za każdy kwartał należy zwrócić się do lekarza o nowy voucher opieki zdrowotnej.

- 1. kwartał: styczeń, luty, marzec
- 2. kwartał: kwiecień, maj, czerwiec
- 3. kwartał: lipiec, sierpień, wrzesień
- 4. kwartał: październik, listopad, grudzień

Czy potrzebujesz leczenia u specjalisty?

Następnie lekarz rodzinny wystawi skierowanie.

Otrzymasz również kopię zaświadczenia o leczeniu.

 **Wskazówka:** Specjalnie dla osób ubiegających się o azyl projekt zdrowotny MiMi (From Migrants for Migrants - Intercultural Health in Bavaria) stworzył [przewodnik po opiece zdrowotnej](#) w siedmiu językach.

Choroby & Higiena

Infekcje przenoszone drogą płciową

Niektóre choroby mogą być przenoszone drogą płciową.

Na przykład HIV/AIDS lub zapalenie wątroby.

Bez leczenia choroby te mogą mieć poważne konsekwencje.

Bardzo ważne jest, aby przebadać się pod kątem tych chorób, jeśli jesteś aktywna seksualnie. Można na przykład wykonać test na obecność wirusa HIV w urzędzie zdrowia i uzyskać poradę.

Wiele informacji na temat infekcji przenoszonych drogą płciową w różnych językach jest dostępnych tutaj.

Choroby zakaźne podlegające obowiązkowi zgłoszenia

Obejmuje to na przykład świerzb, wszy głowowe, salmonellę.

Jeśli cierpisz na jedną z tych chorób, musisz przestrzegać zasad.

Należy zapobiegać zarażeniu innych osób

W przypadku wykrycia choroby zakaźnej lekarz informuje wydział zdrowia publicznego.

Wydział zdrowia informuje chorego o zasadach.

Tutaj można znaleźć ważne informacje na temat wielu chorób w różnych językach (angielskim, francuskim, tureckim, rosyjskim, arabskim)

Opieka zdrowotna

Szczepienia

Szczepienia mogą chronić przed chorobami lub ich ciężkim przebiegiem.

W Niemczech szczepienia są zalecane przez organy służby zdrowia .

Jeśli nie masz pewności, co zrobić, możesz zapytać lekarza.

Ubezpieczenie zdrowotne pokrywa koszty większości szczepień.

W zależności od kraju, w którym dorastałeś, mogłeś już zostać zaszczepiony przeciwko niektórym chorobom.

Choroby te mogą jednak wcale nie być rozpowszechnione w Niemczech.

Dlatego nawet jeśli jesteś już dorosły, może być konieczne ponowne zaszczepienie się.

Najlepiej zapytać o szczepienia dla dorosłych podczas następnej wizyty u lekarza.

Terminowe szczepienia są również ważne dla dzieci, aby chronić je przed poważnymi chorobami.

Porozmawiaj ze swoim pediatrą o tym, które szczepienia są zalecane dla Twojego dziecka.

Ustawa o ochronie przed odrą w szkołach i ośrodkach opieki dziennej

W Niemczech wiele dzieci uczęszcza do żłobka, przedszkola lub szkoły.

Wszystkie te dzieci muszą być zaszczepione lub uodpornione na odrę.

Rodzice muszą przedstawić dowód.

Personel opieki dziennej, żłobków i szkół również musi być zaszczepiony lub uodporniony na odrę.

Szczepienia przeciwko odrze są obowiązkowe.

Więcej informacji na temat szczepień można znaleźć tutaj:

Podręcznik Niemcy: [Szczepienia dla dorosłych](#) (dostępne w dziewięciu językach)

Podręcznik Niemcy: [Szczepienia dla dzieci i młodzieży](#) (dostępne w dziewięciu językach)

[Kalendarz szczepień](#) w 20 językach

Wczesne wykrywanie

W przypadku wielu chorób szanse na wyleczenie są większe, jeśli choroba zostanie wcześniej wykryta.

Nawet jeśli czujesz się całkiem zdrowy, chodź na badania kontrolne.

Profilaktyczne badanie lekarskie (badanie przesiewowe) sprawdza, czy na ciele pacjenta nie ma niczego rzucającego się w oczy.

Na przykład kobiety są badane pod kątem stwardnienia piersi.

Po badaniu lekarz omówi z pacjentem jego wyniki.

Istnieją różne programy badań przesiewowych dla kobiet, mężczyzn i dzieci.

Istnieją różne badania przesiewowe dla każdego wieku

Przykłady: Zdrowie zębów, rak piersi, rak jelita grubego, choroby przenoszone drogą płciową.

Dla kobiet w ciąży przewidziane są specjalne badania profilaktyczne.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Ważne: Przed badaniem należy zapytać ubezpieczyciela, czy koszty zostaną pokryte.

Wiele badań profilaktycznych jest opłacanych przez ubezpieczenie zdrowotne.

Więcej informacji można znaleźć tutaj: [handbookgermany](#)

Badania U dla dzieci

Dzieci są zwykle badane przez pediatrów.

Regularne badania kontrolne i szczepienia są ważne dla zdrowia każdego dziecka.

W przypadku dzieci w Bawarii te badania wczesnego wykrywania są obowiązkowe i nazywane są "badaniami U".

Odbývają się one w określonym czasie i zawsze są bezpłatne.

Podczas tych wizyt lekarz sprawdza, czy istnieją jakiegokolwiek dowody poważnej choroby.

Bada się, czy dziecko rozwija się odpowiednio do swojego wieku.

Lekarz omówi z Tobą wyniki i udzieli Ci informacji na temat tego, jak Twoje dziecko może zdrowo rosnąć.

Podczas wizyt kontrolnych można również omówić wątpliwości lub pytania dotyczące zdrowia dziecka.

Podczas pierwszego egzaminu U dziecko otrzyma "książeczkę egzaminacyjną", zwaną również "żółtą książeczką".

Niniejszą broszurę należy przechowywać w bezpiecznym miejscu i zawsze zabierać ze sobą na badania kontrolne.

Książeczka jest również ważna, gdy dziecko zostanie zapisane do przedszkola lub szkoły.

Wiele informacji na temat egzaminów U można znaleźć tutaj:

[Zdrowie dzieci](#)

[Handbook Germany](#)

Zdrowie psychiczne & Uzależnienie

Nie tylko ciało może zachorować.

Dusza również może zachorować.

Ważne jest również zdrowie duszy. Trzeba również zadbać o duszę.

Wiele osób doświadczyło złych sytuacji, np. przemocy, strachu i bezradności.

Często w kraju ojczystym lub w trakcie ucieczki.

Ale stresu można doświadczyć także w Niemczech.

Nie wiesz, co robić dalej.

Trzeba w kółko myśleć o tych samych rzeczach.

Trudno jest przetworzyć te uczucia.

Czujesz się bezradny, wyczerpany lub spięty.

Na przykład, nie możesz spać w nocy.

Nazywa się to chorobą psychiczną lub zaburzeniem psychicznym.

Niektórzy ludzie używają substancji uzależniających (alkohol, narkotyki) lub uprawiają hazard.

Na początku myślisz, że problemy już nie istnieją.

Można jednak uzależnić się od substancji uzależniających. Problemy stają się wtedy coraz większe.

Być może w twoim kraju nie mówi się o chorobie duszy lub uzależnieniu. O

nikt nie chce wierzyć, że dusza również może zachorować.

Być może ktoś się wstydzi. Ludzie boją się negatywnych konsekwencji.

Ważne jest jednak, aby poważnie traktować chorobę duszy.

W Niemczech można uzyskać pomoc.

Możesz porozmawiać o swoich problemach z lekarzami i poradniami.

Lekarze i poradnie mają obowiązek zachowania poufności. Oznacza to: Nie wolno ci nikomu o tym mówić.

