Inhaltsverzeichnis

Willkommen 4
- Ankunft und Erste Schritte 4
- Zusammenleben in Deutschland 5
- Die Nordoberpfalz 7
- Über Integreat 11
  - Integreat in Gebärdensprache (Video) 12

Wichtige Behörden und Ämter 12
- Jobcenter 13
- Agentur für Arbeit 14
- Sozialamt 16
  - Bezahlkarte 17
- Standesamt 20
- Ausländerbehörde 23
- Jugendamt 26
- Gesundheitsamt 27

Beratung und Hilfe 30
- Grundrechte 30
- Asyl und Geflüchtete 31
  - Aufenthaltsstatus 31
  - Asylantrag 33
  - Familienasyl und Internationaler Schutz für Familienangehörige 34
  - Zentrale Rückkehrberatung 35
- Flüchtlings- und Integrationsberatung 35
- Frauenrechte 38
  - FGM - weibliche Genitalverstümmelung 38
  - Schwangerschaftsabbruch 39
  - Häusliche Gewalt 41
  - Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen 42
  - breastcare App 43
- Kinderrechte 44
- Antidiskriminierung und Inklusion 45
  - Erfahrungen mit Diskriminierung 45
  - Lesbisch, Schwul, Bisexuell, Trans* und Inter* (LSBTI) 46
  - Menschen mit Behinderung 47
  - Religionsfreiheit 50
- Polizei 51
  - Zuständigkeiten der Polizei 51
  - Rechte gegenüber der Polizei 52
- Online Beratung 53

Alltag 54
- Finanzielles und Verträge 54
  - Grundlegendes zu Verträgen 54
  - Versicherungen 54
  - Mobiltelefon 55
  - Girokonto 56
  - Steuern und Steuererklärung 57
  - Internet 58
- Mobilität 58
  - Öffentliche Verkehrsmittel und Fahrrad 59

Führerschein und Autofahren 62
Freizeit und Austausch 64
Büchereien 64
Helferkreise 66
Angebote für Senioren und Seniorinnen 69
Vereine 70
Sprache 71
Sprachniveau und Zertifikate 71
Sprachkurse 72
Erstorientierungskurse 72
Integrationskurse 73
Berufssprachkurse (DeuFöV) 74
Online Sprachkurse und Online Studium 74
Deutsch lernen ohne Kurs 75
Sprachkursträger 77
(Kultur-)Dolmetscher 79
Schule, Ausbildung, Studium 82
Schule 82
Schulen im Landkreis Neustadt 83
Schulen im Landkreis Tirschenreuth 83
Schulen in Weiden 84
Information zu Ausbildung, Arbeit und Studium 84
Ausbildung (dual und vollschulisch) 84
Berufsschule 87
Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse 88
Studium 89
Studium an einer Hochschule 89
Finanzierung und Stipendium 91
Arbeit 91
Arbeit finden 91
Arbeitsmarktzugang 91
Arbeitsvertrag 93
Bewerbungen und Vorstellungsgespräche 95
Arbeit finden - Beratung und Hilfe 97
Fachkräfteeinwanderung 98
Grundlegendes zur Fachkräfteeinwanderung 98
Für Arbeitgeber und Arbeitgeberinnen 98
Für Fachkräfte 99
Für Ausbildung und Studium 101
Selbstständigkeit 101
Anerkennung ausländischer Bildungsabschlüsse 102
Gesundheit 103
Krankenversicherung 103
Informationen für Asylbewerberinnen und Asylbewerber 104
Krankheiten & Hygiene 105
Gesundheitsvorsorge 105
Impfungen 105
Früherkennung 106
U-Untersuchungen für Kinder 106
Seelische Gesundheit & Abhängigkeit 107
Weitere Informationen zum Thema Gesundheit 110

Arztbesuch 112
Medikamente und Apotheken 116
Krankenhaus 116
Menschen mit Behinderung 117
Kinder, Jugend und Familie 118
Schwangerschaft und Geburt 118
Kinderbetreuung 121
Familienleistungen 122
Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge 122
Bildungs- und Teilhabepaket 123
Wohnen 128
Mülltrennung und Pfand 128
Energie und Umwelt 129
Rundfunkgebühren 130
Wohnung suchen 130
Wohnung mieten 133
Mietvertrag und Kaution 133
Kostenübernahme durch das Jobcenter und Wohngeld 134
In der eigenen Wohnung 136
Hausordnung, Mülltrennung und Energiesparen 137
Internet, TV und Rundfunkbeitrag (GEZ) 138
Hilfe im Notfall 138
Polizei, Feuerwehr, Notruf, Gift-Notruf 139
Sorgen-Telefon (bei psychischen Krisen) 139

Willkommen

Ankunft und Erste Schritte

Anmeldung in Ihrer Gemeinde

Sie sind im Landkreis Neustadt a. d. Waldnaab neu angekommen?
Sie sind in Ihrem Zimmer, Ihrer Wohnung oder Ihrem Haus eingezogen?
Dann müssen Sie sich innerhalb von zwei Wochen beim Einwohnermeldeamt in Ihrem Rathaus anmelden.
Kinder ab 15 Jahren müssen zur Anmeldung mitkommen.
Das müssen Sie jedes Mal tun, wenn sich Ihre Adresse ändert.

Für eine Anmeldung oder Ummeldung brauchen Sie Ihren Pass und/oder Ihren Aufenthaltstitel/ Aufenthaltsgestattung/ Duldung. Personen, die in eine Mietwohnung ziehen, brauchen eine Wohnungs-Geber-Bestätigung.
Den Vordruck der Wohnungs-Geber-Bestätigung erhalten Sie im Rathaus.
Personen, die in eine Asylunterkunft ziehen, brauchen ihre Zuweisungsbescheinigung.

Die Wohnungs-Geber-Bestätigung wird Ihnen von Ihrem Vermieter oder Vermieterin ausgefüllt.
Sind Sie in einer Asylunterkunft untergebracht, füllt Ihr Unterkunftsleiter die Wohnungs-Geber-Bestätigung/ Einzugsmeldung aus.

Bei Fragen zum Aufenthaltsrecht

Bei allen Fragen zum Aufenthaltsrecht und Arbeitserlaubnis ist die Ausländerbehörde für Sie da.

Je nach Wohn- und Anmelde-Ort müssen Sie sich an eine der folgenden Ausländerbehörden wenden:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Ausländerbehörde | Landratsamt Neustadt an der Waldnaab

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

auslaenderamt@neustadt.de

+49 (0) 9602790

https://www.neustadt.de/beratung-service/auslaend...

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Ausländerbehörde | Landratsamt Tirschenreuth

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

auslaenderbehoerde@tirschenreuth.de

+49 (0) 9631880

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/auslaenderbe...

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Ausländerbehörde | Neues Rathaus

Dr.-Pfleger-Straße 15, 92637 Weiden in der Oberpfalz

auslaenderbehoerde@weiden.de

+49 (0) 961813309

https://www.weiden.de/stadt/buergerservice/anspre...

Zusammenleben in Deutschland

Eine erste Hilfe zur Orientierung für das Leben in Deutschland bietet der refugeeguide.

Das Grundgesetz

In jedem Land gibt es Regeln, an die sich alle Menschen halten müssen. Das wichtigste Gesetz für Deutschland ist das Grundgesetz. Es ist eine Sammlung von 146 Artikeln. Jeder Artikel steht für ein Gesetz, also eine Regel. Diese Regeln bestimmen das Zusammenleben in Deutschland. Die Grundrechte schützen den Freiheitsraum jedes Einzelnen.
Sie sind in den Artikeln 1 bis 19 des Grundgesetzes festgelegt.

Hier finden Sie das Grundgesetz in 11 Sprachen:

Arabisch, Chinesisch, Englisch, Französisch, Italienisch, Persisch, Polnisch, Russisch, Serbisch, Spanisch,
Türkisch.

Wie der deutsche Rechtsstaat funktioniert, wird in diesem Film anschaulich dargestellt:

Deutsch, Dari, Arabisch, Englisch, Französisch, Paschtu, Urdu, Tigrinya

Allgemeine Erklärung der Menschenrechte

Menschenrechte sind wichtige Rechte, die immer und für alle Menschen auf der ganzen Welt gelten.
Menschenrechte sind Rechte, die jeder Mensch aufgrund seines Menschseins hat.
Sie schützen die Würde eines jeden Menschen und stehen allen Menschen gleichermaßen zu.

Es werden keine Unterschiede gemacht bei:

- Hautfarbe
- Geschlecht
- Sprache
- Religion
- politische Anschauung
- nationale Herkunft
- soziale Herkunft

Es gibt 30 Rechte. Die wichtigsten sind:

- Alle Menschen sind gleich viel wert.
- Jeder Mensch darf eine eigene Meinung haben.
- Recht auf Frieden und Sicherheit.

Kinderrechte

Kinder brauchen besonderen Schutz und deshalb auch besondere Rechte.
Die 10 wichtige Kinderrechte finden Sie hier anschaulich erklärt: Albanisch, Arabisch, Bulgarisch, Dari, Englisch, Farsi, Französisch, Italienisch, Mazedonisch, Serbisch, Spanisch, Persisch, Türkisch.

Männer und Frauen sind gleich

Männer und Frauen sind in Deutschland gleichgestellt.
Gleichgestellt bedeutet: Niemand hat mehr oder weniger Rechte.
Weitere Informationen finden Sie hier.

Weitere Informationen zur Familie gibt es hier in verschiedenen Sprachen.

Die Nordoberpfalz

Herzlich willkommen in der nördlichen Oberpfalz!

Die Nordoberpfalz ist der nördliche Teil der Oberpfalz.
Das ist einer der sieben Regierungsbezirke in Bayern.
Bayern ist eines der 16 Bundesländer in Deutschland.

Die Nordoberpfalz besteht aus den Landkreisen Tirschenreuth und Neustadt an der Waldnaab und der Stadt Weiden.

Wichtig: Auf jeder Seite findest du Angebote für Neustadt, Weiden und Tirschenreuth.
Die meisten Angebote gibt es an verschiedenen Orten.
Sie können aber nur dorthin gehen, wo Sie wohnen.
Bitte wähle immer erst deinen Landkreis aus.

Über die Region:

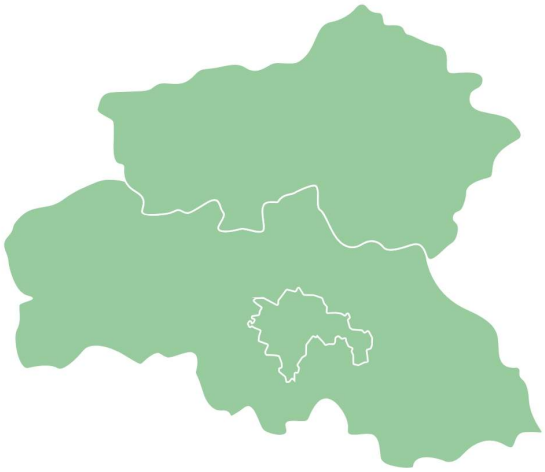
Die Region Nordoberpfalz ist sehr alt.
Seit dem siebenten Jahrhundert siedelten hier Baiern und Slaven.
Schon damals war die nördliche Oberpfalz eine Grenzregion.
Es wurden viele Burgen gebaut. Auch Kirchen dienten zur Verteidigung.

Die Kulturlandschaft, die wir heute sehen, wurde im Mittelalter geschaffen.
Es wurde Wald gerodet und Felder angelegt.
Ab dem vierzehnten Jahrhundert war der Bergbau sehr bedeutend.
Die Oberpfalz hat für diese Zeit auch den Namen „Ruhrgebiet des Mittelalters“.

Durch die Pest und Kriege um die Religion wurde später viel zerstört.
Erst die Porzellanindustrie ab dem 19. Jahrhundert, der Tourismus und die Vereinigung Europas im 20. Jahrhundert verbesserten die Situation wieder deutlich.

Heute hat die nördliche Oberpfalz eine starke Wirtschaft.
Es gibt viele kleine und mittlere Unternehmen.
Für den Tourismus sind der Steinwald, das Stiftland und der Oberpfälzer Wald wichtig.

Unten finden Sie noch Informationen über Neustadt, Weiden und Tirschenreuth und ihre Gemeinden.



Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Der Landkreis Neustadt a. d. Waldnaab liegt in der Oberpfalz.
Das ist einer der sieben Regierungsbezirke in Bayern.
Bayern ist eines der 16 Bundesländer in Deutschland.

Der Landkreis Neustadt a. d. Waldnaab besteht aus 38 Gemeinden.
Eine Karte des Landkreises finden Sie hier.

Hier finden Sie alle Gemeinden, die zum Landkreis gehören.
Wenn Sie auf den Namen Ihrer Gemeinde klicken, kommen Sie auf deren Webseite.
Dort finden Sie viele Infos über Angebote vor Ort.

- 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

Trabitz

Vohenstrauß

Vorbach

Waidhaus

Waldthurn

Weiherhammer

Windischeschenbach

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Der Landkreis Tirschenreuth liegt in der Oberpfalz.
Das ist einer der sieben Regierungsbezirke in Bayern.
Bayern ist eines der 16 Bundesländer in Deutschland.

Der Landkreis Tirschenreuth besteht aus 26 Gemeinden.
Eine Karte des Landkreises finden Sie hier.

Hier finden Sie alle Gemeinden, die zum Landkreis gehören.
Wenn Sie auf den Namen Ihrer Gemeinde klicken, kommen Sie auf deren Webseite.
Dort finden Sie viele Infos über Angebote vor Ort.

Bad Neualbenreuth

Bärnau

Brand

Ebnath

Erbendorf

Falkenberg

Friedenfels

Fuchsmühl

Immenreuth

Kastl

Kemnath

Konnersreuth

Krummennaab

Kulmain

Leonberg

Mähring

Mitterteich

Neusorg

Pechbrunn

Plößberg

Pullenreuth

Reuth b. Erbendorf

Tirschenreuth

Waldershof

Waldsassen

Wiesau

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Der Stadt Weiden gehört zu keinem Landkreis.
Sie ist kreisfrei und ist vom Landkreis Neustadt an der Waldnaab umgeben.
Eine Karte der Stadt finden Sie hier.

Über Integreat

Integreat ist ein Leitfaden, der Sie in Ihrem Alltag unterstützt.
Sie finden hier wichtige Adressen, Ansprechpersonen sowie Tipps und Tricks, die Ihnen bei der Orientierung helfen können.

Dieser Leitfaden hat mehrere Kapitel.
Jedes Kapitel bearbeitet ein anderes Thema.
Sie finden unter anderem Informationen zu Ärzten und Ärztinnen, Schulen, Deutschkursen oder anderen Institutionen.
Es gibt auch ein Kapitel mit Ideen, was Sie in Ihrer Freizeit machen können.
Die Informationen und Freizeitangebote ändern sich. Ihre Kommune aktualisiert sie regelmäßig.
Deswegen ist es sehr gut, wenn Sie oft in Ihre mobile App schauen.
Sie sind immer informiert über aktuelle Aktionen und Veranstaltungen.
Auf die Informationen in Integreat können Sie sich verlassen.

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

Teilen von Informationen

Wichtige Informationen, die Sie beispielsweise weitergeben möchten, können Sie in der Web-App als PDF herunterladen und teilen.
In der mobilen App können Sie interessante Inhalte direkt teilen, beispielsweise per WhatsApp, Facebook oder E-Mail.

Aktuelle Nachrichten

Mit der Smartphone-App von Integreat können Sie auch Push-Benachrichtigungen empfangen.
Sie können dem Empfang in den Einstellungen der App zustimmen.
Über Push-Benachrichtigungen werden Ihnen wichtige oder kurzfristige Informationen zugeschickt.

Feedback

Sie können zu der Weiterentwicklung der Integreat-App in Ihrer Kommune beitragen.
Über die Smiley-Symbole können Sie Feedback geben.
Dieses Feedback landet bei den Personen, die die Inhalte erstellen.
Sie können Lob oder Kritik loswerden.
Schreiben Sie bei Ideen oder Kritik so viele Details wie möglich auf.

Vorlesefunktion

Die Inhalte der Integreat-App können auch vorgelesen werden.
Dafür muss in den Einstellungen des Smartphones die Vorlesefunktion eingeschaltet sein.
Dies funktioniert in allen Sprachen.

Wir hoffen sehr, dass wir Ihr Leben in Deutschland mit dieser App vereinfachen können.

Integreat in Gebärdensprache (Video)

Dieses Video erklärt in deutscher Gebärdensprache, wie Integreat funktioniert. Sie erfahren, was alles möglich ist. Klicken Sie auf das Bild, um zu dem Video auf YouTube zu gelangen.

Sebastian ist der Beste

Wichtige Behörden und Ämter

Jobcenter

Das Jobcenter ist Ihr Kontakt bei Arbeitslosigkeit und Hilfsbedürftigkeit:
Es hilft bei der Vermittlung in Arbeit und bietet bei Bedarf Möglichkeiten der Qualifizierung an.

Zudem wird hier das Bürgergeld (= Grundsicherung nach dem SGB II) ausgezahlt.
Erwerbsfähige Personen, die keine Arbeit finden können, haben Anspruch auf finanzielle Unterstützung zur Sicherung des Lebensunterhalts.
Dies gilt auch, wenn das Einkommen nicht ausreicht, um den Lebensunterhalt sicher zu stellen.

Achtung: Wenn Sie eine Aufenthaltsgestattung haben, das bedeutet, dass Ihr Asylverfahren noch läuft oder Ihr Asylantrag abgelehnt wurde (Duldung), dann ist die Agentur für Arbeit zuständig.