Istnieją różne pomoce

-  [Biuro zdrowia](#) publicznego (tutaj można uzyskać informacje na temat pomocy dostępnej w regionie podczas wstępnej konsultacji)
May Street 7-9,
92637 Weiden

 [09602/796010](tel:09602796010) lub  [09602/796180](tel:09602796180)

-  [Centrum doradztwa w zakresie zdrowia psychicznego SpDi, Caritas Weiden](#)
Bismarckstraße 21,
92637 Weiden

 [0961/389050](tel:0961389050)

- [!\[\]\(c3ac156d9f50529e3ad236d53f62a1e5_img.jpg\) Specjalistyczna przychodnia leczenia uzależnień, Caritas Weiden](#)
Bismarckstraße 21,
92637 Weiden

 [0961/39890150](tel:0961/39890150)

- [Soulfon dla uchodźców](#)
 [0228/71002425](tel:0228/71002425)

Poniedziałki, wtorki, środy: 10:00-12:00 i 14:00-15:00

- [Krisendienst Oberpfalz](#) (w przypadku ostrych kryzysów)
 [0800/6553000](tel:0800/6553000)

codziennie od 0 do 24 godzin

Istnieją również specjalne kliniki, specjaliści / terapeuci

- [!\[\]\(c91b95134327fecfd03ba20b4cceb75d_img.jpg\) medbo Bezirksklinikum Wöllershof - Klinika Psychiatrii, Psychosomatyki & Psychoterapia](#)
Wöllershof 1,
92721 Störnstein

 [09602/780](tel:09602/780)

- Specjalistyczna klinika rehabilitacji zaburzeń uzależnień  [09602/780](tel:09602/780)
- Przychodnia psychiatryczna:  [09602/787412](tel:09602/787412)
- [Psychoterapeuci, neurologzy](#)

Stań się aktywny:

Niestety na wizytę u psychoterapeuty, lekarza czy w przychodni często trzeba czekać bardzo długo.

Dlatego ważne jest, aby zrobić coś dla własnego zdrowia psychicznego:

- Rozmawianie o tym z zaufanymi osobami
- Udać się do centrum doradztwa
- Uprawiać sport
- Spotkanie z innymi ludźmi
- Nadanie strukturze dnia

 [Tutaj można](#) znaleźć informacje i wskazówki dotyczące zdrowia psychicznego w różnych językach (albański, arabski, bułgarski, niemiecki, angielski, perski, rosyjski, turecki)

Zdrowie psychiczne u dzieci

Dzieci mogą również zachorować w wyniku doświadczeń w kraju ojczystym lub podczas lotu. Dzieci często doświadczają stresu również w Niemczech: nowa szkoła, nowa rutyna, nowy język, niepewność i obawy związane z Eltern...

Dzieci często wykazują różne objawy choroby psychicznej.

Niektóre dzieci nagle stają się bardzo ciche i wycofane.

Niektórzy nie mogą już spać w nocy lub moczą się.

Inne dzieci stają się bardzo dzikie i aktywne.

Rodzice są bardzo ważni dla dzieci.

Spraw, aby Twoje dziecko czuło się przy Tobie bezpiecznie.

Porozmawiaj z dzieckiem o jego uczuciach.

Pod tym linkiem znajduje się [przewodnik dla rodziców](#) w różnych językach.

Nagły wypadek

Jeśli użytkownik lub inne osoby znajdują się w bardzo poważnej sytuacji kryzysowej, np. chcą zrobić sobie lub innym krzywdę, należy wybrać numer alarmowy

 112

Więcej informacji na temat zdrowia

W Internecie można znaleźć wiele informacji na temat zdrowia w wielu różnych językach, na przykład arabski, kurdyjski, perski, Englisch,...

[Przewodnik zdrowotny dla osób ubiegających się o azyl](#)

- * Jak działa opieka zdrowotna?
- * Co robić, gdy jestem chory?
- * Jaką pomoc mogę uzyskać?

[Drogowskazy dla różnych tematów](#)

- * Cukrzyca
- * Trauma, depresja
- * Zdrowie matki

[Informacje dla pacjentów na temat wielu chorób](#)

- * Astma
- * Grypa
- * Demencja

Obszar słownictwa zdrowie

- * [Projekt Take Care](#)
- * [Książka ze słowami obrazkowymi](#)

Dobrze wiedzieć:

Szpitala leczą osoby poważnie chore lub ciężko ranne. W przypadku drobnych urazów lub chorób, które nie są nagłe, najlepiej udać się do gabinetu lekarskiego. Otrzymasz tam odpowiednią pomoc!

Potrzebujesz lekarza w nocy lub w weekend, ale nie jest to nagły przypadek? Wówczas możesz zadzwonić tutaj i dowiedzieć się, który gabinet lekarski jest obecnie otwarty:

Dyżur medyczny

tylko wieczorem i w weekendy

☎116117

Dyżur stomatologiczny

tylko w weekendy

www.notdienst-zahn.de (również w języku [angielskim](#))

Apteki dyżurujące

☎0800 00 22 8 33 (bezpłatnie)

z telefonu komórkowego: 22 8 33 (maks. 69 centów/min.)

Niemiecki system opieki zdrowotnej w 14 językach

W broszurze "[Zdrowie dla wszystkich - przewodnik po niemieckim systemie opieki](#) zdrowotnej" znajdziesz wszystkie ważne informacje w 14 językach.

Na portalu "[Zanzu](#)" można znaleźć informacje w 13 językach. Tematy to planowanie rodziny, ciąża, prawa związane ze zdrowiem. Jest też słownik specjalistycznych terminów medycznych.

Wizyta u lekarza

Lekarz (lekarz), lekarz ogólny, lekarz rodzinny

Jeśli jesteś chory, najpierw udaj się do lekarza pierwszego kontaktu. Często nazywany jest również lekarzem rodzinnym. Dla dzieci dostępny jest pediatra

Możesz samodzielnie wybrać lekarza.

Ten lekarz (rodzinny) jest pierwszym punktem kontaktowym w przypadku wszystkich chorób. Zbada on pacjenta i zdecyduje o dalszym leczeniu.

Jeśli konieczne będzie leczenie u lekarza specjalisty, zostanie on tam wysłany.

Daje ci skierowanie.

Gdzie znaleźć lekarza?

Lekarza pierwszego kontaktu można wyszukać w Internecie [tutaj](#).

(Wyszukaj słowo: GP i swój kod pocztowy) Niestety, znalezienie lekarza często wymaga dużo cierpliwości.

Jak umówić się na spotkanie?

Dzwonisz do lekarza.

Poproś o spotkanie: "Jestem chory! Czy mogę przyjść do ciebie?"

Bez umówienia się na wizytę często trzeba długo czekać.

Lekarze są zwykle otwarci od poniedziałku do piątku.

Zależy to jednak od lekarza.

Zazwyczaj są one zamknięte w środowe popołudnia.

Należy udać się do lekarza:

- Karta ubezpieczeniowa
- Twoje leki
- Arkusz z pytaniami
- jeśli nie mówią jeszcze po niemiecku: (zaufana) osoba, która może przetłumaczyć.
Uwaga: Koszty tłumaczy ustnych NIE są pokrywane

Tutaj można znaleźć wiele objawów w innych językach (odniesienie do karty wywiadu)

Rozmowa z lekarzem:

1. Wyjaśnij lekarzowi powód swojej wizyty.
2. Poinformuj lekarza o swoich dolegliwościach.
3. Upewnij się, że lekarz dobrze Cię zrozumiał.
4. Zapytaj lekarza, jeśli czegoś nie rozumiesz.
5. Ważne jest, aby odpowiedzieć poprawnie na wszystkie pytania.
6. Lekarz może zapytać: Czy palisz papierosy? Czy pijesz alkohol? Czy uprawiasz sport?
7. Jest to ważna informacja dla lekarza.
8. Lekarz potrzebuje tych informacji, aby móc leczyć pacjenta.
9. Lekarze mają obowiązek zachowania poufności: Z lekarzem można porozmawiać na każdy temat. Lekarz nikomu o tym nie mówi.
10. Jeśli potrzebujesz leków, otrzymasz receptę.
11. Zapytaj, jak przyjmować lek. Bardzo ważne jest, aby uważnie tego przestrzegać.