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Jobcenter Weiden-Neustadt | Bürgergeld

Weigelstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 9614091500

https://www.jobcenter-weiden-neustadt.de/

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Bürgergeld | Jobcenter Geschäftsstelle Eschenbach

Jahnstraße 21, 92676 Eschenbach

+49 (0) 9614091500

https://www.jobcenter-weiden-neustadt.de/

Öffnungszeiten: Montag und Mittwoch von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Bürgergeld | Jobcenter Geschäftsstelle Vohenstrauß

Altenstädter Straße 13, 92648 Vohenstrauß

+49 (0) 9614091500

https://www.jobcenter-weiden-neustadt.de/

Öffnungszeiten: Dienstag und Donnerstag von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Jobcenter Tirschenreuth | Beratung und Vermittlung

Kornbühlstraße 28, 95643 Tirschenreuth

Jobcenter-Tirschenreuth@jobcenter-ge.de

+49 (0) 963170341700

https://www.jobcenter-tirschenreuth.de/

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Jobcenter Weiden-Neustadt | Bürgergeld

Weigelstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 9614091500

https://www.jobcenter-weiden-neustadt.de/

Agentur für Arbeit

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

Wenn Ihr Asylverfahren noch läuft (Aufenthaltsgestattung) oder wenn Sie geduldet sind (Duldung), dann ist die Agentur für Arbeit Ihr Kontakt für alle Fragen rund um das Thema Ausbildung und Arbeit.
Sie bietet Arbeitsvermittlung und Qualifizierung und berät bei der Anerkennung ausländischer Abschlüsse, zu Sprachkursen sowie bei der Beantragung einer Arbeits- oder Ausbildungserlaubnis.

Sie sind anerkannt?
Dann ist das Jobcenter Ihr Ansprechpartner zur Beratung und Vermittlung in den Arbeitsmarkt.

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Agentur für Arbeit | Arbeitssuche

Weigelstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 8004555500

https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/weiden

Agentur für Arbeit | Beratung und Vermittlung

Jahnstr. 21, 92676 Eschenbach

+49 (0) 9614091000

https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/weiden/esch...

Agentur für Arbeit Vohenstrauß | Beratung und Vermittlung

Altenstadter Str. 13, 92648 Vohenstrauß

+49 (0) 9614091000

https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/weiden/vohe...

Landkreis Tirschenreuth

Agentur für Arbeit - Tirschenreuth | Arbeitssuche

Kornbühlstraße 28, 95643 Tirschenreuth

+49 (0) 8004555500

https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/weiden/tirs...

Stadt Weiden

Agentur für Arbeit | Arbeitssuche

Weigelstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 8004555500

https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/weiden

Sozialamt

Jeder Mensch kann in Not geraten. DasSozialamt hilft den Menschen, die in besonders schwierigen Situationen sind. Unter bestimmten Voraussetzungen sind diese Hilfen erhältlich. Schauen Sie deshalb, ob sie Anspruch darauf haben. Im folgenden finden Sie eine Auflistung mit den Hilfen des Sozialamts.

Welche Hilfe können Sie vom Sozialamt erhalten?

- Hilfe zum Lebensunterhalt
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung
- Hilfen zur Gesundheit
- Hilfe zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten
- Hilfe in anderen Lebenslagen
- Hilfen nach dem AsylbLG
- Wohngeld oder Mietzuschusss
- Hilfe in finanzieller Not und Beratung bei Schulden
- Hilfe bei Mietschulden / Stromschulden
- Leistungen für Bildung und Teilhabe

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Sozialamt | Landratsamt Neustadt an der Waldnaab

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

sozialamt@neustadt.de

+49 (0) 9602790

https://neustadt.de/

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Sozialamt | Landratsamt Tirschenreuth

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

sozialamt@tirschenreuth.de

+49 (0) 9631880

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/sozialhilfev...

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Stadtverwaltung Weiden

Dr.-Pfleger-Straße 15, 92637 Weiden in der Oberpfalz

sozialamt@weiden.de

+49 (0) 961815008

https://www.weiden.de/stadt/buergerservice/anspre...

Bezahlkarte

Was ist eine Bezahlkarte?

- Die Bezahlkarte ist wie eine Bankkarte.
- Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) werden als Guthaben auf die Bezahlkarte überwiesen.
- Mit der Bezahlkarte können Sie in Geschäften bezahlen und Bargeld abheben.
- Sie können nur so viel Geld ausgeben, wie auf der Karte ist.
- Informationen zur Bezahlkarte in mehreren Sprachen finden Sie auch hier

Wer bekommt eine Bezahlkarte?

- Eine Bezahlkarte bekommen alle Personen ab 14 Jahren, die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) erhalten.
- In Bedarfsgemeinschaften (z.B. bei Familien) bekommt jedes Familienmitglied ab 14 Jahren eine eigene Bezahlkarte

Wo bekomme ich meine Bezahlkarte?

- Wenn Sie Leistungen beziehen, bekommen Sie vom Sozialamt einen Brief mit allen Informationen und einem Termin zur Abholung.
- Sie müssen nichts weiter tun, um die Bezahlkarte zu bekommen.
- Wenn Sie zum ersten Mal Leistungen beantragen und diese bewilligt werden, bekommen Sie direkt von Anfang an eine Bezahlkarte.

Welche Leistungen gehen auf die Bezahlkarte?

- Auf die Bezahlkarte werden die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) einbezahlt.

Bekommen Sie weitere Leistungen (z.B. Kindergeld) oder Lohn von einem Arbeitgeber? Dann benötigen Sie auch ein Girokonto.

Wie viel Geld habe ich auf der Karte?

- Auf die Bezahlkarte werden die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) einbezahlt.
- Ihr Guthaben können Sie online unter meine.bezahlkarte.eu und in der Bezahlkarte-App einsehen.
- Dafür brauchen Sie die Karten-ID und die PIN

Die Karten-ID und die PIN finden Sie in dem Brief, den Sie mit der Bezahlkarte erhalten.

Wo kann ich mit der Bezahlkarte bezahlen?

- Sie können mit der Bezahlkarte in allen Geschäften bezahlen, die Mastercard akzeptieren.
  Achten Sie auf das orange / rote Mastercard® Zeichen.

Gibt es regionale Beschränkungen?

- Sie können mit der Bezahlkarte nur in Ihrem erlaubten Aufenthaltsbereich bezahlen.

- Diesen Bereich können Sie online unter meine.bezahlkarte.eu und in der Bezahlkarte-App einsehen.
- In einzelnen Fällen wird die Bezahlkarte auf den Landkreis Neustadt an der Waldnaab und die Stadt Weiden beschränkt.

- In Ausnahmefällen kann eine Bezahlung auch an anderen Orten erlaubt werden (zum Beispiel, wenn Sie Ihren Anwalt oder eine Behörde an einem anderen Ort besuchen müssen).

Melden Sie dies vorher bei ihrem zuständigen Sozialamt per E-Mail an.

Gibt es Probleme bei bestimmten Transaktionen?

- Ja, bestimmte Transaktionen sind nicht möglich.
- Sie können die Bezahlkarte zum Beispiel nicht bei Geldübermittlungsdiensten wie Western Union oder MoneyGram verwenden.
- Der Kauf bestimmter Waren oder Dienstleistungen ist nicht ausgeschlossen.

Kann ich von der Bezahlkarte Bargeld abheben?

- Ja, Sie können Bargeld abheben.
- Jeder Person in Ihrer Bedarfsgemeinschaft kann monatlich bis zu 50 € abheben.
- Sie können das Bargeld kostenlos an Bankautomaten oder in vielen Geschäften an der Kasse abheben.
- Abhebungen sind nur zweimal im Monat möglich.
- Danach ist die Karte für weitere Abhebungen gesperrt.

Kann ich mit der Bezahlkarte Geld überweisen?

- In bestimmten Fällen kann eine Überweisung erlaubt werden.
- Der Empfänger muss vorher vom Sozialamt genehmigt werden.
- Geben Sie hier bitte die IBAN und den Namen des Zahlungsempfängers an.
- Das gilt z.B. für Rechnungen an Ihren Anwalt oder Zahlungen in Sozialkaufhäusern.

Kann ich mit der Bezahlkarte per Lastschrift bezahlen?

- Ja, in bestimmten Fällen ist Lastschrift erlaubt.
- Der Empfänger muss vorher vom Sozialamt genehmigt werden. Bitte wenden Sie sich per Email an Ihr zuständiges Sozialamt
- Das gilt zum Beispiel für Handyverträge, ÖPNV-Anbieter, WLAN-Voucher und Verträge im Fitnessstudio oder Mitgliedsbeiträge im Sportverein.

Brauche ich kein Girokonto mehr?

- Wenn Sie nur die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) erhalten, brauchen Sie kein anderes Konto.
- Wenn Sie andere Leistungen (z.B. Kindergeld) oder Lohn von einem Arbeitgeber erhalten, brauchen Sie auch ein Girokonto.

Ich habe meine Bezahlkarte verloren. Was muss ich machen?

- Sie können Ihre Bezahlkarte online unter meine.bezahlkarte.eu sperren.
- Sie könen die Karte auch telefonisch unter 116116 sperren. Dies ist auf Deutsch oder Englisch möglich.
  Wenn Sie die Karte wiederfinden, können Sie diese online unter meine.bezahlkarte.eu wieder aktivieren.

Haben Sie die Bezahlkarte endgültig verloren?

- Dann müssen Sie den Verlust oder Diebstahl beim Sozialamt melden.
- Die alte Karte wird gekündigt und Sie bekommen eine neue.
- Das Guthaben wird auf die neue Karte übertragen.

Wo erhalte ich Hilfe?

- Online unter meine.bezahlkarte.eu und in der Bezahlkarte-App gibt es einen Support Chat. Dieser ist in mehreren Sprachen verfügbar.
- Auch ein Telefonbot ist in über 100 Sprachen immer für Sie erreichbar.
  +49 (0) 81619654300

Wo gibt es Informationen zur Bezahlkarte?

- Viele Informationen zu Bezahlkarte in mehreren Sprachen finden Sie hier

Standesamt

Das Standesamt hat mehrere Aufgaben.

Sie haben ein Kind bekommen? Dann müssen Sie die Geburt dem Standesamt melden. Vom Standesamt erhalten Sie dann eine Urkunde zur Geburt.
Sie möchten heiraten? Dann meldet das Standesamt Ihre Heirat an.

Die Aufgaben im Überblick

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

In jeder Gemeinde und jeder Stadt im Landkreis gibt es ein Standesamt.

Informationen zu den Öffnungszeiten für Ihr Standesamt finden Sie auf der Homepage Ihrer Gemeinde:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Der Landkreis Neustadt a. d. Waldnaab besteht aus 38 Gemeinden.
Eine Karte des Landkreises finden Sie hier.

Hier finden Sie alle Gemeinden, die zum Landkreis gehören.
Wenn Sie auf den Namen Ihrer Gemeinde klicken, kommen Sie auf deren Webseite.
Dort finden Sie viele Infos über Angebote vor Ort.

- 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

Trabitz

Vohenstrauß

Vorbach

Waidhaus

Waldthurn

Weiherhammer

Windischeschenbach

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Der Landkreis Tirschenreuth besteht aus 26 Gemeinden.
Eine Karte des Landkreises finden Sie hier.

Hier finden Sie alle Gemeinden, die zum Landkreis gehören.
Wenn Sie auf den Namen Ihrer Gemeinde klicken, kommen Sie auf deren Webseite.
Dort finden Sie viele Infos über Angebote vor Ort.

Bad Neualbenreuth

Bärnau

Brand

Ebnath

Erbendorf

Falkenberg

Friedenfels

Fuchsmühl

Immenreuth

Kastl

Kemnath

Konnersreuth

Krummennaab

Kulmain

Leonberg

Mähring

Mitterteich

Neusorg

Pechbrunn

Plößberg

Pullenreuth

Reuth b. Erbendorf

Tirschenreuth

Waldershof

Waldsassen

Wiesau

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Die Seite ist in Bearbeitung

Ausländerbehörde

Sie möchten als ausländische Person in Deutschland leben?
Dann benötigen Sie einen Aufenthaltstitel.
Den Aufenthaltstitel müssen Sie sofort nach Ihrer Einreise in Deutschland bei der Ausländerbehörde beantragen.

Wann müssen Sie zur Ausländerbehörde?

- Nach Einreise: Sofort nach Ihrer Ankunft in Deutschland.
- Verlängerung: Wenn Ihr Aufenthaltstitel bald abläuft.
- Änderung: Wenn sich Ihr Aufenthaltstitel ändern soll, z.B. nach einer Heirat.
- Verlust: Wenn Sie Ihren Aufenthaltstitel verloren haben.
- Neuer Reisepass: Wenn Sie einen neuen Reisepass bekommen haben.
- Änderung der Voraussetzungen: Wenn sich die Bedingungen für Ihren Aufenthaltstitel ändern, z.B. bei Studienabbruch oder Jobwechsel.
- Arbeitserlaubnis: Wenn Sie eine neue Arbeitserlaubnis brauchen oder Ihre Arbeitserlaubnis ändern möchten, z.B. bei einem neuen Arbeitgeber.
- Passersatzpapiere: Wenn Sie einen deutschen Ersatzpass brauchen.
- Staatsbürgerschaft: Wenn Sie die deutsche Staatsbürgerschaft beantragen wollen.
- Einladung von Gästen: Wenn Sie ausländische Gäste einladen möchten und eine Verpflichtungserklärung brauchen.

Elektronischen Aufenthaltstitel (eAT) beantragen

(1) Antragstellung

- Sie können den Antrag online stellen. Hier finden Sie die Links zu Ihrer zuständigen Behörde: Neustadt, Tirschenreuth oder Weiden
- Sie können den Antrag auch in der Behörde stellen. Dafür brauchen Sie einen Termin.
- Auch nach einem Online-Antrag brauchen Sie einen Termin für Ihre Fingerabdrücke
- Bitte bringen Sie einen Dolmetscher oder eine Dolmetscherin mit, der/die Ihnen hilft Ihr Anliegen zu erklären.

(2) Termin

- Das Formular ist bei der Ausländerbehörde eingegangen
- Es wurde bearbeitet
- Dann bekommen Sie einen Termin zugeteilt

Wichtig: Lassen Sie sich eine Fiktionsbescheinigung als vorläufiges Papier ausstellen. Das brauchen Sie zum Beispiel für das Jobcenter.

(3) Abholung

Sie erhalten einen Brief, wenn Ihr Aufenthaltstitel fertig ist.
Für die Abholung brauchen Sie wieder einen Termin.

Wichtige Hinweise:

- Bringen Sie alle nötigen Dokumente mit, wie Reisepass und Fotos

- Halten Sie alle Fristen ein, um Probleme zu vermeiden.
- Es hilft, Deutsch zu sprechen, oder eine Dolmetscherin oder einen Dolmetscher mitzunehmen.

Hier finden Sie die Adressen und Kontaktinformationen der Ausländerbehörden:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Ausländerbehörde | Landratsamt Neustadt an der Waldnaab

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

auslaenderamt@neustadt.de

+49 (0) 9602790

https://www.neustadt.de/beratung-service/auslaend...

Landkreis Tirschenreuth

Ausländerbehörde | Landratsamt Tirschenreuth

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

auslaenderbehoerde@tirschenreuth.de

+49 (0) 9631880

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/auslaenderbe...

Stadt Weiden

Ausländerbehörde | Neues Rathaus

Dr.-Pfleger-Straße 15, 92637 Weiden in der Oberpfalz

auslaenderbehoerde@weiden.de

+49 (0) 961813309

https://www.weiden.de/stadt/buergerservice/anspre...

Jugendamt

Das Jugendamt unterstützt Eltern bei der Erziehung von Kindern und Jugendlichen.
An das Jugendamt können sich alle kostenlos wenden.

Du bist ein Kind oder ein Jugendlicher/eine Jugendliche? Du hast Probleme?
Dann kannst du dich an das Jugendamt wenden.

Aufgabenbereiche des Jugendamts:

- Junge Menschen in ihrer individuellen und sozialen Entwicklung unterstützen
- Eltern bei der Erziehung beraten und unterstützen
- Kinder und Jugendliche schützen
- Es berät unbegleitete Minderjährige und kümmert sich um deren Unterbringung
- Es klärt Fragen zum Sorgerecht und zum Unterhalt
- Zukunft gestalten in der Jugendarbeit
- Es stellt die Kinderbetreuung sicher
- Es kann finanzielle Unterstützung leisten
- Es berät zur Vollzeitpflege und Adoption
- Es vertritt Kinder als Vormund
- Es steht Jugendlichen im Strafverfahren zur Seite
- Es gibt Chancen durch die Jugendsozialarbeit
- Bedarfe von Kindern und Jugendlichen ermitteln und entsprechende Maßnahmen planen
- Barrieren vermeiden und abbauen

Sie haben als Eltern Fragen zur Erziehung oder anderen Anliegen?
Melden Sie sich.

Eine Terminvereinbarung im Vorfeld ist sinnvoll

NEW Landkreis Neustadt an der Waldnaab **Landkreis Neustadt an der Waldnaab**

Jugendamt | Landratsamt Neustadt an der Waldnaab

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

kreisjugendamt@neustadt.de

+49 (0) 9602792525

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Jugendamt | Landratsamt Tirschenreuth

Johannisstr. 6, 95643 Tirschenreuth

Sabine.Konrad@tirschenreuth.de

+49 (0) 963188283

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Jugendamt | Stadtverwaltung Weiden

Dr.-Pfleger-Straße 15, 92637 Weiden in der Oberpfalz

jugendamt@weiden.de

+49 (0) 961815141

https://www.weiden.de/stadt/buergerservice/anspre...

Gesundheitsamt

In jeder Stadt und jedem Landkreis gibt es ein Gesundheitsamt.
Das Gesundheitsamt ist ein Teil des Gesundheitssystems in Deutschland.
Unser Gesundheitsamt gehört zum Landratsamt Neustadt.

Das Gebäude befindet sich in Weiden, Maistraße 7-9.
Das Gesundheitsamt ist für den Landkreis Neustadt a.d. Waldnaab und die Stadt Weiden zuständig.

Was macht das Gesundheitsamt?

Das Gesundheitsamt hat verschiedene Aufgaben.

Schutz vor Infektionskrankheiten
Wer sich mit einer Infektionskrankheit angesteckt hat, muss sich an Regeln halten.
Es muss verhindert werden, dass auch andere Menschen krank werden.
Das Gesundheitsamt informiert über diese Regeln.
Genauere Informationen zu verschiedenen Infektionskrankheiten findet man im Punkt Krankheiten & Hygiene

Kontrolle von Trinkwasser
In Deutschland ist das Wasser aus der Wasserleitung Trinkwasser.
Das heißt man kann das Wasser ohne Bedenken trinken.
Das Gesundheitsamt überprüft das Wasser.

Schuleingangsuntersuchung
Bevor ein Kind in die erste Klasse geht, muss es zu Schuleingangsuntersuchung.
Die Schuleingangsuntersuchung findet am Gesundheitsamt statt.
Am Gesundheitsamt wir das Sehen, Hören und Sprechen getestet.
Es wird untersucht, ob das Kind gut entwickelt ist.
Man bekommt eine Einladung zur Schuleingangsuntersuchung
Man muss mitbringen: gelbes Kinderuntersuchungsheft (U-Untersuchungen) und Impfpass
Diese Untersuchung ist Pflicht

Sozialdienst
Die Sozialpädagogen am Gesundheitsamt bieten Beratung zu verschiedenen Themen.
Die Beratung ist kostenlos.
Sie müssen Ihren Namen nicht nennen.

Allgemeine Schwangerschaftsberatung
Die Schwangerschaftsberatung am Gesundheitsamt hilft bei allen Fragen und Sorgen zur Schwangerschaft und Geburt.
Beispiele:
Was muss ich erledigen?
Welche Anträge kann oder muss ich stellen?
Wo bekomme ich Hilfe?
Wo kann ich mein Kind zur Welt bringen?

Schwangerschaftskonfliktberatung
Sie sind ungeplant / ungewollt schwanger geworden?
Sie überlegen, ob sie das Kind zur Welt bringen möchten?
In Deutschland hat man bis zur 12. Woche die Möglichkeit, einen Schwangerschaftsabbruch vorzunehmen.
In der Beratungsstelle erhalten sie ein Beratungsgespräch und die Beratungsbescheinigung.
Diese Bescheinigung ist Pflicht für den Schwangerschaftsabbruch.
Niemand wird von dem Gespräch erfahren.

Die Beratung ist kostenlos

Vertrauliche Geburt
Sie sind schwanger aber keiner darf es erfahren?
Sie müssen Ihr Baby nicht heimlich und alleine zur Welt bringen.
In Deutschland gibt es eine Möglichkeit, das Kind sicher und vertraulich zur Welt zu bringen.
Sie müssen ihren Namen und ihre Identität nicht verraten.
Die Schwangerschaftsberatung am Gesundheitsamt unterstützt vor und nach der Geburt.

Beratung zu HIV/Aids, sexuelle Gesundheit, Verhütung

kostenloser und anonymer HIV-Test

Beratung zu Alkohol und Sucht

Beratung bei seelischen Problemen und Krisen

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Gesundheitsamt Weiden-Neustadt

Maistraße 7-9, 92637 Weiden in der Oberpfalz

gesundheitsamt@neustadt.de

+49 (0) 9602796010

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u...

Landkreis Tirschenreuth

Gesundheitsamt | Landratsamt Tirschenreuth

St. Peter Straße 33, 95643 Tirschenreuth

gesundheitsamt@tirschenreuth.de

+49 (0) 963170760

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/gesundheitsa...

Gesundheitsamt Dienststelle - Kemnath | Landratsamt Tirschenreuth

Schützengraben 16, 95478 Kemnath

gesundheitsamt@tirschenreuth.de

+49 (0) 96421338

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/gesundheitsa...

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Gesundheitsamt Weiden-Neustadt

Maistraße 7-9, 92637 Weiden in der Oberpfalz

gesundheitsamt@neustadt.de

+49 (0) 9602796010

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u...

Beratung und Hilfe

Grundrechte

Das Grundgesetz

In jedem Land gibt es Regeln, an die sich alle Menschen halten müssen.
Das wichtigste Gesetz für Deutschland ist das Grundgesetz.
Es ist eine Sammlung von 146 Artikeln.
Jeder Artikel steht für ein Gesetz, also eine Regel.
Diese Regeln bestimmen das Zusammenleben in Deutschland.
Die Grundrechte schützen den Freiheitsraum jedes Einzelnen. Sie sind in den Artikeln 1 bis 19 des Grundgesetzes festgelegt (Katalog der Grundrechte).

Hier finden Sie das Grundgesetz in 11 Sprachen: Arabisch, Chinesisch, Englisch, Französisch, Italienisch, Persisch, Polnisch, Russisch, Serbisch, Spanisch, Türkisch und Deutsch.

Allgemeine Erklärung der Menschenrechte

Menschenrechte sind wichtige Rechte, die immer und für alle Menschen auf der ganzen Welt gelten.
Menschenrechte sind Rechte, die jeder Mensch aufgrund seines Menschseins hat.
Sie schützen die Würde eines jeden Menschen.
Sie stehen allen Menschen gleichermaßen zu.
Dabei wird kein Unterschied zwischen Menschen gemacht.

Es gibt 30 Rechte. Die wichtigsten sind:

- Alle Menschen sind gleich viel wert
- Jeder Mensch darf eine eigene Meinung haben
- Alle Menschen haben ein Recht auf Frieden und Sicherheit

Asyl und Geflüchtete

Aufenthaltsstatus

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

Es gibt 5 verschiedene Dokumente:

1. Ankunftsnachweis

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

2. Aufenthaltsgestattung

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

entschieden hat.

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

- Sie möchten arbeiten? Sie brauchen dafür eine Genehmigung? Diese bekommen Sie bei der Ausländerbehörde. Ihr Arbeitgeber/ Ihre Arbeitgeberin oder Sie als Arbeitnehmer/ Arbeitnehmerin können diese beantragen.
- Sie möchten Arbeit vermittelt bekommen? Gehen Sie zur Agentur für Arbeit
- Sie brauchen finanzielle Hilfe? Gehen Sie zum Sozialamt

3. Fiktionsbescheinigung

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

4. Aufenthaltserlaubnis

Status: Anerkannte Flüchtlinge
Hintergrund: Ihr Antrag auf Asyl wurde akzeptiert

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

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

5. Duldung

Status: Geduldete
Hintergrund: Ihr Antrag auf Asyl wurde abgelehnt

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

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

Asylantrag

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

1. Persönliche Asylantragstellung

- Den Asylantrag stellen Sie beim **B**undes**A**mt für **M**igration und **F**lüchtlinge (**BAMF**)
- Eine Asylverfahrensberatung kann Ihnen wichtige Informationen für das Asylverfahren geben. Dafür ist die Flüchtlings- und Integrationsberatung zuständig
- **Wichtig**: Ihren Antrag können Sie nur persönlich stellen. Sie können diesen Antrag nicht per Post senden
- Den Termin und die zuständige BAMF-Stelle erhalten Sie mit Ihrem Ankunftsnachweis. Wenn Sie keinen Termin bekommen haben, fragen Sie Ihre Unterkunftsleitung

2. Erster-Interview-Termin (Asylantragstellung)

Sie müssen sich nach Ihrem ersten Termin bei der Ausländerbehörde melden

3. Persönliche Anhörung

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

a) Der Bescheid ist negativ

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

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

- **Fiktionsbescheinigung**
- **oder elektronischer Aufenthaltstitel (eAT)**

Sie haben den positiven BAMF-Bescheid erhalten. Dann müssen Sie sich sofort um ein Ausweisdokument beziehungsweise ein Äquivalent kümmern. Dies erhalten Sie bei der Ausländerbehörde.

Außerdem bekommen Sie Ihr Geld jetzt nicht mehr vom Sozialamt, sondern müssen beim Jobcenter einen Antrag stellen.

Familienasyl und Internationaler Schutz für Familienangehörige

Sie haben in Deutschland Asyl erhalten.
Ein Mitglied Ihrer Familie braucht auch Asyl.
Sie können einen Antrag stellen.
Das Mitglied Ihrer Familie bekommt den Status eines Schutzberechtigten.

Im Sinne des Familienasyls zählen als Mitglieder von Familien:

- Eheleute beziehungsweise eingetragene Lebenspartner und Lebenspartnerinnen
- minderjährige, ledige Kinder
- die Eltern von minderjährigen, ledigen Kindern
- andere erwachsene Personen, die für minderjährige, ledige Kinder sorgeberechtigt sind
- die minderjährigen, ledigen Geschwister von Minderjährigen

Die Eltern müssen das Sorgerecht für ihre Kinder haben.
Sie müssen sich also um ihre Kinder kümmern können.

Sie wollen Ihren Ehemann oder ihre Ehefrau mit nach Deutschland bringen?
Sie müssen bereits in Ihrem Herkunftsland verheiratet sein.
Dann kann Ihr Mann oder Ihre Frau auch Asyl bekommen. Die Ehe muss in Deutschland anerkannt sein.
Der Antrag auf Asyl muss vor oder gleichzeitig mit Ihrem Antrag gestellt werden.
Sie müssen schutzberechtigt sein.

In Deutschland geboren:

Sie haben bereits einen Antrag auf Asyl gestellt?
Sie haben danach ein Kind in Deutschland bekommen?
Für Ihr Kind kann ein eigener Asylantrag gestellt werden.
Sie oder Ihr Partner/Ihre Partnerin müssen noch im Asylverfahren sein.
Informieren Sie dazu das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge über die Geburt.
Auch die Ausländerbehörde kann das Bundesamt informieren.
Der Asylantrag gilt damit automatisch als gestellt.
Die Eltern können für ihr Kind eigene Asylgründe vorbringen.
Wenn sie das nicht tun, gelten die gleichen Gründe wie bei den Eltern.
Auch hier ist bei einer ablehnenden Entscheidung des Bundesamtes ein Widerspruch möglich.

Ebenfalls und zum Schutz des Kindes werden und dürfen minderjährige Kinder bei einem ablehnenden Bescheid nicht getrennt von ihren Eltern rückgeführt werden.

Weiterführende Informationen finden Sie direkt beim BAMF.

Webseite Familiennachzug (BAMF)

Zentrale Rückkehrberatung

Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) hat noch nicht über Ihren Asylantrag entschieden?
Sie möchten trotzdem schon zurück in Ihr Heimatland?
Aber Sie wissen nicht, wie Sie Ihren Reisepass wieder zurückbekommen?
Sie brauchen finanzielle Hilfe für die Rückreise?

Die Zentrale Rückkehrberatung (ZRB) berät Sie über Möglichkeiten, wie die freiwillige Ausreise in Ihr Heimatland funktionieren kann.
Die Beratung ist ergebnisoffen.
Sie entscheiden nach der Beratung selbst.
Sie können freiwillig ausreisen.
Oder sie können noch weiter bleiben.

Rückkehrberatung

Flüchtlings- und Integrationsberatung

Die Flüchtlings- und Integrationsberatung bietet Beratung an:

- für alle erwachsenen neu Zugewanderten ab 27 Jahren
- in den ersten 3 Jahren nach der Einreise

Dieses Angebot ist für

- Asylbewerber
- Geduldete
- Anerkannte Flüchtlinge
- Drittstaatler
- Spätaussiedler
- EU-Bürger

Sie leben schon länger in Deutschland? In Ausnahmefällen ist auch hier eine Beratung möglich.

Sie können sich zu folgenden Themen beraten lassen:

- Asyl, Verfahren und Aufenthalt
- Gesundheit und Krankheit
- Kinder und Familie
- Ausbildung, Beruf und Arbeit
- Sprachkurse
- Leben in der Unterkunft
- Suche nach Wohnungen und Wohnen
- Anträge und Formulare
- Leistungen und Geld
- Gesetze und Regeln in Deutschland
- Sport und Freizeit
- Rückkehr ins Ausland
- sexuelle Orientierung

Die Beratung steht allen Menschen offen.
Sie ist unabhängig vom Alter, der Religion oder Herkunft.

Die Beratungsstelle arbeitet kostenlos und unabhängig von Behörden.
Die Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht.

Die Beratungsstellen zur Integration in der Region sind:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Christoph Hößl | Flüchtlings- und Integrationsberatung Neustadt

Bismarckstraße 21, 92637 Weiden in der Oberpfalz

@c.hoessl@caritas-weiden.de

+49 (0) 96139890120

https://www.caritas-weiden.de/fluechtlings-integr...

Shakob Akramov | Flüchtlings- und Integrationsberatung Neustadt

Bismarckstraße 21, 92637 Weiden in der Oberpfalz

@s.akramov@caritas-weiden.de

+49 (0) 96139890125

https://www.caritas-weiden.de/beraten-und-helfen/...

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Laura Kircher | Flüchtlings- und Integrationsberatung

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

@Integration@tirschenreuth.de

+49 (0) 963188761

Caritas | Flüchtlings- und Integrationsberatung

Kirchplatz 6, 95643 Tirschenreuth

@asylsozialberatung@caritas-tirschenreuth.de

+49 (0) 96317989217

https://www.caritas-tirschenreuth.de/

Caritas Außenstelle Wunsiedel | Flüchtlings- und Integrationsberatung

Kirchplatz 6, 95643 Tirschenreuth

@d.czerwik@caritas-wunsiedel.de

+49 (0) 92322288

+49 (0) 1719955320

https://www.caritas-tirschenreuth.de/

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Falk Ponsold | Migrationsberatung

Ulrich-Schönberger-Straße 11, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 9613900221

https://www.kvweiden.brk.de/unsere-angebote/berat...

Außerdem können Sie sich an die Online-Beratung von Caritas wenden.

Frauenrechte

FGM - weibliche Genitalverstümmelung

In Deutschland ist die weibliche Genitalverstümmelung (FGM) verboten.
Seit September 2013 wird FGM mit Freiheitsstrafe bestraft.
Die Eltern dürfen auch nicht ausreisen, um ihre Tochter im Ausland beschneiden zu lassen.
Das wird ebenfalls nach deutschem Strafrecht verfolgt.
Mädchen und junge Frauen können Asyl beantragen, wenn ihnen droht, beschnitten zu werden.

Viele Mädchen sterben während der Verstümmelung oder an ihren Folgen.
Es gibt viele und gefährliche Nachwirkungen der Verstümmelung:

- Inkontinenz
- Schmerzen
- schwere Blutungen

- Komplikationen beim Geschlechtsverkehr und bei Geburten
- Unfruchtbarkeit
- Gefahr von HIV- und Hepatitis-Infektion
- Blutvergiftung und Tetanus
- Schockzustände
- psychische Traumata
- Depressionen

Auch sexuelle Befriedigung ist nach einer FGM meist nicht mehr möglich.

Wenn Sie von Genitalverstümmelung betroffen oder bedroht sind, wenden Sie sich an das Hilfetelefon unter der 08000116016.
Die Mitarbeiterinnen des Hilfetelefons sind Tag und Nacht und in verschiedenen Sprachen für Sie da.

In Deutschland gibt es die Möglichkeit, die Klitoris zu rekonstruieren.
Diese rekonstruktive Operation kann von plastischen Chirurgen durchgeführt werden.
Fragen Sie einen Frauenarzt um Rat.
In Berlin wurde ein „Zentrum für Opfer von Genitalverstümmelung“ gegründet.
Hier werden nicht nur die körperlichen, sondern auch die psychischen Folgen kostenfrei und anonym behandelt.
Sie brauchen dafür keine Krankenversicherung.

Schwangerschaftsabbruch

In Deutschland haben Sie das Recht, unter bestimmten Voraussetzungen Ihre Schwangerschaft abzubrechen.
Ein Schwangerschaftsabbruch kann nur in den ersten zwölf Wochen der Schwangerschaft, nach einer Schwangerschaftskonfliktberatung und in Begleitung eines Arztes vorgenommen werden.
Nach den ersten zwölf Wochen ist ein Abbruch nur in Ausnahmefällen möglich.

Zum Beispiel:
Wenn Ihre körperliche oder psychische Gesundheit durch die Schwangerschaft gefährdet ist, können Sie auch zu einem späteren Zeitpunkt die Schwangerschaft abbrechen.
Auch wenn die Gesundheit Ihres Kindes gefährdet ist kann die Schwangerschaft später beendet werden.

Wenn Sie jemand zum Schwangerschaftsabbruch zwingen möchte oder Sie Fragen zu einem möglichen Schwangerschaftsabbruch haben, wenden Sie sich an eine Schwangerschaftsberatungsstelle.

Auch Minderjährige können ohne Eltern eine Beratungsstelle aufsuchen

Die Beratung ist kostenlos.
Sie müssen Ihren Namen nicht nennen.
Die Beraterinnen haben Schweigepflicht, das heißt sie dürfen die Informationen an niemand weitergeben.

Weitere Informationen zum Thema Schwangerschaftsabbruch finden Sie hier in vielen verschiedenen Sprachen.

Beratungsstellen:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Gesundheitsamt Weiden-Neustadt

Maistraße 7-9, 92637 Weiden in der Oberpfalz

gesundheitsamt@neustadt.de

+49 (0) 9602796010

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u...