Lekarz powinien powiedzieć:

- Która to choroba?
- Na czym polega leczenie?
- Jak długo trwa leczenie?
- Czy leczenie wiąże się z jakimkolwiek ryzykiem lub bólem?

- Czy leczenie leczy chorobę?
- Czy istnieją inne możliwości?

Jeśli nie możesz iść do pracy z powodu choroby, potrzebujesz zwolnienia lekarskiego.
Poproś lekarza o zwolnienie lekarskie.
Zwolnienie lekarskie należy niezwłocznie przekazać pracodawcy.

Jesteś chory, a gabinety lekarskie są zamknięte? To nie jest nagły przypadek?

Ale nie możesz poczekać, aż GP znów będzie otwarte?

Jeśli potrzebujesz lekarza w nocy lub w weekend i nie jest to nagły przypadek, możesz zadzwonić tutaj:

Usługi medyczne na wezwanie ☎116117

Poniedziałek, wtorek, czwartek: 18:00-21:00

śr., pt.: 13:00-21:00

sob, niedz., dni wolne: 08:00-21:00

Istnieje również "praktyka na wezwanie" w Weiden.

Jeśli potrzebujesz lekarza w nocy lub w weekend i nie jest to nagły przypadek, możesz przyjść tutaj.

Nie musisz się umawiać!

Ärztliche Bereitschaftklinik (für Erwachsene)

am Klinikum Weiden

Söllnerstraße 16,

92637 Weiden

Poniedziałek, wtorek i czwartek od 18:00 do

21:00

Środa i piątek od 13:00 do 21:00

Sobota, niedziela i święta od 08:00 do 21:00

KVB-Bereitschaftspraxis der Kinder- und Jugendärzte (für Kinder & Jugendliche)

am Klinikum Weiden

Söllnerstraße 16,

92637 Weiden

Środa i piątek od 15:00 do 20:00

Sobota, niedziela i święta od 08:00 do 20:00

Lekarz specjalista/specjalista

Lekarze specjaliści specjalizują się w danej dziedzinie medycyny.

Przejmują oni dalsze leczenie po skierowaniu przez lekarza pierwszego kontaktu.

Na przykład: Ginekolog, specjalista chorób płuc lub uszu, nosa i gardła, urolog, ortopeda ...

Dentysta

Boli cię ząb?

Następnie udaj się do dentysty.

Należy umówić się na spotkanie z wyprzedzeniem.
Jeśli nie mówisz jeszcze po niemiecku: Pomyśl o kimś, kto może tłumaczyć za Ciebie.

Dentysta pełni dyżur w nagłych wypadkach w weekendy i święta.
Z pogotowiem stomatologicznym można skontaktować się pod adresem ☎0941/5987923

Dla zachowania zdrowych zębów ważne jest ich codzienne mycie.
Szczoteczki i pasty do zębów można kupić w drogeriach i supermarketach.
Ważne: Nie należy udostępniać tych produktów higienicznych innym osobom.

Lekarstwa i apteki

Czy potrzebujesz leków lub bandaży?

Leki i opatrunki można nabyć w aptece.
Apteki można rozpoznać po dużej czerwonej literze A nad drzwiami.
Apteki są z reguły otwarte od poniedziałku do soboty.
Godziny otwarcia różnią się jednak w zależności od apteki.

Potrzebujesz pilnie leków w nocy, w weekend lub w święto państwowe?

W pobliżu zawsze znajduje się apteka dyżurująca w nagłych wypadkach.
Każda apteka posiada tabliczkę z nazwą i adresem apteki z pogotowiem ratunkowym.
Informacje te można również znaleźć w Internecie: www.aponet.de (Szukane słowo: "Pogotowie apteczne", wpisz swój kod pocztowy)

Na niektóre leki ("leki na receptę") potrzebna jest recepta.
Najpierw należy skontaktować się z lekarzem. Dają ci receptę.
Recepta upoważnia do zakupu leków w każdej aptece.

Zazwyczaj trzeba zapłacić dziesięć procent ceny (minimalnie 5 i maksymalnie 10 euro) za leki.
Nazywa się to współpłatnością.

Osoby ubiegające się o azyl otrzymują wiele leków bez konieczności współpłacenia.
Dzieci poniżej 18 roku życia mogą również otrzymać wiele leków bez współpłatności.
Dlatego warto zapytać o to lekarza.
Jeśli nie masz recepty, zawsze będziesz musiał zapłacić za lek.

W aptece pacjent zostanie poinformowany o sposobie przyjmowania leku.
Lek należy przyjmować zgodnie z zaleceniami.
Jeśli czegoś nie rozumiesz, zapytaj ponownie.

Szpital

Szpital (= klinika lub ośrodek kliniczny) to dom, w którym leczeni są bardzo chorzy ludzie.
W szpitalu pracuje wielu lekarzy i pielęgniarzek.
Do szpitala idziesz tylko wtedy, gdy jesteś bardzo chory lub poważnie ranny.
W [nagłych](#) wypadkach udajesz się do szpitala.

W klinice nie można wybrać lekarza.
Lekarzem może być kobieta lub mężczyzna.
Leżysz w pokoju z innymi ludźmi.

Koszty leczenia szpitalnego, zakwaterowania i wyżywienia pokrywa fundusz ubezpieczeń zdrowotnych.

Należy jednak zapłacić dzienną dietę w wysokości 10 € za każdy dzień.

💡 Nie zapomnij dowodu tożsamości lub potwierdzenia przybycia do szpitala!

Jeżeli jesteś zarejestrowany w instytucji ubezpieczenia zdrowotnego, to zabierz ze sobą kartę ubezpieczonego.

💡 Osoby ubiegające się o azyl mogą udać się do szpitala bez zaświadczenia o leczeniu tylko w nagłych przypadkach.

W szpitalu musisz wykazać w oparciu o potwierdzenie przybycia do miejsca przeznaczenia, że jesteś osobą wnioskującą o azyl i koszty zostaną rozliczone za pośrednictwem Urzędu ds. Opieki Społecznej.

Osoby niepełnosprawne

Pomoc jest dostępna dla osób niepełnosprawnych. Prosimy o kontakt z przedstawicielem okręgu:

@blober@grplus-nopf.de

☎ 09602-791610

Bezpłatne porady można również uzyskać w Internecie.

Na stronie internetowej  [Crossroads](#) można znaleźć wiele informacji na następujące tematy:

- Pierwsze kroki po przyjeździe do Niemiec
- Zdrowie, rehabilitacja i opieka
- Pomoc dla członków rodzin dzieci niepełnosprawnych
- Uczestnictwo w życiu społecznym i kursy językowe
- Ubieganie się o świadczenia i ich otrzymywanie

Pytania można również przysyłać pocztą elektroniczną na ten adres:

@beratung@hi.org

Dzieci, młodzież i rodzina

Ciąża i poród

Ciąża i poród

Kobiety w ciąży objęte są w Niemczech szczególną ochroną.

Możesz zasięgnąć porady.

Będziesz pod opieką lekarza.

A państwo wspiera cię nowymi zakupami dla dziecka.

Jeśli jesteś w ciąży, musisz najpierw udać się do ginekologa.

Zrób tam badania profilaktyczne.

Otrzymasz książeczkę przebiegu ciąży.

Paszport macierzyński to dokument zawierający ważne informacje o Twojej ciąży. Znajdują się tam również informacje o stanie zdrowia. I twojego dziecka. Zawsze zabieraj ze sobą paszport macierzyński na wypadek sytuacji awaryjnych.

Jeśli masz pytania dotyczące ciąży i porodu, możesz również skontaktować się z poradniami ciążowymi w regionie:

Poradnie ciążowe pomagają we wszystkich kwestiach związanych z ciążą i porodem. Zapewniają wsparcie w ubieganiu się o świadczenia finansowe.

 [Urząd zdrowia Weiden / Neustadt - Poradnictwo ciążowe](#)

Maistr. 7-9

92637 Weiden i.d. OPf.

 [09602/796010](tel:09602796010)

@schwangerenberatung@neustadt.de

 [Katolicka poradnia dla kobiet w ciąży Caritas e.V.](#)

Heinrich-von-Kleist-Str. 8-14

92637 Weiden i.d. OPf.

 [0961/40182280](tel:096140182280)

@weiden@caritas-schwangerschaftsberatung.de

[DONUM VITAE in Bayern e.V.](#)

Uznany przez państwo ośrodek konsultacyjny w sprawach dotyczących ciąży

 Siedziba główna Weiden i.d.OPf.:

City Center Tower A

Schillerstr. 11

92637 Weiden

 [0961/4016940](tel:09614016940)

@weiden@donum-vitae-bayern.de

Położna

Położne wspierają kobiety i ich rodziny od początku ciąży po zakończenie okresu karmienia.

Położne udzielają porad w czasie ciąży.

Mogą one pomóc przy porodzie.

Wprowadzić karmienie piersią po porodzie.

Zwracają też uwagę na fizyczny i psychiczny powrót kobiety do zdrowia.

Każda kobieta może skorzystać z pomocy położnej przez określony czas.

Koszty są pokrywane przez ubezpieczenie zdrowotne.

Jeśli jesteś w ciąży, znajdź położną odpowiednio wcześniej (zwykle przed 12. tygodniem ciąży).

Tydzień ciąży)

[Tutaj](#) znajdziesz przegląd położnych w regionie.

Poród i opieka poporodowa

Ginekolog skieruje Cię do kliniki położniczej.
Po porodzie zapytaj tam położną lub położnika o opiekę poporodową.
W klinice otrzymasz akt urodzenia.

Powiadomienie urzędu stanu cywilnego

Noworodki muszą być zarejestrowane w [urzędzie](#) stanu cywilnego.
Zazwyczaj można to zrobić w gabinecie w szpitalu.
Tam otrzymasz tymczasowy akt urodzenia dziecka.
Przynieś w tym celu swój dowód osobisty. Potrzebny będzie również akt urodzenia z przychodni.
Jest pan żonaty? Przynieś również akt małżeństwa.

💡 Prosimy o składanie w urzędzie stanu cywilnego wyłącznie oryginalnych dokumentów.
W przypadku dokumentów obcojęzycznych wymagane jest urzędowo poświadczone tłumaczenie na język niemiecki.

Po kilku tygodniach otrzymasz oficjalny akt urodzenia z urzędu stanu cywilnego.
Jest to ważne w przypadku ubiegania się o dalsze świadczenia finansowe.

👨👩👧👦 Mieszkasz we wspólnym mieszkaniu?

Kopię aktu urodzenia należy przekazać kierownikowi zakwaterowania. Twoje dziecko zostanie wtedy zarejestrowane.
Ponadto otrzymasz również łóżeczko dziecięce we wspólnym zakwaterowaniu, jeśli masz zarządzanie
poinformować o narodzinach dziecka.

Pediatrzy

Istnieje dziesięć badań przesiewowych (U1-U9 i J1).
Do 6. Oznacza to, że dziecko będzie badane regularnie od szóstego roku życia.
Pediatra towarzyszy rozwojowi dziecka.
Badania U1 (badanie po porodzie) i U2 odbywają się najczęściej w szpitalu.
Na kolejne badania należy umawiać się u swojego pediatry.
Również w tym przypadku wskazane jest wcześnie znalezienie pediatry (w razie potrzeby w czasie ciąży).

💡 Przy [rejestracji do](#) ośrodka opieki [diennej](#) może być wymagany dowód przeprowadzenia kompletnych badań przesiewowych.

Przegląd pediatrów w regionie można znaleźć [tutaj](#) (potrzebny jest tylko kod pocztowy miejsca zamieszkania).

Opieka nad dziećmi

W Niemczech istnieją różne formy opieki dziennej dla dzieci, w zależności od ich wieku:

- Żłobki dla dzieci w wieku poniżej trzech lat
- Przedszkola dla dzieci w wieku od trzech lat do wieku szkolnego
- Świetlice dla dzieci w wieku szkolnym do 14. roku życia

Kolejna możliwość to opieka dzienna.

W przypadku tej formy opieki Twoim dzieckiem zajmie się wykwalifikowany i certyfikowany opiekun.

Opieka ta zazwyczaj odbywa się w domu tej osoby.

Szukasz opieki nad dzieckiem?

Potrzebujesz opieki dla swojego dziecka?

Już masz opiekę dla dziecka, ale nurtują Cię jakieś kwestie?

Następnie skontaktuj się z naszą [wyspecjalizowaną jednostką](#) w biurze okręgowym

Opieka nad dziećmi w Twojej społeczności

Informacje o tym, jaką opiekę nad dziećmi oferuje dana gmina, można znaleźć [tutaj](#)

Zasiłki rodzinne

Dodatek wychowawczy (Elterngeld)

Niektórzy rodzice po urodzeniu dziecka pracują mniej. Niektórzy nie chcą już tak dużo pracować. Inni nie mogą już tak dużo pracować. Mogą wtedy dostać pieniądze od rządu. Rodzice, którzy mieszkają osobno, również mogą ubiegać się o zasiłek rodzicielski. Mogą ubiegać się o zasiłek rodzicielski, jeśli posiadają zezwolenie na osiedlenie się lub pobyt w Niemczech.

Zasiłek na dziecko

Wszyscy rodzice, którzy uzyskali zezwolenie na osiedlenie się lub zezwolenie na pobyt w Niemczech, mają prawo do zasiłku na dzieci. Wniosek o zasiłek rodzinny należy złożyć samodzielnie w Federalnej Agencji Pracy. W ten sposób wypłaca się zasiłek rodzinny na każde dziecko od urodzenia do co najmniej 18 roku życia. Rok życia.

Nieletni uchodźcy bez rodziców czy opiekunów

Uchodźca nie ma ukończonych 18 lat?

Wjechała do Niemiec zupełnie bez opieki?

Wtedy jest traktowana jako małoletnia cudzoziemka bez opieki = umA.

Tacy młodzi ludzie muszą zgłosić się do urzędu ds. młodzieży (Jugendamt).

Biuro pomocy młodzieży rozmawia z młodymi ludźmi. Młodzieżowy Urząd Pracy ustala jej wiek.

- Osoba ta nie ukończyła 18 lat. Wtedy osoba ta jest nieletnia.
Biuro pomocy młodzieży zajmuje się tą osobą. Biuro pomocy młodzieży zabiera osobę do schroniska dla młodzieży.
- Osoba ta ma ukończone 18 lat. Wtedy osoba jest pełnoletnia.
Otrzymuje zawiadomienie o odrzuceniu wniosku. Ewentualnie traktuje się ją jak osobę dorosłą.

💡 Biuro ds. młodzieży zapewni tłumacza na rozmowę.

💡 Na dowodzie przybycia nie masz jeszcze ukończonych 18 lat?