Landkreis Tirschenreuth

Caritas Tirschenreuth | Schwangerschaftsberatung

Kirchplatz 6, 95643 Tirschenreuth

weiden@caritas-schwangerschaftsberatung.de

+49 (0) 96140182280

Stadt Weiden

Donum Vitae - Hauptstelle Weiden | Beratung zu Schwangerschaften

Schillerstr. 11, 92637 Weiden

weiden@donum-vitae-bayern.de

+49 (0) 9614016940

https://weiden.donum-vitae-bayern.de/

💡Sie bekommen Leistungen vom Staat?
Oder Sie verdienen nur wenig Geld?
Dann können Sie die Übernahme der Kosten für die Abtreibung bei Ihrer Krankenkasse oder dem Sozialamt beantragen.

Ich möchte das Kind nicht behalten, aber auch nicht abtreiben. Was kann ich tun?

Wenn Sie Ihr Kind nicht behalten können oder wollen, können Sie Ihr Kind nach der Geburt zur Adoption freigeben.
Das Jugendamt übernimmt dann zunächst die Fürsorge für Ihr Kind und kümmert sich um Ihr Kind.
Wenn Sie sich dann endgültig dafür entscheiden, dass Sie Ihr Kind nicht selbst großziehen möchten, können Sie es zur Adoption freigeben.
Das Jugendamt sucht dann eine fürsorgliche Familie, die Ihr Kind großziehen wird.

Wenn niemand von Ihrer Schwangerschaft erfahren darf, gibt es trotzdem die Möglichkeit Ihr Kind zur Welt zu bringen.
Sie sind dabei auch nicht alleine.
Es gibt die Möglichkeit einer sogenannten „vertraulichen Geburt“.
Bei einer „vertraulichen Geburt“ können Sie Ihr Kind sicher in einem Krankenhaus zur Welt bringen.
Mit Ausnahme einer Beraterin wird niemand Ihren Namen erfahren.
Die Beraterin darf mit niemandem über Sie sprechen.
So bleiben Sie unerkannt.
Nach 16 Jahren hat Ihr Kind unter Umständen das Recht, Ihren Namen zu erfahren.
Abgesehen von Ihrem Kind hat aber niemand das Recht dazu.
Die Kosten für die Beratung und die Geburt müssen Sie nicht selbst bezahlen.

Sie möchten eine „vertrauliche Geburt“ ? Sie möchten Informationen zur vertraulichen Geburt?

Wenden Sie sich an die Schwangerschaftsberatungsstellen. DIe Adresse finden Sie weiter oben auf dieser Seite.

Am Wochenende oder am Abend können Sie unter der Telefonnummer 📞08004040020 oder online Hilfe und Infomationen bekommen.

Häusliche Gewalt

Ihre Familie und auch Bekannte sollten Sie unterstützen und beschützen.
Das ist aber nicht immer der Fall. Manchmal tun Ihnen diese Menschen auch weh.
Sie können Ihnen Gewalt antun.
Diese Gewalt kann unterschiedliche Formen haben.
Sie kann sexuell sein. Oder körperlich, wie zum Beispiel Schläge oder Tritte.
Sie kann aber auch psychisch sein.

Wenn jemand, den Sie kennen, Ihnen Gewalt antut, dann heißt das „häusliche Gewalt“.

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

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

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

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

Sie können sich an das Hilfetelefon für Gewalt gegen Frauen wenden.

116016

Die Beratung kann in 18 verschiedenen Sprachen stattfinden.

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

Hilfetelefon: Gewalt gegen Frauen

08000116016
www.hilfetelefon.de

Sie können hier immer anrufen, wenn Sie vor jemandem Angst haben.
Zum Beispiel: Wenn Ihnen jemand weh tut.
Oder wenn jemand sagt, er will Ihnen weh tun.
Sie können auch anrufen, wenn einem anderen Menschenweh getan wird.
Zum Beispiel: Ihrer Freundin oder jemandem aus Ihrer Familie.

Wir sind immer für Sie da.
Zum Beispiel: Wenn Sie etwas machen sollen, dass Sie nicht wollen.
Das heißt in schwerer Sprache: Jemand will Sie zu etwas zwingen.
Oder wenn Ihnen jemand weh tut. Oder Ihnen Angst macht.

Sie können uns immer anrufen.
Sie können auch anrufen: Wenn Sie nicht genau wissen, ob wir Ihnen helfen können.
Oder, wenn Sie sich schämen.
Oder, wenn Sie denken: Ich bin selbst Schuld.

Die Mitarbeiterinnen vom Hilfe-Telefon sind immer für Sie da.
Sie können auch nachts anrufen. Und auch am Wochenende und an Feiertagen.

Sie müssen bei uns keine Angst haben.
Die Mit-Arbeiter vom Hilfe-Telefon erzählen nichts weiter.
Die Mit-Arbeiterinnen vom Hilfe-Telefon sagen niemandem, wenn Sie angerufen haben.
Und die Mit-Arbeiterinnen hören Ihnen gerne zu.

Sie können uns alles erzählen. Sie müssen aber nicht über alles reden.
Sie können über das reden, worüber Sie reden möchten.
Die Mit-Arbeiterinnen vom Hilfe-Telefon erzählen bestimmt nichts weiter.

Und die Mit-Arbeiterinnen machen nichts, was Sie nicht wollen.

Das Anrufen beim Hilfe-Telefon kostet nichts.

Das sind die Mitarbeiterinnen vom Hilfe-Telefon:

Viele Frauen arbeiten beim Hilfe-Telefon.
Alle Mitarbeiterinnen haben viel Erfahrung. Und sie können Ihnen gut helfen.
Oder sie sagen Ihnen: Wer Ihnen helfen kann.
Wir finden zusammen eine Lösung.

breastcare App

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

Die breastcare App

- erinnert mit einem Zykluskalender an das Abtasten der eigenen Brust
- erklärt mit einer bebilderten Anleitung die Selbstabtastung Schritt für Schritt
- klärt über Risikofaktoren und Symptome auf und gibt konkrete Tipps für einen gesunden Lebensstil
- beantwortet Fragen zu ärztlichen Früherkennungs-Untersuchungen in Deutschland

- verlinkt auf zahlreiche Kontaktstellen wie Brustzentren, Integrationsbeauftragte oder Hilfsangebote, an die sich Frauen bei Fragen wenden können
- erzählt Geschichten von betroffenen Frauen die Mut machen

Die App können Sie in den App Stores von Apple und Google herunterladen.
Die App ist kostenlos. Die App kann ohne die Erfassung persönlicher Daten genutzt werden.
Sie ist frei von Werbung und langfristig angelegt.

Kinderrechte

Kinderrechte

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

Die UN-Kinderrechtskonvention lässt sich in vier Gruppen einteilen:

- das Recht auf Leben und persönliche Entwicklung
- das Recht auf Gleichbehandlung
- das Wohl des Kindes
- die Achtung vor der Meinung des Kindes

Im Einzelnen bedeutet das:

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

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

Die 10 wichtige Kinderrechte sind auch in viele weitere Sprachen übersetzt.

Du erfährst Gewalt? Du fühlst dich ungerecht behandelt? Dann kann dich das Jugendamt dazu beraten.

Antidiskriminierung und Inklusion

Erfahrungen mit Diskriminierung

Menschen wegen bestimmter Merkmale ungleich zu behandeln, ist in Deutschland verboten. Aber dennoch weit verbreitet. Ob bei der Wohnungssuche, auf der Arbeit, in Behörden, Schulen, Arztpraxen, in der Freizeit oder bei der Polizei.
Diskriminierung kann in allen Lebensbereichen passieren.
Komme ich nicht in den Club, weil ich eine Behinderung habe?
Habe ich den Job nicht bekommen, weil ich ein Kopftuch trage?
Werden meine Kinder in der Schule schlechter behandelt, weil sie nur wenig Deutsch sprechen?
Kontrolliert die Polizei im Fernbus nur mich, weil ich eine andere Hautfarbe habe?
Weigert sich der Taxifahrer, mich mitzunehmen, weil ich transsexuell bin?
Erfahrungen wie diese führen zu Wut, Ohnmacht und einem Gefühl der Hilflosigkeit.
Sie müssen Diskriminierung aber nicht einfach hinnehmen. Sie haben das Recht, sich dagegen zu wehren.

Dieses Recht haben alle Menschen in Deutschland.
Unabhängig von ihrer Herkunft oder ihrem Aufenthaltsstatus.
Das ist im deutschen Grundgesetz als eines der Menschenrechte verankert.
Sie können vor Gericht gegen die Diskriminierung klagen.

Wurde ich diskriminiert?

Manchmal weiß man nicht genau, ob man diskriminiert wurde.
Man ist unsicher, weil andere Personen in einer Handlung kein Problem sehen oder die Diskriminierung nicht schlimm finden.
Hier kann eine Beratung helfen.
Die Mitarbeitenden der Beratungsstelle nehmen Ihre Erfahrungen ernst.
Sie können Ihnen sagen, ob Ihre Erfahrung auch rechtlich als Diskriminierung gilt und welche rechtlichen Möglichkeiten Sie jetzt haben. Aber auch, wenn Ihre Erfahrung rechtlich nicht als Diskriminierung gilt, kann Ihnen die Beratungsstelle helfen.
Die Mitarbeitenden können Sie dabei unterstützen, sich mit dem Erlebten auseinanderzusetzen und Strategien für die Zukunft zu entwickeln.

Die Antidiskriminierungsberatungsstellen unterstützen alle Menschen, die Diskriminierung erlebt haben und Beratung möchten.

Sie können sich beispielsweise bei der Antidiskriminierungsstelle des Bundes direkt unter der Telefonnummer 📞 030/185551855 beraten lassen.
Die Beratungsstelle ist 🕒 montags von 13 - 15 Uhr und 🕒 mittwochs und freitags von 9 - 12 Uhr zu erreichen.
Die Mitarbeitenden sprechen Deutsch.
Die Beratung ist kostenlos und auf Wunsch anonym.
Für den Anruf müssen Sie die üblichen Telefongebühren bezahlen.

Außerdem können Sie auch den Antidiskriminierungsverband Deutschland um Hilfe bitten.

Alternativ können Sie sich auch an eine Migrationsberatung für Erwachsene wenden.
Die Mitarbeitenden sprechen oft viele Sprachen und helfen Ihnen bei allen Problemen rund um

das Leben in Deutschland.

Was tue ich, wenn ich von der Polizei diskriminiert wurde?

Diskriminierung kann man auch durch die Polizei erfahren.
Eine Erfahrung, die viele Menschen in Deutschland machen, ist beispielsweise das sogenannte "Racial Profiling".
Wenn eine Person von der Polizei angehalten, befragt, durchsucht oder gar verhaftet wird, nur weil sie ihnen wegen ihrer Hautfarbe oder ähnlicher Merkmale verdächtig vorkommt, ist das "Racial Profiling".
Aber auch diskriminierende Beleidigungen, Misshandlungen oder Übergriffe können passieren.
Opfer von Polizeiwillkür oder Polizeigewalt können die Polizisten und Polizistinnen anzeigen.

Polizisten und Polizistinnen stehen nicht über dem Gesetz.
Was sie dürfen und nicht dürfen, ist im Strafgesetzbuch, der Strafprozessordnung und dem Polizeirecht geregelt.

Wichtig: Sie haben das Recht, nach dem Dienstausweis des Polizisten oder der Polizistin zu fragen und sich ihre Daten aufzuschreiben. Das ist wichtig, wenn Sie später eine Strafanzeige stellen möchten.
Es ist auch immer hilfreich, Passanten und Passantinnen darum zu bitten, die Situation zu beobachten.
Dann haben Sie auch Zeugen und Zeuginnen.
Bitte beachten Sie: Eine Strafanzeige müssen Sie innerhalb von drei Monaten nach dem Vorfall stellen.
Das können Sie direkt bei der Staatsanwaltschaft machen.
Sie müssen also nicht zur Polizei.

Lesbisch, Schwul, Bisexuell, Trans* und Inter* (LSBTI)

In Deutschland leben viele unterschiedliche Menschen zusammen.
Sie haben verschiedene Religionen. Sie sind unterschiedlichen Geschlechts.
Sie kommen aus verschiedenen Ländern.
Sie vertreten unterschiedliche politische Ansichten.
All diese Menschen leben friedlich zusammen. Sie haben die gleichen Rechte.

Gleiches gilt auch für Menschen unterschiedlicher sexueller Orientierung oder geschlechtlicher Identität: Dazu zählen Lesben, Schwule, Bisexuelle sowie trans- und intergeschlechtliche Menschen.
In kurz heißen sie LSTBI.
Sie haben in Deutschland die gleichen Rechte wie die anderen Menschen.

Es gibt drei Geschlechter in Deutschland.
Diese sind "männlich", "weiblich" und "divers".
Transgeschlechtliche Personen können in Deutschland ihr Geschlecht ändern.
Sie können auch ihren Namen ändern lassen.
Frauen dürfen in Deutschland andere Frauen lieben und heiraten.
Männer dürfen in Deutschland andere Männer lieben und heiraten.

Viele LSBTI-Personen sind nach Deutschland geflüchtet, weil sie in ihrem Heimatland verfolgt wurden.
Sind Sie geflüchtet und lesbisch, schwul, bisexuell, trans- oder intergeschlechtlich?

Dann können Sie an eine der vielen LSBTI-Organisationen in Deutschland wenden.
Dort finden Sie Unterstützung, soziale Kontakte und Informationen.
Beim LSVD-Projekt "Queer Refugees Deutschland" finden Sie deren Kontaktdaten. Sie finden auch weitergehende Informationen:

LSVD Bayern e.V. | Lesben und Schwulenverband Bayern

Müllerstraße 14, 80469 München

bayern@lsvd.de

https://bayern.lsvd.de/

equality Oberpfalz e.V. | Unterstützung queerer Menschen

An der Schierstadt 1, 93059 Regensburg

info@equality-oberpfalz.de

https://www.equality-oberpfalz.de/

Menschen mit Behinderung

In Deutschland hat fast jeder zehnte Mensch eine schwere Behinderung.
Viele weitere Menschen haben gesundheitliche Beeinträchtigungen.
Oder sie sind chronisch krank.
Es gibt zum Beispiel Menschen, die nicht sehen können. Sie sind blind.
Es gibt Menschen, die nicht hören können. Sie sind taub.
Bei manchen Menschen ist der Körper kleiner als bei anderen.
Manche Sachen fallen Ihnen nicht so leicht.
Sie können nicht selber gehen.
Oder es ist schwerer, eine bestimmte Arbeit zu machen.
Aber auch sie sollen an der Gesellschaft teilhaben können.
Dafür gibt es Maßnahmen der Inklusion.
Sie bekommen zum Beispiel Hilfe im Job.
Oder Kinder bekommen schon vor dem Kindergarten eine besondere Förderung.
Sie heißt Frühförderung.

Frühförderung

Frühförderung ist für Kleinkinder, die eine Behinderung haben oder eine Behinderung bekommen könnten.
Sie hilft auch Kindern, die sich in bestimmten Bereichen langsamer als andere Kinder entwickeln.
Beispiele für Frühförderung sind: Sprach-Förderung, Sehschule oder Bewegungstherapie.
Die Frühförderung gibt es für Kinder von Geburt bis zum Schulalter.
Eine frühe Förderung ist wichtig, um Behinderungen zu vermeiden oder die Folgen von Behinderungen zu mildern.

Ihr Kinderarzt oder Ihre Kinderärztin kann Ihnen helfen, eine Frühförderung zu finden.
Auch das Gesundheitsamt können Sie ansprechen.

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Gesundheitsamt Weiden-Neustadt

Maistraße 7-9, 92637 Weiden in der Oberpfalz

gesundheitsamt@neustadt.de

+49 (0) 9602796010

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u...

Landkreis Tirschenreuth

Gesundheitsamt | Landratsamt Tirschenreuth

St. Peter Straße 33, 95643 Tirschenreuth

gesundheitsamt@tirschenreuth.de

+49 (0) 963170760

Gesundheitsamt Dienststelle - Kemnath | Landratsamt Tirschenreuth

Schützengraben 16, 95478 Kemnath

gesundheitsamt@tirschenreuth.de

+49 (0) 96421338

Stadt Weiden

Gesundheitsamt Weiden-Neustadt

Maistraße 7-9, 92637 Weiden in der Oberpfalz

@gesundheitsamt@neustadt.de

+49 (0) 9602796010

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u…

Schwerbehinderte

Menschen mit einem Grad der Behinderung von 50 und mehr können einen Ausweis für Schwerbehinderte bekommen.
Mit dem Ausweis sind einige Vorteile verbunden. Zum Beispiel Steuerermäßigungen.
Und verbilligte oder kostenlose Nutzung von Bus und Bahn.
Welche Vorteile eine Person hat, hängt von der Art der Behinderung und vom Grad der Behinderung ab.
Einen Ausweis für Schwerbehinderte können Sie beim Versorgungsamt beantragen.

Der Familienratgeber gibt hier wertvolle Informationen.
Sie können nachlesen, was der Grad der Behinderung ist.
Sie lernen, wer den Grad der Behinderung bestimmt.
Und was Sie tun können, wenn Sie mit Ihrem Grad der Behinderung nicht einverstanden sind.

Probleme bei der Inklusion

Es gibt aber auch noch viele Probleme bei der Integration von Menschen mit Behinderung.
Denn die Menschen sind nicht behindert – sie werden behindert: Der zu hoch angebrachte Bankautomat verhindert, dass sie ohne Probleme Geld abholen können.
Die Treppe ist für den Rollstuhl tabu.
Und die kleine Schrift wird für sehbehinderte Menschen zum Problem.
Sie sehen eine Person, die vielleicht Hilfe braucht? Dann fragen Sie, ob Sie helfen können.