Biuro pomocy młodzieży daje ci zawiadomienie o odrzuceniu wniosku?

Wówczas Biuro Pomocy Społecznej dla Młodzieży musi wpisać na zawiadomieniu nową datę urodzenia.

Tylko wtedy możesz ubiegać się o zmianę dokumentów w Urzędzie ds. Cudzoziemców oraz w Urzędzie ds. Opieki Społecznej.

Niektóre osoby niepełnoletnie (osoby poniżej 18 roku życia) podróżują **z krewnymi**.

Może to być wujek lub ciotka. Mogą to być kuzyni lub starsze rodzeństwo.

Twój wydział kwaterunkowy zgłasza to Urzędowi ds. Młodzieży po Twoim przyjeździe.

Biuro pomocy młodzieży rozmawia z nieletnim i dorosłymi krewnymi.

Urząd do spraw młodzieży sprawdza, czy nieletni może tam przebywać.

Ponadto urząd ds. młodzieży decyduje, czy wyznaczony zostanie opiekun.

Sam urząd ds. młodzieży zapewnia tłumacza na rozmowę.

💡 Pełnoletni członkowie rodziny mogą także sami złożyć wniosek o sprawowanie prawnej opieki w sądzie rodzinnym.

W przypadku opieki, krewny otrzymuje pełną odpowiedzialność za małoletniego zamiast rodziców.

Pakiet edukacyjny i pakiet uczestnictwa

Pakiet edukacyjny i pakiet uczestnictwa (BuT)

Jeśli otrzymujesz świadczenia socjalne, możesz otrzymać wsparcie finansowe dla swojego dziecka.

Warunek wstępny: Ty lub Twoje dziecko otrzymujecie jedno z następujących świadczeń państwowych:

- Dodatek na dziecko
- Zasiłek obywatelski
- Zasiłek socjalny
- Pomoc społeczna: Pomoc w pokryciu kosztów utrzymania, podstawowe wsparcie dochodu na starość i w przypadku zmniejszonej zdolności do zarobkowania
- Zasiłek mieszkaniowy
- Świadczenia dla osób ubiegających się o azyl.

Uczniowie w wieku do 25 lat otrzymują świadczenia na edukację. Jeśli uczęszczają do szkoły ogólnokształcącej lub zawodowej i nie otrzymują zasiłku szkoleniowego.

Świadczenia z tytułu uczestnictwa w życiu społecznym i kulturalnym w społeczności są przyznawane wszystkim dzieciom i młodzieży potrzebującym pomocy do 18. roku życia.

Jakie są świadczenia na edukację i uczestnictwo?

Różne świadczenia z pakietu edukacyjnego wspierają dzieci, młodzież i młodych dorosłych z rodzin o niskich dochodach. Dzięki tym świadczeniom możesz korzystać z zajęć szkolnych i rekreacyjnych, jeśli w przeciwnym razie nie byłoby Cię na nie stać.

Jakie usługi są dotowane?

Świadczenia na edukację i uczestnictwo dają dziecku lepsze możliwości rozwoju osobistego i uczestnictwa w życiu społecznym. Finansowanych jest wiele różnych programów kulturalnych i edukacyjnych. Świadczenia na edukację i uczestnictwo obejmują

- jednodniowe wycieczki szkolne i świetlicowe
- kilkudniowe wycieczki szkolne i do placówek opieki dziennej

Koszty wycieczek przedszkolnych i szkolnych są pokrywane w odniesieniu do wszystkich wydatków rozliczanych przez przedszkole lub szkołę - ale nie np. kieszonkowego na dodatkowe wydatki podczas wycieczki.

- Osobiste przybory szkolne (łącznie 174 euro na dziecko na rok szkolny)

Jeśli Twoje dziecko chodzi do szkoły, otrzymasz dodatek w wysokości 174 euro na rok szkolny na przybory szkolne dziecka. Umożliwia to zakup odpowiedniego wyposażenia do szkoły. Na przykład: tornister, zestaw sportowy, długopisy, pióra wieczne, zeszyty ćwiczeń, kalkulator lub materiały rzemieślnicze.

Jeśli masz kilkoro dzieci, dotację otrzymasz raz na każde dziecko w każdym roku szkolnym.

- transport uczniów do szkoły (rzeczywiste koszty - nawet jeśli bilety na transport szkolny zapewnione w tym celu uprawniają posiadacza do ogólnych przejazdów poza transportem szkolnym).

Jeśli Twoje dziecko musi dojeżdżać do szkoły pociągiem, autobusem lub innym środkiem transportu publicznego, możesz otrzymać dotację na pokrycie kosztów podróży. Warunkiem jest to, że koszty nie są pokrywane przez miasto lub gminę ani przez inną organizację publiczną. Koszty są pokrywane w całości, nawet jeśli dziecko może korzystać z miesięcznej karty podróźnej prywatnie.

- Pomoc w nauce. Korepetycje mogą być również wykorzystywane w przyszłości, jeśli promocja nie jest bezpośrednio zagrożona.

Należy najpierw porozmawiać z nauczycielem dziecka. Zna on dobrze osiągnięcia szkolne dziecka i może ocenić, czy wsparcie jest konieczne. W drugim kroku nauczyciel musi poświadczyć potrzebę wsparcia.

Czy w Twojej szkole nie ma specjalnego wsparcia w nauce? W takim przypadku można również skorzystać z pomocy w nauce poza szkołą. Musi być ono jednak odpowiednie, aby dziecko mogło osiągnąć cel edukacyjny.

- Udział we wspólnym posiłku obiadowym w szkole lub ośrodku opieki dziennej

Pokrywane są wszystkie wydatki dziecka na wspólny obiad w szkole, ośrodku opieki dziennej i przedszkolu. Dotychczasowy wkład własny w wysokości 1 euro za posiłek zostaje anulowany.

- Udział w życiu społecznym i kulturalnym społeczności (np. w klubie sportowym lub szkole muzycznej w wysokości 15 euro miesięcznie)

Wystarczy, że dana aktywność jest faktycznie podejmowana (prosty dowód). W takich przypadkach "ogólnie" zakłada się, że koszty zostały poniesione i przyznaje się ryczałt w wysokości 15 euro miesięcznie. Kwotę tę można wykorzystać na przykład na

- Pływanie dziecka lub masaż dziecka,
- lekcje muzyki,
- członkostwo w klubie sportowym lub stowarzyszeniu kulturalnym
- wizyty w muzeum (tylko w ramach edukacji kulturalnej, nie na indywidualne zajęcia rekreacyjne)
- inne wspólne zajęcia edukacji kulturalnej lub zajęcia wakacyjne

Kwotę tę można otrzymywać do ukończenia przez dziecko 18. roku życia.

O świadczenia na edukację i uczestnictwo (BuT), znane również jako pakiet edukacyjny, można ubiegać się lokalnie.

To, gdzie możesz złożyć wniosek, zależy od tego, jakie świadczenia otrzymujesz Ty lub Twoje dziecko:

Osoby pobierające zasiłek obywatelski:

Jobcenter Weiden - Neustadt

Weigelstr. 24
92637 Weiden

☎ [0961/4091500](tel:09614091500)

Godziny otwarcia:

Od poniedziałku do piątku: 08:00 - 12:00 Uhr

Osoby pobierające zasiłek socjalny, zasiłek na dziecko, dodatek mieszkaniowy:

Urząd dzielnicowy Neustadt an der Waldnaab
Usługi socjalne
Am Hohlweg 2
92660 Neustadt an der Waldnaab

☎ [09602/790](tel:09602790)

@ sozialamt@neustadt.de

Mieszkanie

Segregacja i składowanie odpadów

Śmieci powinny trafiać do kosza na śmieci.

Nie wolno wyrzucać śmieci na podłogę ani przez okno.

Segregacja odpadów jest dobra dla przyrody.