Hier finden Sie die zuständigen Behindertenbeauftragten:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Behindertenbeauftragter

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

@blober@grplus-nopf.de

+49 (0) 9602796310

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u…

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Behindertenbeauftragter

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

@schoen.reinhard@gmx.de

+49 (0) 9637461

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/sozialhilfev...

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Behindertenbeauftragter

Dr.-Pfleger-Straße 15, 92637 Weiden in der Oberpfalz

@bba@weiden.de

+49 (0) 961811305

https://www.weiden.de/familie/menschen-mit-behind...

Außerdem kann Ihnen das Heilpädagogische Zentrum helfen.

Religionsfreiheit

In Deutschland gilt Religionsfreiheit.
Dies wird vom Grundgesetz garantiert.
Sie können Ihren Glauben so ausleben, wie Sie es selbst für richtig halten, solange Sie dabei das Grundgesetz nicht verletzen.
Sie dürfen auch nicht aufgrund Ihrer Religion diskriminiert werden, zum Beispiel bei der Suche nach Arbeit.
Religionsfreiheit bedeutet dabei auch, den Glauben Anderer zu akzeptieren.
Deutschland hat keine Staatskirche. Staat und Religion sind getrennt.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Alle Menschen dürfen ihre Religion und ihren Glauben selbst wählen und frei ausüben
- Alle Menschen haben die Freiheit, nicht religiös zu sein. Wer nicht an Gott glaubt, darf dies auch öffentlich sagen
- Menschen unterschiedlicher Religionen und Glaubensrichtungen dürfen untereinander heiraten
- Heirat zählt nur vor dem Standesamt als rechtskräftige Ehe. Ausschließlich im Rahmen einer Religion geschlossene Ehen sind in Deutschland rechtlich nicht bindend
- Religiöse Gesetze bestimmen nicht das Rechtssystem in Deutschland

Polizei

Zuständigkeiten der Polizei

Die Polizei soll uns vor Gefahren schützen.
Außerdem klärt sie Verbrechen auf.
Sie hat nichts mit dem Geheimdienst oder der Politik zu tun.
Es besteht ein Notfall? Dann können Sie die Polizei jederzeit unter 110 erreichen.
Der Anruf ist kostenlos.
Was Sie bei einem Notruf beachten müssen, lesen Sie hier.

Was die Polizei darf und nicht darf, ist in Gesetzen festgelegt.
Um zum Beispiel eine Wohnung zu durchsuchen, braucht sie die Erlaubnis eines Richters.
Außer, es besteht für einen Menschen in der Wohnung große Gefahr.

Versuchen Sie nicht, die Polizei zu bestechen.
Bestechungsversuche gegenüber Polizisten werden in Deutschland hart bestraft.

Wann sollte ich die Polizei rufen?

Sie oder eine andere Person sind in Gefahr?
Sie haben ein Verbrechen beobachtet?
Dann rufen Sie die Polizei.
Es kann ein Überfall sein.
Oder ein Einbruch.
Auch Diebstahl, Brandstiftung und Sachbeschädigung gehören dazu.
Sexueller Missbrauch, Körperverletzung oder Bedrohung sind ebenfalls Aufgabe der Polizei.
Auch bei häuslicher Gewalt sollten Sie die Polizei rufen.

Wenn Sie die Notrufnummer 110 wählen, wird die Polizei so schnell wie möglich bei Ihnen sein.

Wichtig: Wenn Sie Opfer rechter, rassistischer, antisemitischer, islamophober, homophober oder transphober Gewalt geworden sind, können Sie sich jederzeit an die Polizei wenden.

Sie können die Polizei auch bei einer sogenannten Ordnungswidrigkeit rufen.
Zum Beispiel, wenn jemand die Ruhezeiten nicht einhält und nachts laut Musik hört.

Auch wenn Sie eine politische oder religiöse Radikalisierung von jungen Erwachsenen in Ihrem Umfeld bemerken, können Sie dies der Polizei melden.

Sie können hierfür aber auch die Beratungsstelle Radikalisierung des BAMF unter 📞09119434343 in mehreren Sprachen kontaktieren.

Rechte gegenüber der Polizei

Was darf die Polizei tun?

Die Polizei darf Sie nach Ihrem Ausweis fragen.
Wenn Sie keiner konkreten Straftat verdächtigt werden oder Sie keine Beweise eines anderen Verdächtigen dabei haben, darf die Polizei Sie nicht durchsuchen.
Das gilt auch für Ihre Wohnung: Ihre Wohnung darf nur durchsucht werden, wenn Sie einer Straftat verdächtigt werden oder die Polizei vermutet, dass eine verdächtigte Person in Ihrer Wohnung ist.
Wenn die Polizei ankündigt, Sie oder Ihre Wohnung trotzdem durchsuchen zu wollen, müssen Sie aber sagen, dass Sie damit nicht einverstanden sind.
Wenn Sie nichts sagen, gilt das als Zustimmung.
Sie haben nein gesagt? Die Polizei durchsucht Ihre Wohnung trotzdem? Dann macht die Polizei sich strafbar.
Wenden Sie sich in diesem Fall an eine Beratungsstelle, einen Anwalt oder eine Anwältin.
Sie haben das Recht, während einer Durchsuchung zu telefonieren.
Sie dürfen auch jemanden dazu holen.
Diese Person kann dann auch Zeuge oder Zeugin sein und Ihnen helfen.
Normalerweise braucht die Polizei einen richterlichen Beschluss.

💡Frauen dürfen nach einer weiblichen Polizistin verlangen, wenn sie selbst durchsucht werden sollen.

Wenn Sie mit einem Fahrzeug unterwegs sind, darf die Polizei nach Ihrem Ausweis, Führerschein und Fahrzeugschein fragen.
Die Polizei darf Sie auch auffordern, anzuhalten und das Fahrzeug zu verlassen.
Die Polizei darf auch kontrollieren, ob Sie ein Warndreieck und einen Verbandskasten dabei haben.
Sie dürfen Ihr Fahrzeug aber nicht durchsuchen oder Ihre Fahrtauglichkeit durch verschiedene Tests (beispielsweise auf einer geraden Linie laufen) testen, wenn es keine eindeutigen Hinweise auf Alkohol oder Drogen bei Ihnen gibt.
Wenn die Polizei das trotzdem macht oder verlangt, müssen Sie Ihre Zustimmung verweigern.
Wenn die Polizei Sie zwingt, macht sie sich strafbar.

💡Wenn Sie nichts sagen, wird das als Zustimmung gewertet.

Einen Bluttest oder Urintest darf die Polizei nur durchführen, wenn Sie einer Straftat beschuldigt werden.
In der Regel muss die Polizei dafür die Zustimmung eines Richters haben.
Nur, wenn es notwendig ist, sofort zu reagieren (zum Beispiel, weil man später die Drogen oder den Alkohol nicht mehr nachweisen kann), darf die Polizei auch ohne die Zustimmung eines Richters handeln.
Wichtig ist aber, dass es wirklich Hinweise auf Alkohol- oder Drogenkonsum gibt.
Die Polizei darf diese Tests nicht willkürlich durchführen.
Wenn ein Polizist oder eine Polizistin einen Bluttest oder Urintest ohne nachvollziehbaren Grund machen will, können Sie Ihre Zustimmung verweigern.

Die Polizei darf Sie auch nicht ohne Grund mit auf die Polizeiwache nehmen.
Wenn ein Polizist Sie auffordert, mitzukommen, können Sie auch hier Ihre Zustimmung verweigern.
Wenn Sie dennoch mitgenommen werden, macht sich die Polizei strafbar.
In diesem Fall sollten Sie einen Anwalt oder eine Anwältin kontaktieren.

Wenn Sie von der Polizei befragt werden, dürfen Sie die Aussage verweigern.
Das heißt: Sie müssen nicht auf ihre Fragen antworten.
Ohne Anwältin oder Anwalt sollten Sie auf die Fragen nicht antworten.
Wenn Sie eine schriftliche Einladung von der Polizei bekommen, müssen Sie nicht dorthin gehen.
Nur Einladungen von der Staatsanwaltschaft oder einem Gericht müssen Sie folgen.
Kontaktieren Sie vorher unbedingt einen Rechtsanwalt oder eine Rechtsanwältin.

Sie haben das Recht, nach dem Dienstausweis der Polizisten oder Polizistinnen zu fragen und sich ihre Daten aufzuschreiben.
Das ist wichtig, wenn Sie später eine Strafanzeige stellen möchten.
Es ist auch immer hilfreich, Passanten und Passantinnen darum zu bitten, die Situation zu beobachten.
Dann haben Sie auch Zeugen und Zeuginnen.
Wichtig: Eine Strafanzeige müssen Sie innerhalb von drei Monaten nach dem Vorfall stellen.
Das können Sie direkt bei der Staatsanwaltschaft machen. Sie müssen also nicht zur Polizei.

Online Beratung

mbeon - Mehrsprachige Beratung im Chat

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

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

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

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

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

Die App hat viele Vorteile:

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

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

mbeon im Google Play Store

mbeon im AppStore

Weiterführende Informationen gibt es auf der mehrsprachigen Website.

Alltag

Finanzielles und Verträge

Grundlegendes zu Verträgen

Für alle Verträge gilt:

Sie haben etwas nicht verstanden?
Sie können das Dokument nicht lesen?

->Dann unterschreiben Sie nichts.

Ein unterschriebener Vertrag verpflichtet Sie oft zu der Zahlung von Geld.
Es ist manchmal sehr schwierig, das wieder rückgängig zu machen.
Prüfen und vergleichen Sie immer mehrere Angebote.
Entscheiden Sie sich in Ruhe.
Lassen Sie sich von keiner Person zu einer Unterschrift drängen.

Wenn Sie den Vertrag nicht verstehen, holen Sie sich Hilfe bei einer Dolmetscherin oder einem Dolmetscher.

Versicherungen

Sozialversicherungen

In Deutschland gibt es fünf gesetzliche Versicherungen.
Diese Versicherungen müssen Sie haben.

- Arbeitslosenversicherung
- Pflegeversicherung
- Rentenversicherung
- Unfallversicherung
- Krankenversicherung

Bei den ersten vier Versicherungen sind Sie automatisch versichert.
Dort haben Sie keine Möglichkeit zu wählen.
Bei der Krankenversicherung jedoch, können Sie aus einer Vielzahl von Krankenkassen auswählen.

Zusatzversicherungen

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

Haftpflichtversicherung

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

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

Sie suchen ein gutes Angebot für eine private Haftpflichtversicherung? Die Verbraucherzentrale informiert auch zu diesem Thema.

Autoversicherung (Kfz-Versicherung)
Wenn Sie in Deutschland ein Auto anmelden, ist eine Kfz-Haftpflichtversicherung in Deutschland Pflicht.
Sie können diese Versicherung bei einer Vielzahl von Anbietern abschließen.

Mobiltelefon

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

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

nicht kündigen.
Wenn Sie nicht wollen, dass sich der Vertrag automatisch verlängert, müssen Sie schriftlich kündigen. Achten Sie auf die Frist.

Sie wollen einen Vertrag abschließen?

- Lesen Sie sich den Vertrag genau durch.
- Sie verstehen etwas nicht? Fragen Sie nach!
- Sie können noch nicht so gut deutsch? Nehmen Sie eine Dolmetscherin oder einen Dolmetscher mit.
  Unterschreiben Sie den Vertrag erst, wenn Sie alles verstanden haben.

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

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

Girokonto

Sie möchten Zahlungen über eine Bank machen?
Dann brauchen Sie ein Girokonto.
Ihr Geld ist auf Ihrem Girokonto jederzeit verfügbar.

Wichtig: Sie möchten Geld von Ihrem Konto abheben?
Oder Sie möchten bargeldlos bezahlen?
Dafür müssen Sie genug Geld auf Ihrem Konto haben.
Sonst müssen Sie Zinsen an die Bank zahlen.

Mit einem Girokonto können Sie:

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

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

Eröffnung eines Kontos

1. Entscheiden Sie, bei welcher Bank Sie ein Konto haben möchten.
2. Vereinbaren Sie einen Termin für die Kontoeröffnung.
3. Bringen Sie bitte folgende Papiere mit: Ankunftsnachweis oder Aufenthaltsbewilligung oder Ausweis/Pass.
4. Sofern darauf keine aktuelle Adresse vermerkt ist, bringen Sie bitte zusätzlich eine Meldebescheinigung oder ein vergleichbares Dokument mit.
5. Wenn Sie nicht gut deutsch sprechen, nehmen Sie eine Dolmetscherin oder einen Dolmetscher mit.
6. Sie haben das Konto eröffnet.
7. Dann bekommen Sie eine EC-Karte mit einem vierstelligen PIN-Code per Post.
8. Unterschreiben Sie die EC-Karte auf der Rückseite und lernen Sie den PIN-Code auswendig.
9. Den PIN-Code brauchen Sie für bargeldlose Zahlungen.
10. Sie brauchen den PIN-Code für Geldabhebungen am Geldautomaten.

Bewahren Sie Karte und PIN-Code unbedingt getrennt auf!

Heben Sie Geld bei Bankautomaten Ihrer Bank ab.
Dann kostet die Abhebung nichts.
Wenn Sie den PIN-Code dreimal falsch eingeben, dann zieht die Bank Ihre Karte ein und sperrt sie.
In diesem Falle müssen Sie Ihre Bank fragen.

Sie haben Ihre EC-Karte verloren?
Ihre EC-Karte wurde gestohlen?
Dann lassen Sie die EC-Karte sofort sperren.
Sagen Sie Ihre Bankleitzahl und Ihre Kontonummer.
Danach fragen Sie bei Ihrer Bank nach einer neuen EC-Karte.

116116
Rund um die Uhr.

Steuern und Steuererklärung

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

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

Steuerliche Identifikationsnummer

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

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

Internet

Mobiles Internet

Mobiles Internet haben Sie auf Ihrem Handy.
Dies ist sehr praktisch. Sie können von unterwegs etwas im Internet suchen.
Sie können auch eine Adresse suchen.
Das Internet kostet Geld.
Am besten haben Sie einen Vertrag.
Dieser Vertrag kann ein Laufzeitvertrag oder ein Prepaid-Vertrag sein. Weitere Informationen dazu finden Sie hier.

Um Integreat zu nutzen, brauchen Sie kein Internet.

WLAN (WIFI) zu Hause

Wenn Sie Internet in Ihrer Wohnung haben möchten, brauchen Sie einen Router.
Es gibt verschiedene Firmen, die Ihnen einen Router und einen Vertrag verkaufen können.

Mobilität

Öffentliche Verkehrsmittel

Um in der Region ans Ziel zu kommen, stehen Ihnen öffentliche Verkehrsmittel zur Verfügung. Das sind Busse, Bahn sowie Baxi.

Eine günstige Alternative zu Einzelfahrscheinen ist das Deutschlandticket.

- Es ist deutschlandweit gültig
- für den gesamten öffentlichen Personen-Nahverkehr
- ausschließlich im monatlich kündbaren Abonnement erhältlich
- Kosten in der allgemeinen Version: 58 Euro pro Monat

Beachte: Das Ticket gilt grundsätzlich nicht in Zügen, die durch die DB Fernverkehr AG oder anderer Fernverkehrsanbieter (z.B. FlixTrain) betrieben werden (Beispiels IC, EC, ICE, aber auch RE der DB Fernverkehr AG).

Ab September 2023 gibt es in Bayern zusätzlich zum regulären Deutschlandticket ein ermäßigtes Ticket.
Erhältlich für

- Auszubildende
- Studierende
- und alle, die Freiwilligendienst leisten
- Kosten: 29 Euro im Monat

Nähere Informationen finden Sie hier

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

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

Bahn:

DB Fahrplan, Auskunft,Tickets & Angebote

Busse:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Buslinienplan Weiden-Neustadt

Da die Busse vor allem in den kleineren Orten im Landkreis hauptsächlich am Morgen und am Mittag fahren, gibt es im Landkreis das BAXI.
Das BAXI ist ein Anrufbus der zusätzlich zu den Bussen die Haltestellen anfährt, den man aber

für jede Fahrt extra buchen muss.

BAXI | Neustadt an der Waldnaab

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

oepnv@neustadt.de

+49 (0) 96026379797

https://www.new-baxi.de/baxi

Wie das funktioniert erklären wir Ihnen im Folgenden:

- Wenn Sie zum ersten Mal eine Fahrt mit dem BAXI buchen, gehen Sie zuerst auf den Button "Registrierung". Bitte merken Sie sich die EMailadresse und das Passwort mit dem Sie sich registriert haben.
- Melden Sie sich nun mit Ihrer Emailadresse und Ihrem Passwort an.
- Bitte geben Sie das Datum, an dem Sie das BAXI benötigen ein
- Wählen Sie dann Ihren Abfahrtsort aus. Hier finden Sie eine Übersicht aller Haltestellen in den Landkreisen. Dies muss nicht immer eine Bushaltestelle sein. Achten Sie auf dieses Zeichen

- Jetzt geben Sie an, wohin Sie fahren möchten und um welche Uhrzeit.
- Nun werden Ihnen alle Verbindungen mit Abfahrtszeit und Ankunftszeit angezeigt.
- Wählen Sie nun die für Sie passende Fahrt aus und drücken Sie den Button "Buchen"

Wichtig: Sie müssen unbedingt pünktlich an der gebuchten Haltestelle stehen! Am besten 5 Minuten vor der Abfahrtszeit! Der Bus/das BAXI wartet nicht auf Sie!