Co trafia do którego kosza?

W dzielnicy Neustadt a. d. Waldnaab należy segregować odpady:

Papier, szkło, plastik, odpady organiczne, odpady resztkowe

Śmieci trafiają do różnych pojemników:

- Odpady resztkowe -> czarny pojemnik (Odpady resztkowe to: Pieluchy, chusteczki do nosa, gotowane Essensreste...)
- Papier -> niebieski pojemnik
- Plastikowe, lekkie opakowanie -> żółta torba
- Odpady organiczne -> brązowy pojemnik
- Szkło -> Pojemniki do zbiórki w wyznaczonych miejscach w gminach
- Blacha, puszki -> Pojemniki do zbiórki w wyznaczonych miejscach w gminach
- stare ubrania -> Pojemniki do zbiórki w wyznaczonych miejscach w gminach
- Odpady problemowe -> Zbiórka dwa razy w roku; więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).
- Odpady wielkogabarytowe -> Zbiórka dwa razy w roku; więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Więcej informacji na temat segregacji odpadów można znaleźć [tutaj](#).

Film o segregacji odpadów znajdziesz [tutaj](#).

Odpowiednie pojemniki są regularnie opróżniane.

W tym celu należy umieścić pojemnik przy drodze.

[Tutaj](#) można sprawdzić, kiedy pojemnik jest opróżniany.

Jeśli potrzebujesz nowej rolki "żółtych worków", przyklej karteczkę z napisem "Neue Gelbe Säcke, bitte" na jednym z pełnych worków podczas jego odbioru.

Jeśli mieszkasz we wspólnym mieszkaniu, daty wywozu śmieci znajdziesz na tablicy informacyjnej w swoim mieszkaniu.

Co muszę wiedzieć o "zastawie"?

W Niemczech istnieje tzw. "obowiązkowy depozyt" na niektóre pojemniki na napoje.

Jeśli kupujesz w supermarkecie plastikowe i szklane butelki lub puszki po napojach, płacisz za nie kilka centów więcej.

Jeśli później oddasz je puste do punktu zbiórki pustych opakowań w supermarkecie (zazwyczaj jest to automat), otrzymasz te pieniądze z powrotem. To się nazywa "zastaw".

Istnieją dwa różne rodzaje tych specjalnych butelek:

Na **butelkach jednorazowych** (które podlegają recyklingowi) znajdziemy kwadratowy znak z puszką i butelką opleciony strzałą. Jest to logo firmy Deutsche Pfand-System GmbH. Za butelki lub puszki z takim symbolem otrzymasz 25 centów kaucji zwrotnej.

Na **butelkach wielokrotnego użytku** (które są myte i ponownie napełniane) znajdziesz albo brak oznakowania, "niebieskiego aniołka" lub napis "reusable (bottle)", "returnable bottle" lub "deposit bottle". Za butelki zwrotne dostajemy 15 centów kaucji zwrotnej. W przypadku butelek po piwie jest to 8 centów.

💡 Kartony po napojach są wolne od kaucji.

Energia i środowisko

Do swojego domu potrzebujesz gazu i prądu. Używasz go do obsługi różnych urządzeń. Prawdopodobnie gotujesz za pomocą prądu lub gazu. Twoja pralka również potrzebuje energii elektrycznej. A telefon komórkowy i tak. Niektóre urządzenia zużywają więcej niż inne. Dlatego przy zakupie nowego urządzenia zawsze należy zwracać uwagę na zużycie energii. Wiele urządzeń pobiera energię nawet w trybie czuwania, mimo że są faktycznie wyłączone. Najlepszym antidotum jest przełączalna listwa zasilająca. Za pomocą jednego kliknięcia można odłączyć od sieci kilka urządzeń.

W wielu domach ogrzewanie działa na gaz. Często płacisz swojemu dostawcy miesięcznie z góry. Następnie raz w roku dokonuje się ponownego przeliczenia. Czasami trzeba dopłacić. Czasami dostajesz pieniądze z powrotem. Gdy prąd i gaz są drogie, opłaca się oszczędzać co miesiąc. Wtedy masz wystarczająco dużo pieniędzy, jeśli będziesz musiał zapłacić coś z opóźnieniem.

💡 Jeśli oszczędnie korzystasz z energii, oszczędzasz pieniądze. Jest to również korzystne dla środowiska. Możesz również przeczytać [tutaj](#), jak prawidłowo ogrzewać, wentylować i oszczędzać energię.

Woda jest potrzebna zwłaszcza w łazience. Ale także w kuchni, do gotowania i zmywania. Oszczędzanie wody opłaca się na kilka sposobów. Płacisz wtedy mniej za wodę, ścieki, a także za energię do jej podgrzewania.

💡 Wskazówki dotyczące oszczędzania wody: Zainstaluj ekonomiczną głowicę prysznicową. Lepiej wziąć prysznic niż kąpiel. Naprawić ciekące krany. Zainstaluj w toalecie przycisk zatrzymujący spłukiwanie.

Więcej wskazówek i przydatnej wiedzy można znaleźć w [centrum porad konsumenckich](#).

Nowy zakup sprzętu

Kupując nowe urządzenia, zawsze zwracaj uwagę na etykietę energetyczną. Pokazuje to, jak wydajna jest nowa jednostka. Etykietę energetyczną można znaleźć na szerokiej gamie produktów. Na przykład w lampach, pralkach, telewizorach lub grzejnikach. Klasy efektywności energetycznej i informacje o cechach produktu, takich jak zużycie energii elektrycznej i wody lub objętość, ułatwiają porównywanie różnych urządzeń. Energooszczędne urządzenia pozwalają zaoszczędzić kilkaset euro rocznie.

💡 Istnieje aplikacja do etykiet energetycznych. Pomaga porównywać informacje dotyczące energii wybranych produktów. Aplikacja zawiera dalsze porady dotyczące efektywnego korzystania z urządzeń. Aplikacja jest dostępna bezpłatnie w języku niemieckim i angielskim w [Google Play](#) i [Apple App Store](#).

Abonament RTV

Niezależna sprawozdawczość jest bardzo ważna.
Niemcy mają niezależne radio, telewizję i serwisy internetowe.
ARD, ZDF i Deutschlandradio oferują to. Relacjonują one w sposób niezależny o sprawach gospodarczych i politycznych.
Są one finansowane przez całe społeczeństwo. To jest Broadcasting contribution.

Ustawa stanowi: Za każdy dom w Niemczech należy uiścić opłatę za nadawanie.
Opłatę abonamentową uiszcza się za mieszkanie/dom niezależnie od liczby osób.
Kosztuje to 18,36 euro miesięcznie. Pieniądze należy wpłacić do serwisu składkowego ARD, ZDF i Deutschlandradio.

Więcej informacji można znaleźć w poniższej [karcie informacyjnej](#).

Tutaj w [łatwym języku](#).

Ewentualnie na [stronie internetowej dotyczącej opłat za nadawanie](#). Strona jest dostępna w kilku językach.

Niektórzy ludzie mogą ubiegać się o zwolnienie z opłaty. Z
na przykład w przypadku otrzymywania świadczeń na mocy ustawy o świadczeniach dla osób ubiegających się o azyl lub innych świadczeń socjalnych.
Aby uzyskać zwolnienie z opłaty abonamentowej, należy złożyć stosowny wniosek.

Wniosek o zwolnienie z abonamentu jest dostępny [tu](#).

Poszukiwanie mieszkania

Niestety, znalezienie odpowiedniego mieszkania w dzielnicy Neustadt a. d. Waldnaab zajmuje czasami kilka miesięcy.

Ważne jest, aby być cierpliwym, kiedy sprawy nie idą tak, jak byśmy chcieli.

Gdy tylko uzyskasz pozwolenie na pobyt, zasadniczo jesteś zobowiązany do wyprowadzenia się ze wspólnego lub zdecentralizowanego zakwaterowania.

Musisz znaleźć własne miejsce do życia.

Dopóki nie masz pracy i w związku z tym nie zarabiasz pieniędzy, urząd pracy opłaca Twój czynsz.

 **Ważne:** Istnieją ograniczenia, jeśli urząd pracy płaci za mieszkanie (wielkość przestrzeni życiowej, pułapy czynszu). W przypadku nieuznanych uchodźców, którzy posiadają zezwolenie na wyjazd, odpowiedzialny jest Urząd Opieki Społecznej.

 **Ważne:** Po znalezieniu mieszkania nie wolno od razu podpisywać umowy najmu. Urząd Pracy lub Urząd Opieki Społecznej (w zależności od tego, kto jest odpowiedzialny za ciebie) musi zdecydowanie sprawdzić i zatwierdzić umowę najmu przed jej zawarciem. Wymaga to dokładnego podziału kosztów mieszkania.

W poszukiwaniu mieszkania wesprze Cię nasz przewodnik po apartamentach.

Ulla Roscher-Geuss

 WoFA – Wohnungslotsin Diakonie Weiden

Sebastianstraße 18 , 92637 Weiden

 [+49 \(0\) 9613893124](tel:+49(0)9613893124)

 [+49 \(0\) 15161669508](tel:+49(0)15161669508)

 @wohnungslotsin@diakonie-weiden.de

Można znaleźć na przykład oferty mieszkaniowe:

- w "Neuer Tag", regionalnej gazecie codziennej
- w Internecie z różnymi dostawcami nieruchomości -> [immo.onetz](#), [immoscout](#), ...

Można również skontaktować się z lokalnymi spółdzielniami mieszkaniowymi:

 [Okręgowa spółdzielnia mieszkaniowa Neustadt a. d. Waldnaab](#)

Knorrstraße 1
92660 Neustadt

 [+49 \(0\) 9602917000](tel:+49(0)9602917000)

Wynajem mieszkania

Umowa najmu i kaucja

Umowa najmu

Wysokość czynszu za wynajem ustalana jest w umowie najmu.

Jeśli najemca podpisze umowę, zgadza się tym samym na opłacanie czynszu.

Czynsz składa się z czynszu zimnego (kwota podstawowa), kosztów dodatkowych (wywóz śmieci, koszty eksploatacyjne) oraz kosztów ogrzewania.

Umowa najmu określa termin zapłaty czynszu.

Jeśli czynsz jest coraz częściej płacony nieterminowo, może to prowadzić do rozwiązania umowy najmu.

Umowę najmu należy dokładnie przeczytać.

Jeżeli nie rozumiesz wszystkiego, zapytaj kogoś o pomoc.

Umowa najmu jest bardzo ważnym dokumentem.

Po podpisaniu umowy nie można jej tak szybko anulować!

W umowie najmu muszą znaleźć się następujące punkty:

- Nazwisko i adres wynajmującego
- Adres przedmiotu najmu
- Powierzchnia mieszkaniowa w m²
- Liczba pokoi
- wysokość netto tzw. czynszu zimnego

- Wysokość kosztów eksploatacyjnych
- Wysokość kosztów ogrzewania
- czynsz całkowity
- wysokość kaucji

Jeśli zgadzasz się z treścią umowy, podpisz ją.

Kaucja

Kaucja jest zabezpieczeniem dla wynajmującego.

Kwota kaucji wynosi maksymalnie trzy zimne czynsze.

Jeśli wyprowadzisz się z mieszkania i nie pozostawisz po sobie żadnych szkód, otrzymasz zwrot pieniędzy.

Absorpcja kosztów przez urząd pracy i zasiłek mieszkaniowy

Absorpcja kosztów przez urząd pracy

Jeśli jesteś bezrobotny i otrzymujesz zasiłek z urzędu pracy, urząd pracy opłaca czynsz (czynsz podstawowy wraz z opłatami eksploatacyjnymi i kosztami ogrzewania).

Jednak tylko wtedy, gdy jesteś w potrzebie, a czynsz jest racjonalny (nie za wysoki).

Każdy urząd pracy ustala własny górny limit czynszu, który czasami może się nawet różnić w ramach tego samego obszaru odpowiedzialności. Czym jest maksymalna wysokość czynszu? Centrum Pośrednictwa Pracy [Jobcenter] określa maksymalną kwotę czynszu.

Jeśli czynsz jest droższy, resztę musisz zapłacić sam.

Tutaj można znaleźć więcej informacji na temat limitu czynszu w powiecie Neustadt an der Waldnaab i mieście Weiden.

[Arkusz informacyjny dotyczący przeprowadzek](#)

O czym należy pamiętać?

💡 Ważne: Jeśli znalazłeś mieszkanie, a czynsz jest opłacany przez Job Centre, nie możesz od razu podpisać umowy najmu.

- Ważne jest, aby urząd pracy sprawdził i zatwierdził adekwatność czynszu (kosztów zakwaterowania) przed zawarciem umowy najmu.
- Decyzja urzędu pracy o stosowności i przyjęciu kaucji jest przekazywana w pisemnym potwierdzeniu wynajmu.
- Ważne jest, abyś już miał(a) umowę najmu albo przynajmniej ofertę wynajmu mieszkania, obejmujące wszystkie podstawowe informacje na temat mieszkania.
- Należy pamiętać o tym, że umowa najmu musi być już podpisana przez wynajmującego, ale nie przez najemcę.

Kaucja

Jobcenter może udzielić kaucji na wniosek na zasadzie pożyczki.
Podstawa pożyczki oznacza: Pożyczają pieniądze i muszą je zwrócić.

Z reguły jest to bezproblemowe i przyznawane przy rozsądnych kosztach zakwaterowania.
Centrum Pośrednictwa Pracy [Jobcenter] zwykle wpłaca kaucję bezpośrednio na konto wynajmującego.

Spłata pożyczki na rzecz Urzędu Pracy jest automatycznie potrącana z miesięcznych standardowych świadczeń (zwykle maksymalnie pięć procent na pożyczkobiorcę) i zatrzymywana.

Wypożyczenie początkowe

Jeśli otrzymujesz świadczenia z Centrum Pośrednictwa Pracy [Jobcenter], masz możliwość ubiegania się o pieniądze na zakup wyposażenia początkowego – mebli i sprzętów.

Wypłata kwoty zryczałtowanej zależy od liczby osób, wielkości mieszkania i potrzebnego wyposażenia.

Początkowe wyposażenie obejmuje meble, materace oraz, jeśli nie są dostępne w mieszkaniu, kuchenkę, zlewozmywak, lodówkę i pralkę.

Ważne jest, aby **wniosek** został złożony **przed zakup** em mebli.

Tanie i używane meble można kupić na przykład w [Werkhof](#).

Uwaga: Wypłata pieniędzy może trochę potrwać!

Ponadto Urząd Pracy ma prawo (i korzysta z tego prawa) do oceny mieszkania w celu sprawdzenia zapotrzebowania na początkowe wyposażenie.

Jeśli okaże się, że na przykład dostępne są już meble, które nie zostały wyraźnie wypożyczone (na piśmie!), nie ma dalszego prawa do wstępnego umeblowania tych przedmiotów.

Informacje dla uchodźców

Wyprowadzając się ze wspólnego zakwaterowania, **nie** wolno zabierać ze sobą mebli znajdujących się w mieszkaniu.

Jeśli następnie będziesz potrzebować mebli, możesz złożyć wniosek do urzędu pracy o wstępne umeblowanie.

Dodatek mieszkaniowy

Czy Ty i osoby na Twoim utrzymaniu mieszkające w gospodarstwie domowym zarabiacie mało pieniędzy?