LANDKREIS TIRSCHENREUTH
Landkreis Tirschenreuth

Buslinienplan im Landkreis Tirschenreuth

Da die Busse vor allem in den kleineren Orten im Landkreis hauptsächlich am Morgen und am Mittag fahren, gibt es im Landkreis das BAXI.
Das BAXI ist ein Anrufbus der zusätzlich zu den Bussen die Haltestellen anfährt, den man aber für jede Fahrt extra buchen muss.

BAXI | Tirschenreuth

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

+49 (0) 96317929899

https://www.fahrmit-tirschenreuth.de/baxi

Wie das funktioniert erklären wir Ihnen im Folgenden:

- Wenn Sie zum ersten Mal eine Fahrt mit dem BAXI buchen, gehen Sie zuerst auf den Button "Registrierung". Bitte merken Sie sich die EMailadresse und das Passwort mit dem Sie sich registriert haben.
- Melden Sie sich nun mit Ihrer Emailadresse und Ihrem Passwort an.
- Bitte geben Sie das Datum, an dem Sie das BAXI benötigen ein
- Wählen Sie dann Ihren Abfahrtsort aus. Hier finden Sie eine Übersicht aller Haltestellen in den Landkreisen. Dies muss nicht immer eine Bushaltestelle sein. Achten Sie auf dieses Zeichen

- Jetzt geben Sie an, wohin Sie fahren möchten und um welche Uhrzeit.
- Nun werden Ihnen alle Verbindungen mit Abfahrtszeit und Ankunftszeit angezeigt.
- Wählen Sie nun die für Sie passende Fahrt aus und drücken Sie den Button "Buchen"

Wichtig: Sie müssen unbedingt pünktlich an der gebuchten Haltestelle stehen! Am besten 5 Minuten vor der Abfahrtszeit! Der Bus/das BAXI wartet nicht auf Sie!

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Buslinienplan Weiden-Neustadt

Fahrrad

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

Wichtige Verkehrsregeln für Fahrradfahrer (Auswahl):

- Fahren Sie immer auf der rechten Fahrbahnseite
- Fahren Sie nicht nebeneinander, sondern hintereinander

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

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

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

Führerschein und Autofahren

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

Ist mein Führerschein in Deutschland gültig?

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

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

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

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

Wie schreibe ich meinen Führerschein um?

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

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

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

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

Wie kann ich einen deutschen Führerschein machen?

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

- Melden Sie sich bei einer Fahrschule an.
  Fahrschulen in Ihrer Nähe können Sie auf drivolino.de oder fahrschulen.de finden
- Nehmen Sie an einem Erste-Hilfe-Kurs teil
- Machen Sie einen Sehtest bei einem Optiker oder einem Augenarzt
  Der Sehtest kostet ca. 7 Euro. Einige Optiker bieten den Sehtest auch kostenlos an
- Lassen Sie ein biometrisches Passbild machen

Kann mir der Führerschein abgenommen werden?

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

- Bei einem Fahrverbot müssen Sie Ihren Führerschein für einige Monate bei der Bußgeldstelle abgeben.
  In dieser Zeit dürfen Sie nicht selbst fahren.
  Nach Ablauf der Frist können Sie Ihren Führerschein wieder abholen.

- Bei einem Entzug des Führerscheins verliert Ihr Führerschein seine Gültigkeit.
  Das bedeutet, dass Sie nicht mehr selbst fahren dürfen und für eine bestimmte Zeit (Sperrfrist) auch keinen neuen Führerschein machen dürfen.

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

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

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

Freizeit und Austausch

Büchereien

In einer Bücherei können Sie

- Bücher,
- CDs,
- DVDs,
- Zeitschriften

und vieles mehr ausleihen.

Es gibt diese Medien auch in verschiedenen Sprachen.

Zum Ausleihen brauchen Sie einen Bücherei-Ausweis.
Den bekommen Sie direkt in der Bücherei.
Dort können Sie auch in Ruhe lernen oder lesen.

Fragen Sie in der Bücherei nach, wenn Sie mehr wissen möchten.

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Stadtbibliothek Neustadt | Bücherei

Am Hofgarten 1, 92660 Neustadt an der Waldnaab

info@stadtbibliothek-neustadt.de

+49 (0) 9602918421

https://www.stadtbibliothek-neustadt.de/

Stadtbücherei Vohenstrauß | Bibliothek

Marktplatz 3, 92648 Vohenstrauß

info@buecherei.vohenstrauss.de

+49 (0) 9651922280

https://opac.winbiap.net/vohenstrauss/index.aspx

Stadtbibliothek Eschenbach | Bücherei

Karlsplatz 36, 92676 Eschenbach i.d.OPf.

info@bibliothek-eschenbach.de

+49 (0) 9645601345

https://www.eschenbach-opf.de/stadt-buerger/bildu...

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Stadtbücherei | Rathaus Tirschenreuth

Maximilianplatz 35, 95643 Tirschenreuth

info@stadtbuecherei-tirschenreuth.de

+49 (0) 96311215

https://www.stadt-tirschenreuth.de/leben-in-tirsc...

Bücherei | Rathaus Wiesau

Marktplatz 1, 95676 Wiesau

@buecherei@wiesau.de

+49 (0) 9634920026

https://www.wiesau.de/leben-in-wiesau/buecherei/

Stadtbücherei | Rathaus Kemnath

Stadtplatz 38, 95478 Kemnath

@buecherei-kemnath@web.de

+49 (0) 964270343330

https://www.kemnath.de/index.php?id=28

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Regionalbibliothek Weiden | Bücherei

Scheibenstraße 7, 92637 Weiden

@regionalbibliothek@weiden.de

+49 (0) 961814210

https://www.regionalbibliothek-weiden.de/kontakt/

Helferkreise

In vielen Gemeinden gibt es Helfer, die Ihnen helfen.
Diese Ehrenamtlichen unterstützen Sie in ihrer Freizeit und kostenlos:

- sich in Ihrer Umgebung zu orientieren

- an Freizeit- und Sportangeboten teilzunehmen
- beim Erlernen erster Deutschkenntnisse
- bei Fragen zum Alltag, wie z. B.
  - wenn Sie einen Brief auf Deutsch nicht verstehen
  - wenn Sie wissen möchten, wo Sie günstig einkaufen können
  - wenn Sie wissen möchten, wo Sie Sport machen können
  - wenn Sie wissen möchten, wie das Busfahren funktioniert
  - wenn Sie Fragen zu einem Bankkonto haben

Sie möchten wissen, wo es bei Ihnen Ehrenamtliche gibt?
Wenden Sie sich an unsere Integrationslotsen:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Marion Riebl-Schäffler | Integrationslotsin

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

mriebl-schaeffler@neustadt.de

+49 (0) 9602792607

https://www.neustadt.de/gesundheit-soziales/asyla...

Sebastian Kursawe | Integrationslotse

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

skursawe@neustadt.de

+49 (0) 9602792608

https://www.neustadt.de/gesundheit-soziales/asyla...

Landkreis Tirschenreuth

Sarah Matzke | Integrationslotsin

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

sarah.matzke@tirschenreuth.de

+49 (0) 963188705

+49 (0) 1721865097

https://www.kreis-tir.de/freiwilligenagentur

Olena Popova | Integrationslotsin

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

olena.popova@tirschenreuth.de

+49 (0) 1721518372

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Merhab Zarei | Integrationslotse

Oberer Markt 1, 92637 Weiden in der Oberpfalz

integrationslotse@diakonie-weiden.de

+49 (0) 15563278731

https://lotse.diakonieweiden.de/

Stefanie Wildenrother | Integrationslotsin

Oberer Markt 1, 92637 Weiden in der Oberpfalz

integrationslotse@diakonie-weiden.de

+49 (0) 15751197736

https://lotse.diakonieweiden.de/

Angebote für Senioren und Seniorinnen

Im Jahr 2020 lebten etwa 18.3 Millionen Menschen älter als 65 Jahre in Deutschland. Und diese Zahl wächst jedes Jahr. Sie machen mittlerweile mehr als 22 % der Gesamtbevölkerung aus. Ältere Menschen brauchen oft Pflege oder Hilfe im Haushalt. Je älter Menschen sind, desto wahrscheinlicher ist es, dass sie Hilfe brauchen. Einige wohnen auch alleine. Das bedeutet manchmal, dass ihre sozialen Kontakte weniger werden. Soziale Kontakte sind wichtig für die seelische Gesundheit.

Hier finden Sie Angebote für Senioren und Seniorinnen in Ihrer Region:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Bernd Lober | Seniorenbeauftragter

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

blober@grplus-nopf.de

+49 (0) 9602796310

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u...

Seniorenratgeber des Landkreises Neustadt an der Waldnaab

Informationsbroschüre zu folgenden Themen:

- Aktiv im Alter
- Wohnen im Alter
- Beratung und Hilfe
- Pflege und Vorsorge

Seniorenbüro Parkstein

Das Seniorenbüro Parkstein bietet und vermittelt Hilfe bei folgenden Themen:

- rund um Pflege- und Unterstützungsleistungenin
- der Freizeitgestaltung
- bei Hilfen im täglichen Leben
- bei Kontakt mit Behörden

und setzt sich unterstützend für bürgerliches Engagement ein.

Welche Angebote Ihre Gemeinde für Seniorinnen und Senioren anbietet, finden Sie auf deren Homepage.

Seniorenwohngemeinschaften

Hier findet man alles rund um Seniorenwohngemeinschaften, wie z.B.:

- Kosten
- Rechtliche Grundlagen
- wichtige Verträge

und Links zu Internetseiten für gute Wohn- und Pflegeadressen.

Bündnis für Familie Neustadt - Weiden

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Seniorenfachstelle

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

anja.dubrowski@tirschenreuth.de

+49 (0) 963188466

https://www.kreis-tir.de/seniorenfachstelle

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Seniorenfachstelle

Dr.-Pfleger-Straße 15, 92637 Weiden in der Oberpfalz

seniorenfachstelle@weiden.de

+49 (0) 961815158

https://www.weiden.de/familie/senioren/seniorenfa...

Vereine

In jeder Gemeinde im Landkreis gibt es die unterschiedlichsten Vereine. Hier können Sie sich

- einfacher in einem neuen Umfeld einleben und Kontakte knüpfen
- Menschen verstehen sich meist auch ohne gemeinsame Sprache beim Ausüben eines gemeinsamen Hobbies

außerdem

- Sport erleichtert eine gute und ungezwungene Kontaktaufnahme zu Einheimischen
- Die Regeln des Sports kennen keine Kultur- und Ländergrenzen

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Freizeitaktivitäten in der Region
Hier finden Sie Sport- und Freizeittipps, sowie Hallenbäder und Badeseen.

Landkreis Tirschenreuth

Vereine im Landkreis Tirschenreuth

Hier finden Sie eine Übersicht zu allen Vereinen im Landkreis Tirschenreuth.

Stadt Weiden

Vereine in der Stadt Weiden

Hier finden Sie eine Übersicht zu allen Vereinen in der Stadt Weiden.

Sprache

Sprachniveau und Zertifikate

Sie können einen Deutschkurs besuchen. Es gibt sechs Niveaustufen: A1, A2, B1, B2, C1 und C2. Sie beginnen mit A1. Sie haben in Ihrer Muttersprache C2. Die sechs Stufen bedeuten im Detail:

A1: Anfänger / Anfängerin
Sie können einfache Wörter und Sätze verstehen und verwenden.
Sie können sich und andere vorstellen.
Sie können Fragen zur Person stellen.
Sie können Fragen beantworten.
Eine Person spricht langsam und deutlich. Sie können sich mit ihr unterhalten.

A2: Grundlegende Kenntnisse
Sie können Sätze und häufig gebrauchte Wörter verstehen.
Sie können sich in einfachen, alltäglichen Situationen verständigen. Sie können Ihre Herkunft, Ausbildung und Umgebung beschreiben.

B1: Fortgeschrittene Sprachverwendung
Sie können viel verstehen. Sie können etwas über vertraute Themen und persönliche Interessen sagen. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse, Träume, Hoffnungen und Ziele sprechen. Sie können zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

B2: Selbstständige Sprachverwendung
Sie können die wichtigsten Inhalte von komplexen Texten zu konkreten und abstrakten Themen verstehen. Sie verstehen in Ihrem Spezialgebiet auch Fachdiskussionen.
Sie können sich spontan und fließend mündlich verständigen. Sie können einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage mit Vor- und Nachteilen begründen.

C1: Fachkundige Sprachkenntnisse
Sie können viel von anspruchsvollen, längeren Texten verstehen. Sie erfassen auch implizite Bedeutungen.
Sie können sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern.

C2: (Annähernd) Muttersprachliche Kenntnisse
Sie können praktisch alles, was Sie lesen oder hören, mühelos verstehen.
Sie können Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen. Sie können Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Sie können sich spontan, sehr flüssig, genau und nuanciert ausdrücken.

Sprachkurse

Erstorientierungskurse

Erstorientierungskurse für Asylsuchende mit unklarer Bleibeperspektive

Die Erstorientierungskurse sind Deutschkurse für Asylbewerber, die erst kurze Zeit in Deutschland sind. In den Kursen lernen Sie grundlegendes Deutsch und bekommen wichtige Inofrmationen über das Leben in Deutschland. Das hilft Ihnen, sich im Alltag besser zurechtzufinden.
Ein Kurs umfasst 300 Unterrichtseinheiten mit jeweils 45 Minuten.
In den Kursen erfahren Sie Nützliches zu folgenden Themen:

- Gesundheit/Medizinische Versorgung

- Arbeit
- Kindergarten und Schule
- Wohnen
- Orientierung vor Ort
- Verkehr und Mobilität

Im Kurs steht das Sprechen im Vordergrund.
Die Teilnehmer sollen so schnell wie möglich lernen, sich im Alltag zurechtzufinden.
Außerdem geht es darum, wichtige Werte zu vermitteln.

- Die Kurse sind vor allem für die Asylbewerber gedacht, deren Bleibestatus unklar ist.
- Wenn es freie Plätze gibt, dürfen aber auch anerkannte Asylbewerber, Geduldete und Asylbewerber mit guter Bleibeperspektive teilnehmen
- Wer schulpflichtig ist, darf nicht teilnehmen
- Sollten Sie während der Teilnahme am Erstorientierungskurs Zugang zu einem Integrationskurs bekommen, können Sie in diesen wechseln
- Die Menschen in den Kursen haben eine ganz unterschiedliche Vorbildung Analphabeten können die Kurse ebenso besuchen wie Akademiker
- Die Erstorientierungskurse sind kostenfrei

Die Kurssprache ist Deutsch; im Kurs sind keine Dolmetscher anwesend.

Integrationskurse

Was ist ein Integrations-Kurs?

In einem Integrations-Kurs lernen Menschen Deutsch.
Ein Integrations-Kurs hat zwei Teile:
- Deutsch-Kurs über 600 Unterrichtsstunden bis zum Sprachniveau B1
- Orientierungs-Kurs über 100 Unterrichtsstunden

Der Integrations-Kurs endet mit zwei Prüfungen:
- Deutsch-Test für Zuwanderer
- Leben in Deutschland

Sie bestehen beide Prüfungen:
- Sie bekommen das Zertifikat des Integrations-Kurses.

Wer kann einen Integrations-Kurs machen?

Sie sind:
- Migrant mit einer Aufenthalts-Erlaubnis für Deutschland
- EU-Bürger und wohnen in Deutschland
- Asyl-Bewerber mit guter Bleibe-Perspektive
- anerkannter Flüchtling oder sie haben subsidiären Schutz

⇒ Dann können Sie einen Integrations-Kurs machen
Weitere Informationen in mehreren Sprachen finden Sie hier: BAMF

WICHTIG: Integrations-Kurse sind nicht für Kinder und Jugendliche.

Diese müssen in die Schule gehen.

Was kostet der Deutsch-Kurs?

- Teilnehmende ohne Zulassung durch das BAMF (Selbst-Zahler):
458 Euro pro Monat
- Teilnehmende mit Zulassung durch das BAMF (ohne Kosten-Befreiung):
229 Euro pro Monat
- Teilnehmende mit Zulassung und Kosten-Übernahme durch das BAMF:
0 Euro
⇒ Müssen Sie zahlen? Fragen Sie Ihren Deutsch-Kurs-Träger

Berufssprachkurse (DeuFöV)

In diesem Kurs lernen Sie besser Deutsch zu sprechen.
Die Kurse sollen Ihren Wortschatz verbessern.
Sie lernen berufsbezogene Worte.
Sie sind bereits berufstätig? Sie machen noch eine Ausbildung? Sie wollen bald anfangen zu arbeiten?
Dann besuchen Sie diesen Kurs.
Am besten haben Sie vorher bereits einen Integrationskurs besucht.

Am Ende des Kurses können Sie Deutsch auf das von Ihnen angestrebte Niveau erreichen.
Jeder dieser Kurse schließt mit einer Prüfung ab, in der Sie ein Zertifikat erhalten können.
Neben den Basiskursen gibt es verschiedene Spezialkurse mit unterschiedlichen Schwerpunkten.

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

💡Teilnahmevoraussetzung ist ein Sprachniveau von unter A2 und alle Integrationskursstunden sind ausgeschöpft bzw. es ist keine Teilnahme am Integrationskurs mehr möglich.

Online Sprachkurse und Online Studium

Online Sprachkurse

Sie können über Ihr Smartphone oder am Computer Deutsch lernen (auch kostenlos).
Nutzen Sie die tollen Angebote, um schnell Deutsch zu lernen und die Wartezeit für einen Sprachkurs sinnvoll zu nutzen.
Auch während eines Sprachkurses können diese Angebote sinnvoll sein.
Mehr Informationen zu den Sprachniveaus (A1-C2) finden Sie hier.

Wie gut ist mein Deutsch?

Testen Sie Ihre Deutschsprachkenntnisse: Testen Sie Ihr Deutsch

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

Learngerman.dw: Hier finden Sie online-Kurse und Angebote zum Deutschlernen mit Nachrichten oder Musik von Niveaustufe A1 bis C1.

Deutsch üben: Hier finden Sie Filme und Übungen, Spiele und Apps zum Deutsch Üben.

Babadada: Ein großes online Bilder-Wörterbuch

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

Serlo ABC: Eine kostenlose App zur Alphabetisierung zum Selbststudium oder als Ergänzung zum Sprachkurs. Die App ist als Lehrwerk für Integrationskurse zugelassen.

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

Deutsch-Uni Online (DUO): Sprachlernprogramme für A1 bis C2.

„Die Stadt der Wörter“: App und Website zum spielerischen Wortschatzlernen ohne Vorkenntnisse auf Deutsch, Englisch, Französisch und weiteren Sprachen.

Einstufungstest Sprache: onSET-online Spracheinstufungstest für Flüchtlinge und zur sprachlichen Einordnung für Haupt- und Ehrenamtliche.

Online Studium

Viele Geflüchtete und Asylsuchende wollen eine Universität besuchen.
Aber es ist schwer für sie.
Denn sie müssen viel Geld für die Universität bezahlen.
Und sie brauchen oft gute Zeugnisse und Papiere.

- Kiron Higher Education bietet eine gute Lösung an:
- Die Studiengebühren sind für die Geflüchteten und Asylsuchenden nicht wichtig.
- Sie brauchen keine guten Zeugnisse und Papiere.
- Die Universität bietet Plätze an: für alle Menschen.
- Die ersten 2 Jahre geht es online zur Uni.
- Sie können die Kurse auf Englisch sehen.
- Sie können auch Untertitel in jeder Sprache einfügen.
- Im dritten Jahr geht es dann zur Uni vor Ort.
- Sie können Deutsch lernen während des Studiums.
- Sie bekommen auch andere Hilfen und Beratungen.

Deutsch lernen ohne Kurs

Sprachcafés

Auch in sogenannten Sprachcafés (oder Sprachtreffs) gibt es viele Freiwillige, die Sie beim Deutschlernen unterstützen.
In den Sprachcafés können Sie sich mit anderen Leuten treffen und mit ihnen Deutsch sprechen.
So üben Sie Ihr Deutsch und lernen neue Wörter.
Und finden nebenbei vielleicht noch neue Freunde.
In den Sprachcafés ist es egal, ob Sie Vorkenntnisse haben oder nicht.

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Kulturcafé Vielfalt | Neustadt

Vogelherd 2, 92660 Neustadt a. d. Waldnaab

https://www.instagram.com/kulturcafe_vielfalt/

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

Landkreis Tirschenreuth

Familien-und Bürgerzentrum Mittendrin

Stadtplatz 38, 95478 Kemnath

team@mittendrin-kemnath.de

+49 (0) 964270343320

http://www.mittendrin-kemnath.de/

Montag - Freitag von 8.30 - 12.30 Uhr und Mittwochnachmittag von 14.30 - 17.30 Uhr

Stadt Weiden

Café Farbenfroh | Sprachcafé

Pfarrplatz 6, 92637 Weiden

https://www.weiden-stmichael.de/cafe-farbenfroh-0

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

Bibliotheken

In den öffentlichen Bibliotheken finden Sie viele Wörterbücher und Lernmaterialien zum Deutsch lernen.
Außerdem können Sie dort in Ruhe lernen und meistens auch das WLAN nutzen.

Sprachkursträger

Um in Deutschland eine Arbeit zu finden und generell zurechtzukommen, müssen Sie Deutsch lernen.
Hier finden Sie Möglichkeiten und Anlaufstellen für entsprechende Sprachkurse.
Es gibt verschiedene Möglichkeiten, um Deutsch zu lernen.
Der Aufenthaltsstatus hat einen Einfluss darauf, welche Möglichkeit Sie wählen können.
Solange Sie selbst noch nicht gut genug Deutsch können, brauchen Sie Hilfe.
Auch dafür finden Sie hier Ansprechpersonen.

Hier finden Sie alle Anbieter von Sprachkursen für die jeweiligen Kommunen:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

VHS Weiden-Neustadt | Sprachkurse

Luitpoldstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

info@vhs-weiden-neustadt.de

+49 (0) 96148178

https://www.vhs-weiden-neustadt.de/p/497-CAT-KAT36

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Volkshochschule | Erwachsenenbildung

St.-Peter-Straße 33, 95643 Tirschenreuth

vhs@tirschenreuth.de

+49 (0) 963188205

https://vhs.kreis-tir.de/

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

VHS Weiden-Neustadt | Sprachkurse

Luitpoldstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

info@vhs-weiden-neustadt.de

+49 (0) 96148178

https://www.vhs-weiden-neustadt.de/p/497-CAT-KAT36

Kolping Weiden | Sprachkurse

Robert-Bosch-Straße 5, 92637 Weiden

weiden@kolping-ostbayern.de

+49 (0) 9613900523

https://www.kolping-ostbayern.de/

bfz Weiden | Sprachkurse

Stockerhutweg 46 a, 92637 Weiden

weiden@bfz.de

+49 (0) 9613894811

https://www.bfz.de/weiden

GSI Weiden | Sprachkurse

Bahnhofstraße 19, 92637 Weiden

info@gsi-schulungen.de

+49 (0) 961470540

https://gsi-schulungen.de/

(Kultur-)Dolmetscher

Dolmetscher oder Dolmetscherin finden

Sie sprechen noch nicht so gut Deutsch? Sie müssen zu einer Behörde oder zu einem Arzt oder einer Ärztin?
Dann brauchen Sie einen Dolmetscher oder eine Dolmetscherin.
Diese Person kann Ihnen helfen, besser zu verstehen, was gesagt wird.
Auch bei Elternabenden in der Schule oder im Kindergarten kann ein Dolmetscher hilfreich sein.

Behörden und Einrichtungen

Manche haben eigene Dolmetscher. Fragen Sie, ob ein Dolmetscher kostenfrei verfügbar ist.

Offizielle Dokumente

Zeugnisse, Heirats- und Geburtsurkunden müssen Sie von staatlich geprüften Übersetzern übersetzen lassen. Das kann teuer sein. Prüfen Sie vorher, ob Sie wirklich eine beglaubigte Übersetzung brauchen und vergleichen Sie die Preise.

Ehrenamtlicher Dolmetscher oder Dolmetscherin werden

Sie sprechen gut Deutsch und eine andere Sprache (zum Beispiel: Arabisch, Kurdisch, Dari, Tigrinya, Englisch, Französisch)?
Sie wollen anderen Menschen damit helfen?
Sie zu Behörden, Ärzten oder anderen Terminen begleiten?
Melden Sie sich gerne bei uns!

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Marion Riebl-Schäffler | Integrationslotsin

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

mriebl-schaeffler@neustadt.de

+49 (0) 9602792607

https://www.neustadt.de/gesundheit-soziales/asyla...

Sebastian Kursawe | Integrationslotse

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

skursawe@neustadt.de

+49 (0) 9602792608

https://www.neustadt.de/gesundheit-soziales/asyla...

Landkreis Tirschenreuth

Sarah Matzke | Integrationslotsin

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

sarah.matzke@tirschenreuth.de

+49 (0) 963188705

+49 (0) 1721865097

https://www.kreis-tir.de/freiwilligenagentur

Olena Popova | Integrationslotsin

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

@olena.popova@tirschenreuth.de

+49 (0) 1721518372

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Merhab Zarei | Integrationslotse

Oberer Markt 1, 92637 Weiden in der Oberpfalz

@integrationslotse@diakonie-weiden.de

+49 (0) 15563278731

https://lotse.diakonieweiden.de/

Stefanie Wildenrother | Integrationslotsin

Oberer Markt 1, 92637 Weiden in der Oberpfalz

@integrationslotse@diakonie-weiden.de

+49 (0) 15751197736

https://lotse.diakonieweiden.de/

Kulturdolmetscher

Kulturdolmetscher sind Menschen mit eigener Migrationserfahrung. Sie sind speziell ausgebildet, um in Gesprächen sprachlich und kulturell zu vermitteln.
Das heißt: Sie übersetzen und sorgen dafür, dass kulturelle Missverständnisse vermieden werden.

Möchten Sie als Kulturdolmetscher helfen?

Der nächste Kurs findet 2026 statt.

Nähere Informationen erhalten Sie hier

Schule, Ausbildung, Studium

Schule

WICHTIG: In Deutschland müssen alle Kinder in die Schule gehen!

In Deutschland gibt es eine gesetzliche Schulpflicht.
Die Dauer der Schulpflicht beträgt zwölf Jahre.
Neun Jahre muss das Kind Vollzeit in die Schule gehen.
Drei Jahre kann es hinterher auch nur teilweise in die Schule gehen.
Ihr Kind möchte die ganze Zeit eine Vollzeitschule besuchen?
Dann kann es das auch für 12 Jahre tun.

Welche Schulen gibt es?

Grundschulen

In Grundschulen gehen kleine Kinder von der 1. bis zur 4. Klasse.
Je nach Noten besuchen die Kinder danach diese Schulen:

Mittelschulen

In Mittelschulen gehen Kinder ab der 5. Klasse normal bis zur 9. Klasse.
Nach der Schule beginnt man eine Berufsausbildung oder geht auf eine andere Schule.

Realschulen

In Realschulen gehen Kinder ab der 5. Klasse normal bis zur 10. Klasse.
Nach der Schule beginnt man eine Ausbildung oder geht auf eine andere Schule.

Gymnasien

In Gymnasien gehen Kinder ab der 5. Klasse normal bis zur 13. Klasse.
Nach der Schule kann man studieren.

Förderschulen

In Förderschulen gehen Kinder, die sehr schwer lernen oder eine Behinderung haben.

⇒ Hier finden Sie weitere Infos zum Schul-System in Bayern.

Auf der Realschule und am Gymnasium muss man gut Deutsch können.
Sprechen Ihre Kinder gut Deutsch und haben gute Noten?
Frage Sie in Ihrer Mittelschule nach.
Sie kann Sie an eine Realschule oder ein Gymnasium empfehlen.

Wie melde ich meine Kinder an der Schule an?

Sie haben die richtige Schule gefunden.
Rufen Sie die Schule an und machen einen Termin.
Sagen Sie: "Ich will meine Kinder in der Schule anmelden."

Das müssen Sie zur Anmeldung mitbringen:

- Pass oder ID-Karte der Kinder (falls vorhanden).
- Ihren Pass oder ID-Karte.
- Meldebescheinigung der Stadt.
- Geburtsurkunde Ihrer Kinder.
  WICHTIG: Machen Sie die Anmeldung schnell.
  Am Besten gleich, nachdem Sie Ihre Kinder bei der Gemeinde angemeldet haben!

Schulen im Landkreis Neustadt

Suchen Sie nach eine Schule im Landkreis Neustadt? Hier finden Sie mehr Infos:

Grundschulen

Mittelschulen

Realschulen

Wirtschaftsschulen

Gymnasien

Förderschulen

Schulen im Landkreis Tirschenreuth

Suchen Sie nach einer Schule im Landkreis Tirschenreuth?
Hier finden Sie alle weitere Infos:

Grundschulen und Mittelschulen

Realschule im Stiftland

Realschule am Tor zur Oberpfalz

Stiftlandgymnasium

BSZ Wiesau

Landwirtschaftsschule

SFZ Immenreuth

SFZ Tirschenreuth

Schulen in Weiden

Eine Übersicht zu sämtlichen Schulen in Weiden, finden sie hier:

Schulen in Weiden

Information zu Ausbildung, Arbeit und Studium

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

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

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

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

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

Ausbildung (dual und vollschulisch)

Sie möchten arbeiten gehen? Dann ist es für Sie von Vorteil, wenn Sie einen Berufsabschluss haben.
Menschen mit Berufsabschluss verdienen im Laufe ihres Lebens durchschnittlich mehr Geld.
Sie werden seltener arbeitslos. Sie haben seltener befristete Arbeitsverträge.

Duale Ausbildung

Eine Besonderheit in Deutschland ist die duale Ausbildung.
Sie arbeiten in einem Betrieb.
Gleichzeitig gehen Sie zur Schule.
So lernen Sie Theorie und Praxis.
Zwei Drittel Ihrer Zeit arbeiten Sie.
Ein Drittel Ihrer Zeit verbringen Sie in der Schule.

Eine Ausbildung dauert 3 Jahre. Je nach Beruf auch etwas länger.
Wenn Sie ein Abitur haben, können Sie die Ausbildung schneller machen.

Je nachdem, welche Art von Beruf Sie in einer dualen Ausbildung erlernen möchten, wenden Sie sich an die passende Stelle:

Handwerkskammer (HWK)

Für handwerkliche Berufe ist die Handwerkskammer (HWK) zuständig. Hier geht es um Berufe wie Bäcker, Maurer oder Maler.

Handwerkskammer Weiden | Ausbildung

Ditthornstraße 10, 93055 Regensburg

info@hwkno.de

+49 (0) 94179650

https://www.hwkno.de/artikel/startseite-bildungsz...

Industrie- und Handelskammer (IHK)

Für Berufe in der industriellen Fertigung, in Handel und Dienstleistungen ist die Industrie- und Handelskammer (IHK) zuständig. Hier geht es also zum Beispiel um Anlagenmechaniker oder Kaufmann im Groß- und Außenhandel.

IHK Regensburg für Oberpfalz/Kehlheim

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

info@regensburg.ihk.de

+49 (0) 94156940

https://www.ihk.de/regensburg/hauptnavigation/reg...

Bundesagentur für Arbeit - Berufsberatung

Die Berufsberatung hilft bei einer Vielzahl von Angeboten, zum Beispiel dabei, einen passenden Beruf zu finden, eine Ausbildungsstelle zu finden, Fragen zur Bewerbung zu klären und vieles mehr.

Ausbildungsaquisiteure

Ausbildungsaquisiteure unterstützen Sie bei der Suche nach einem Ausbildungsplatz.

Olga Nägler | Ausbildungsakquisiteurin

Ditthornstraße 10, 93055 Regensburg

olga.naegler@hwkno.de

+49 (0) 9417965228

https://www.hwkno.de/kontakte/olga-naegler-76,0,d...

Evelyn Hönig | Ausbildungsakquise

Stockerhutweg 46 a, 92637 Weiden

evelyn.hoenig@bfz.de

+49 (0) 9613894819

https://www.bfz.de/kurs/eca-90744/ausbildungsakqu...

Fatma Falfoul - ZRB Weiden | Ausbildungsakquise

Luitpoldstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

fatma.falfoul@zrb-weiden.de

+49 (0) 9614817825

https://www.zrb-weiden.de/ueber-uns-1/projekte/au...

Vollschulische Ausbildung an der Berufsschule

Es gibt in Deutschland auch eine vollschulische Ausbildung an einer Berufsfachschule.
Die Berufsfachschule vermittelt außerhalb des dualen Ausbildungssystems (ohne Lehrstelle im Betrieb) eine abgeschlossene Berufsausbildung in Theorie und Praxis.
Sie dauert in der Regel zwei bis dreieinhalb Jahre.
Der Unterricht findet in Vollzeit statt.
Er umfasst neben den berufsbezogenen Fächern auch allgemeinbildende Fächer.
Die Berufsfachschulen unterscheiden sich in ihren Ausbildungsrichtungen, Aufnahmebedingungen, Ausbildungsdauer und weiterführenden Bildungsmöglichkeiten stark.
Sprechen Sie daher mit der Schule, für die Sie sich interessieren.

BSZ-NEW | Berufsschule

Josef-Blau-Straße 17, 92660 Neustadt an der Waldnaab

poststelle@bsznew.de

+49 (0) 9602944030

https://www.bsznew.de/

Landwirtschaftsschule Weiden

Beethovenstr. 9, 92637 Weiden in der Oberpfalz

poststelle@aelf-tw.bayern.de

+49 (0) 96130070

https://www.aelf-tw.bayern.de/index.php

Private Berufsschule des St. Michaels-Werk Grafenwöhr e.V.

Ludwig-Schmidt-Straße 9, 92665 Grafenwöhr

info@st-michaelswerk.de

+49 (0) 964192410

https://www.st-michaelswerk.de/

Berufsschule

Sie sind über 15 Jahre alt?
Sie besuchen keine allgemeinbildende Schule mehr?
Dann haben Sie bei der beruflichen Schule viele Möglichkeiten.
Sie können sich auf den Beruf vorbereiten. Sie können einen allgemeinen Schulabschluss machen.
Bis 18 Jahre müssen Menschen in Deutschland eine Schule besuchen (Schulpflicht)!

An beruflichen Schulen gibt es folgende Schularten:

Berufseinstiegsjahr (BEJ) und Berufsvorbereitungsjahr (BVJ):

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

Berufsintegrations(vor)klasse:

Ziele der Berufsintegrationsklassen (BIK-DaZ) sind die Verbesserung der deutschen Sprachkompetenz, der Übergang in andere Bildungsgänge sowie eine erste Berufs- und Ausbildungsorientierung.

Berufsschule:

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

Berufsfachschule:

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

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

Fachschule:

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

- Technik
- Wirtschaft
- Sozialwesen
- Agrarwirtschaft
- Gestaltung

Berufsoberschule:

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

- Technische Oberschule
- Wirtschaftsoberschule
- Oberschule für Sozialwesen

Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Ihr beruflicher Abschluss aus dem Ausland kann in Deutschland anerkannt werden. So haben Sie in Deutschland bessere Chancen auf einen Job. Sie haben im Ausland einen staatlich anerkannten Abschluss von mindestens einem Jahr Dauer gemacht? Dann ist dieses Verfahren für Sie offen.