Pod pewnymi warunkami masz prawo do zasiłku mieszkaniowego na stronie .

Jeśli otrzymujesz pieniądze od państwa dla siebie i swojej rodziny (np. zasiłek obywatelski), zazwyczaj nie musisz ubiegać się o zasiłek mieszkaniowy.

Więcej informacji na temat zasiłku mieszkaniowego można znaleźć tutaj:

[Dodatek mieszkaniowy](#)

We własnym mieszkaniu

Regulamin budynku, segregacja odpadów i oszczędzanie energii

Regulamin budynku

Życie we wspólnocie wielu lub większej ilości osób w jednym domu wymaga wzajemnego względu i tolerancji.

Wynajmujący ma możliwość określenia pewnych zasad współistnienia najemców w budynku wielorodzinnym.

Zasady te są następnie ustanawiane w regulaminie budynku.

Główne treści to:

- Godziny ciszy/hałas
- Utylizacja odpadów
- Korzystanie z powierzchni wspólnych
- Wietrzenie

Segregacja odpadów

Odpady należy wyrzucać do specjalnych pojemników.

Istnieją różne pojemniki przeznaczone na plastik, papier i karton, resztki owoców i warzyw (odpady BIO) oraz inne rodzaje odpadów.

Prosimy o przestrzeganie [segregacji odpadów](#), ponieważ wiele z nich jest ponownie wykorzystywanych i jest to ważny element ochrony środowiska.

- Co należy wyrzucać do pojemników na odpady?
- Kiedy pojemniki są opróżniane?
- Gdzie znajduje się punkt zbiórki surowców wtórnych?

Informacje można znaleźć w sekcji [Zarządzanie odpadami](#). Można również skorzystać z aplikacji [WasteApp](#).

W przypadku dalszych pytań prosimy o kontakt z działem doradztwa ds. odpadów powiatu Neustadt an der Waldnaab.

 [09602793530](tel:09602793530)

Oszczędność energii dzięki wentylacji i odpowiedniemu ogrzewaniu

Upewnij się, że regularnie wietrzysz (otwieraj okno na pięć minut co najmniej trzy razy dziennie) i odpowiednio ogrzewasz.

W ten sposób zapobiegiesz rozwojowi pleśni i oszczędzisz energię.

Szczegółowe informacje i pomocne wskazówki można znaleźć tutaj: [Niemiecki](#), [angielski](#), [rosyjski](#), [arabski](#)

Jak i gdzie można oszczędzać energię?

Oszczędność energii oznacza osiągnięcie pożądanej "wydajności" przy mniejszym zużyciu energii końcowej (energii elektrycznej, materiałów palnych i paliw).

Ale oznacza to również po prostu obejście się bez czegoś choć raz.

Możemy oszczędzać energię wszędzie: w gospodarstwach domowych, w przemyśle i handlu

oraz w transporcie.

Prędzej czy później zwróci się to w postaci zaoszczędzonych kosztów energii.

Przynosi to podwójne korzyści: dla środowiska i dla portfela.

Z tej listy kontrolnej dowiesz się, jak zużywać jak najmniej energii elektrycznej i ciepłej wody, a tym samym oszczędzać pieniądze.

Aby zapobiec powstawaniu pleśni w domu, ważne jest odpowiednie ogrzewanie i wentylacja.

Lista kontrolna jest dostępna w języku [niemieckim](#), [angielskim](#), [arabskim](#), [kurdyjskim](#) i [dari](#).

Internet, telewizja i składka abonamentowa za radio (GEZ)

Internet i telewizja

Dostawców można tutaj dowolnie wybierać.

Należy pamiętać, że minimalny czas trwania umowy wynosi zazwyczaj 24 miesiące.

Wypowiedzenie jest możliwe tylko w szczególnych przypadkach.

Opłata za nadawanie (GEZ) - obowiązkowa

Niezależna sprawozdawczość jest bardzo ważna.

Niemcy mają niezależne radio, telewizję i serwisy internetowe.

ARD, ZDF i Deutschlandradio oferują to.

Relacjonują one w sposób niezależny o sprawach gospodarczych i politycznych.

Są one finansowane przez całe społeczeństwo. To jest Broadcasting contribution.

Ustawa stanowi: Za każdy dom w Niemczech należy uiścić opłatę za nadawanie.

Opłatę abonamentową uiszcza się za mieszkanie/dom niezależnie od liczby osób.

Kosztuje to 18,36 euro miesięcznie.

Pieniądze należy wpłacić do serwisu składowego ARD, ZDF i Deutschlandradio.

Więcej informacji (również w innych językach) można znaleźć tutaj: [Opłata za nadawanie](#)

Niektórzy ludzie mogą ubiegać się o zwolnienie z opłaty.

Przykładowo, gdy pobierają świadczenia zgodnie z ustawą o świadczeniach dla osób ubiegających się o azyl bądź inne świadczenia socjalne.

Aby uzyskać zwolnienie z opłaty abonamentowej, należy złożyć stosowny wniosek.

Wniosek o zwolnienie można znaleźć [tutaj](#)

Pomoc w nagłych wypadkach

Nagły wypadek to na przykład choroba lub uraz zagrażający życiu .

W nagłych wypadkach należy natychmiast skontaktować się z lekarzem, na przykład w przypadku

- mieć bardzo wysoką gorączkę.

- złamał kość.
- obfite krwawienie.
- nie może oddychać.
- zjedli lub wypili coś trującego.
- są nieświadomi (= bezsilni).
- W nagłych przypadkach zawsze można udać się do kliniki.
- W klinice znajduje się izba przyjęć.

Jeśli dotarcie na pogotowie jest zbyt trudne, wzywa się karetkę pogotowia ("pogotowie ratunkowe").

Karetka pogotowia może szybko dotrzeć na miejsce.

Oznacza to połączenie alarmowe

Połączenie alarmowe nie wiąże się z żadnymi kosztami.

Na numer alarmowy można zadzwonić z dowolnego telefonu.

Numery alarmowe telefonów komórkowych zawsze działają, nawet z kartą prepaid bez środków!

Policja, straż pożarna, połączenie alarmowe, połączenie alarmowe z trucizną

Policja ☎ [110](tel:110) Straż pożarna ☎ [112](tel:112) Pogotowie medyczne, wypadek ☎ [112](tel:112) Infolinia dotycząca zatruc w Norymberdze ☎ [0911/3982451](tel:09113982451) Monachijska infolinia dotycząca zatruc ☎ [089/19240](tel:08919240)

Ważne zasady w sytuacjach awaryjnych:

Dzwonią pod numer 112.

Mów ważne rzeczy:

- **Kto** dzwoni (twoje imię)?
- **Gdzie** coś się wydarzyło (adres)?
- **Co** się stało?
- **Ile** osób jest rannych lub chorych?
- **Jakie** choroby lub urazy występują?
- **Czekaj na** pytania!
- Zachowaj spokój.
- Mów powoli i wyraźnie. Wówczas zostaniesz lepiej zrozumiany.
- Nie kończ rozmowy.
- Wszystkie ważne informacje zostały przekazane?
- Centrum powiadamiania ratunkowego / policja kończy połączenie.

Numery alarmowe w telefonach komórkowych zawsze działają.

Nie masz środków na telefonie komórkowym?

Numer nadal działa!

Telefon zmartwień (w przypadku kryzysów psychicznych)

Jesteś zdesperowany?
Czy przechodzisz kryzys zdrowia psychicznego?
Zawsze możesz zadzwonić tutaj:

Doradztwo telefoniczne:

☎ [0800/1110111](tel:0800/1110111) lub ☎ [0800/1110222](tel:0800/1110222)

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży:

☎ [0800/1110333](tel:0800/1110333)