Je nach Beruf sind andere Stellen zuständig. Sie können sich vorher über das Verfahren und die Antragstellung beraten lassen.

Weitere Infos finden Sie hier:

Andreas Dick | Anerkennungsberatung

Donaustaufer Straße 115, 93059 Regensburg

andreas.dick@bfz.de

+49 (0) 9414020460

https://www.bfz.de/beratung-berufsanerkennung-in-...

Stephanie Meierhöfer | Jobbegleiter

Luitpoldstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

stephanie.meierhoefer@zrb-weiden.de

+49 (0) 9614817872

https://www.zrb-weiden.de/ueber-uns-1/projekte/jo...

Studium

Studium an einer Hochschule

Allgemeine Informationen

In Deutschland gibt es viele Studiengänge und verschiedene Arten von Hochschulen:

- Universitäten: wissenschaftlich orientiert
- Fachhochschulen: praxisorientiert
- Duale Hochschulen: mit viel praktischer Arbeit
- Kunst-, Film- und Musikhochschulen: für künstlerische Fächer

Es gibt staatliche Hochschulen und private Hochschulen.
Private Hochschulen verlangen hohe Gebühren. Das heißt aber nicht, dass sie immer besser sind.

Hilfreiche Internetseiten:

Hochschulkompass

Study in Germany

Agentur für Arbeit

Deutscher Akademischer Austauschdienst

Studium in der Nordoberpfalz

In Weiden gibt es einen Standort der Ostbayrischen Technischen Hochschule Amberg-Weiden. Die Hochschule bietet vor allem Wirtschaftliche und Terchnische Studiengänge an.

Alle Informationen finden Sie unter folgendem Link:

Homepage der OTH Amberg Weiden

Voraussetzungen

Sie möchten in Deutschland studieren?
Dann benötigen Sie eine Berechtigung zum Zugang für eine Hochschule.
Das kann das Abitur oder die Fachhochschulreife sein.
Sie haben das Abitur in Ihrem Heimatland gemacht?
Dann können Sie prüfen lassen, ob Sie damit in Deutschland studieren können.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website Anabin.
Ebenso beim Deutschen Akademischen Austauschdienst DAAD.

Wenn Sie in Deutschland studieren möchten, müssen Sie auch nachweisen, dass Sie gute Deutschkenntnisse auf dem Niveau C1 haben. Das können Sie durch Tests wie:

- "Deutsch als Fremdsprache"
- Deutsche Sprachprüfung für den Zugang zu einer Hochschule
- telc Deutsch C1 Hochschule.

Es gibt auch die Möglichkeit, Förderung durch die Bildungsberatung Garantiefonds Hochschule zu bekommen.
Manche Hochschulen bieten Vorbereitungskurse an, in denen Sie auch Deutsch lernen.

Informieren Sie sich direkt an der Hochschule, an der Sie studieren möchten. Dort gibt es Beratungsangebote. Beachten Sie auch die Bewerbungsfristen. Späte Bewerbungen werden nicht akzeptiert.

Keine Hochschulzugangsberechtigung

Sie haben einen Schulabschluss, der Ihnen im Heimatland ein Studium erlaubt, aber nicht in Deutschland?
Sie können an einem Studienkolleg teilnehmen. Diese bereiten ausländische Studierende auf ein Studium in Deutschland vor.

In Bayern gibt es zwei Studienkollegs:

Studienkolleg München

Studienkolleg Coburg

Finanzierung und Stipendium

In Deutschland können Studierende finanzielle Unterstützung bekommen.
Das geht über das Bundes-Ausbildungs-Förderungs-Gesetz (kurz: BAföG).

BAföG

Das Amt zahlt das BAföG monatlich aus. Im besten Fall erhalten Sie während des gesamten Studiums Geld.
Die monatliche Höhe des BAföG kann zwischen 475 und 992 Euro liegen.
Sie müssen die Hälfte der BAföG-Summe nach dem Studium zurückzahlen.
Die genauen Bedingungen für BAföG ändern sich regelmäßig.
Sie finden genaue Informationen unter folgendem Link: Webseite BAföG für Geflüchtete und Migranten

Stipendien

- Kein Rückzahlen: Stipendien müssen Sie meist nicht zurückzahlen.
- Bedingungen: Gute Noten und ehrenamtliches Engagement sind wichtig.
- Zusätzliches Geld: Oft gibt es extra „Büchergeld“ von bis zu 300 € pro Monat.

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

Friedrich-Ebert-Stiftung (FES) - Scholarships for Refugees

Böckler-Aktion Bildung der Hans-Böckler-Stiftung

Konrad-Adenauer-Stiftung (KAS) - Scholarships for Refugees

Villigst - Unser Stipendium für Geflüchtete

Brot für die Welt - Flüchtlingsstipendienprogramm

Deutschlandstipendium: Stipendiat werden

Arbeit

Arbeit finden

Arbeitsmarktzugang

Regelungen zum Arbeitsmarktzugang

Sie kommen aus der EU?

Sie wohnen nun in Deutschland?
Und Sie möchten arbeiten? Dann können Sie das ohne Probleme tun.
Als EU-Bürger oder -Bürgerin darf jeder und jede in Deutschland arbeiten. Ohne Einschränkungen.

Sie sind nach Deutschland geflüchtet?

Dann ist ihr Aufenthaltsstatus wichtig.
Er entscheidet, ob Sie arbeiten dürfen.
Was auf Sie zutrifft, erklären wir im Folgenden.
Außerdem finden Sie weiter unten entsprechende Beratungsstellen.

Asylsuchende mit Ankunftsnachweis oder Aufenthaltsgestattung:

Sie leben in einer Einrichtung zur Erstaufnahme (EAE)?
Oder in einem AnkER-Zentrum? Dann dürfen Sie 6 Monate lang gar nicht arbeiten.
Nach 6 Monaten dürfen Sie normalerweise arbeiten. Das entscheidet aber immer die Ausländerbehörde.
Sie müssen also bei der Ausländerbehörde einen Antrag stellen. Es gibt bestimmte Regeln, die Sie beachten müssen.

Damit die Behörde entscheiden kann, müssen Sie folgende Voraussetzungen beachten:

Asylsuchende Menschen mit Ankunftsnachweis oder Aufenthaltsgestattung in AnkER oder EAE:

- 6 Monate Arbeitsverbot
- Nach 6 Monaten haben Sie Anspruch darauf, arbeiten zu dürfen.
  Dafür dürfen Sie nicht aus einem sicheren Herkunftsstaat kommen.
  Oder Ihr Asylantrag muss vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) offensichtlich unbegründet abgelehnt worden sein.
- Die Vorrangprüfung entfällt. Die Bundesagentur für Arbeit prüft jedoch die Arbeitsbedingungen.

Asylsuchende Menschen mit Ankunftsnachweis oder Aufenthaltsgestattung außerhalb AnkER oder EAE:

- 3 Monate Arbeitsverbot
- Sie kommen nicht aus sicheren Herkunftsstaaten?
  Sie haben Ihren Antrag auf Asyl nach dem 31.08.2015 gestellt? Oder Ihr Antrag aus Asyl wurde unbegründet abgelehnt? Dann haben Sie nach 6 Monaten das Recht darauf, arbeiten zu dürfen.
- Die Vorrangprüfung entfällt. Die Bundesagentur für Arbeit prüft jedoch die Arbeitsbedingungen.

Geduldete Menschen:

Es entscheidet immer die Ausländerbehörde, ob Sie arbeiten dürfen.
Sie müssen also bei der Ausländerbehörde einen Antrag stellen.
Die Ausländerbehörde kann Ihnen ein generelles Arbeitsverbot verhängen.
Es gibt bestimmte Regeln, die Sie beachten müssen.

Geduldete Menschen in AnkER:

- Sie kommen nicht aus einem sicheren Herkunftsstaat? Sie haben Ihren Antrag auf Asyl nach dem 31.08.2015 gestellt? Ihre Duldung dauert schon 6 Monate an? Dann entscheidet die Ausländerbehörde, ob Sie arbeiten dürfen.
- Personen mit einer Duldung wegen ungeklärter Identität (§ 60b AufenthG) haben immer Arbeitsverbot.
- Die Vorrangprüfung entfällt. Die Bundesagentur für Arbeit prüft jedoch die Arbeitsbedingungen.

Geduldete Menschen ausserhalb AnkER:

- 3 Monate Arbeitsverbot
- Sie kommen nicht aus einem sicheren Herkunftsstaat?
  Sie haben Ihren Antrag auf Asyl nach dem 31.08.2015 gestellt? Ihre Duldung dauert schon 3 Monate an?
  Dann entscheidet die Ausländerbehörde, ob Sie arbeiten dürfen.
- Personen mit einer Duldung wegen ungeklärter Identität (§ 60b AufenthG) haben immer Arbeitsverbot
- Die Vorrangprüfung entfällt. Die Bundesagentur für Arbeit prüft jedoch die Arbeitsbedingungen.

Geflüchtete mit Aufenthaltserlaubnis:

Wenn Sie durch das BAMF als asylberechtigte, geflüchtete oder subsidiär schutzberechtigte Person anerkannt worden sind, erteilt Ihnen die Ausländerbehörde eine Aufenthaltserlaubnis. Diese berechtigt Sie zur Ausübung jeder Erwerbstätigkeit und gewährt Ihnen damit auch vollen Zugang zum Arbeitsmarkt.

Für selbstständige Erwerbstätigkeit gelten andere Regeln! Voraussetzung für die oben genannten Anträge ist IMMER ein konkretes Arbeitsplatzangebot.

Arbeitsvertrag

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

Vertragsarten:

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

Befristeter Arbeitsvertrag
Das Arbeitsverhältnis endet zum vereinbarten Zeitpunkt, ohne dass es einer Kündigung bedarf.

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

Normalerweise wird bei jedem Arbeitsvertrag eine Probezeit vereinbart.
Je nach Vertrag beträgt diese in der Regel zwischen 6 Wochen und 6 Monaten.

Arbeitsrecht:

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

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

Steuern und Sozialabgaben:

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

Steuerliche Identifikationsnummer:

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

Sozialversicherungsnummer:

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

Illegale Arbeit:

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

Bewerbungen und Vorstellungsgespräche

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

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

Eine Bewerbung besteht meistens aus drei Teilen:

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

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

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

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

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

E-Mail: Viele Bewerbungen werden mittlerweile per E-Mail verschickt. Fügen Sie Ihr Anschreiben, Ihren Lebenslauf und Ihre Zeugnisse zu einer PDF-Datei zusammen und schicken Sie diese im Anhang der E-Mail mit. Schreiben Sie in der E-Mail noch einen kurzen Text an die Person, die Ihre Bewerbung bekommt.

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

Hilfreiche Tipps für die Bewerbung finden Sie bei Planet Beruf.

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

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

Informationen und Vorlagen für Anschreiben finden sie unter: Bewerbung2go, BewerbungsWissen, Karrierebibel

Sprachübungen

Auf dem VHS-Lernportal "Ich will Deutsch lernen" und der Seite des Goethe-Instituts "Deutsch für dich" finden Sie Übungen zum Thema Bewerbung und der Berufswelt allgemein.

Dadurch lernen Sie etwas über die Arbeitswelt und verbessern Ihre Deutschkenntnisse.

Arbeit finden - Beratung und Hilfe

Es gibt viele Möglichkeiten, einen Arbeitsplatz zu finden. In großen Zeitungen und im Internet gibt es viele Stellenanzeigen.

Die Plattform Jobsuche der Bundesagentur für Arbeit hat Jobs in ganz Deutschland.

Dort finden Sie direkt eine Suchmaske:

"Sie suchen":

- Für eine Stelle als Fachkraft oder Führungskraft brauchen Sie ein abgeschlossenes Studium oder eine abgeschlossene Ausbildung.
Viel Berufserfahrung geht manchmal aber auch. Oftmals müssen Sie die deutsche Sprache sehr gut beherrschen.
- Als Helfer kann man auch mit guten Deutschkenntnissen und ohne Abschluss eine Arbeit finden.
- Sie können auch nach einem Praktikum oder einer Ausbildung suchen.

"Suchbegriffe":

Hier können Sie angeben, in welchem Beruf Sie arbeiten möchten.

"Arbeitsort":

Tragen Sie hier ein, in welchem Ort Sie arbeiten möchten.

Minijob/Nebenjob

Sie können auch nach einem Minijob oder Nebenjob suchen.
Sie arbeiten dann nur einige Stunden in der Woche. Im Monat verdienen Sie nicht mehr als 520 Euro.
Achtung: Auch ein Minijob muss dem Jobcenter oder dem Sozialamt mitgeteilt werden!

Ihre wichtigsten Ansprechpartner rund um das Thema Arbeit sind die Agentur für Arbeit und das Jobcenter. Beachten Sie die unterschiedlichen Zuständigkeiten!

Jobcenter: zuständig für anerkannte Flüchtlinge (d.h. Asylverfahren ist positiv abgeschlossen)

Agentur für Arbeit: zuständig für nicht anerkannte Asylbewerber (d.h. Asylverfahren läuft noch (Gestattung) oder Asylantrag wurde abgelehnt (Duldung))

Ihnen wird ein persönlicher Ansprechpartner zugewiesen.
Bitte wenden Sie sich mit Fragen an Ihren zuständigen Ansprechpartner.
Für ein persönliches Gespräch müssen Sie einen Termin vereinbaren.

Beratungsstelle "Faire Integration"

Hier bekommen Sie alle Informationen zu Ihren Rechten als Arbeitnehmer in Deutschland.
Wenn man seine Rechte kennt, kann man sich vor Ausbeutung und Benachteiligung schützen.

Bundesweite Beratung für Geflüchtete und Migrantinnen und Migranten aus Nicht-EU-Staaten, die eine Arbeit haben, eine Ausbildung machen oder ein Praktikum. Wir beraten Sie auch, wenn Sie arbeiten möchtem und jetzt schon Fragen haben.

Themen sind:

- Arbeitsmarkt und Arbeitsverträge
- Bezahlung und Mindestlohn
- Arbeitszeiten, Urlaub oder Kündigung
- Arbeitsunfähigkeit und Arbeitsunfälle
- Kranken-, Pflege- und Renten-Versicherung
- Ungerechte Behandlung durch Chefs
- Einhaltung von Arbeitnehmerrechten

Die Beratung ist kostenlos und vertraulich.
Die Beratung kann in Tigrinya, Englisch und Deutsch gemacht werden.

Fachkräfteeinwanderung

Grundlegendes zur Fachkräfteeinwanderung

Es gibt ein Gesetz in Deutschland.
Das Gesetz soll es Fachkräften leichter machen, nach Deutschland zu kommen.
In diesem Fall haben die Fachkräfte eine berufliche Ausbildung.
Sie haben keinen akademischen Abschluss. Für diese Menschen gibt es bereits Regeln für die Einwanderung nach Deutschland.

Diese und weiterführende Informationen finden Sie auch auf der Seite **Make it in Germany**

Hier können Sie auch einen **Schnelltest** zu Ihren Möglichkeiten machen!

Für Arbeitgeber und Arbeitgeberinnen

Beschleunigtes Verfahren für Fachkräfte

Wenn Sie als Fachkraft aus dem Ausland schnell nach Deutschland kommen sollen, kann der Arbeitgeber ein beschleunigtes Verfahren starten. Dazu braucht der Arbeitgeber von Ihnen als Fachkraft eine Vollmacht.

Wie funktioniert das?

1. **Vereinbarung mit der Ausländerbehörde:** Der Arbeitgeber schließt eine Vereinbarung mit der zuständigen Ausländerbehörde. Darin wird festgelegt, was der Arbeitgeber, Sie (die Fachkraft) und die Behörden tun müssen. Die Abläufe und Fristen werden festgehalten.

2. **Kosten:** Das Verfahren kostet 411 Euro. Dazu kommen 75 Euro Visagebühr und eventuell weitere Kosten (z.B. für beglaubigte Kopien und Übersetzungen)

   Hilfe durch die Ausländerbehörde:

   1. Die Behörde hilft dem Arbeitgeber, Ihre ausländischen Qualifikationen anerkennen zu lassen.
   2. Sie holt die Zustimmung der Bundesagentur für Arbeit ein und prüft die Voraussetzungen für das Visum
4. **Vorabzustimmung:** Sind alle Voraussetzungen erfüllt, gibt die Ausländerbehörde eine Vorabzustimmung. Der Arbeitgeber leitet diese an Sie weiter.
5. **Antrag eines Visums:** Sie buchen einen Termin bei der Auslandsvertretung und beantragen das Visum. Sie müssen die Vorabzustimmung im Original und alle weiteren nötigen Unterlagen mitbringen.
6. **Dauer der Bearbeitung**: Der Visumantrag wird innerhalb von drei Wochen bearbeitet.
7. **Nachzug der Familie:** Ihre Familie kann ebenfalls berücksichtigt werden. Der Antrag muss gleichzeitig gestellt werden und die Voraussetzungen müssen erfüllt sein.

Für Fachkräfte

💡**Definition Fachkraft**:

- Sie haben einen Hochschulabschluss?
- Oder Sie haben eine Ausbildung?
- Die Ausbildung hat mindestens zwei Jahre gedauert?
- Sie qualifiziert Sie für einen Beruf?

-> Dann sind Sie eine Fachkraft.

Sie wollen offiziell als Fachkraft anerkannt werden?
Dann müssen Sie das beantragen.
Ihre Qualifikationen müssen in Deutschland von der zuständigen Stelle anerkannt werden.

Arbeitssuche

Einstieg in den Arbeitsmarkt: Der Einstieg in den Arbeitsmarkt wird erleichtert: Sie müssen als Fachkraft drei Dinge vorweisen.

- Sie brauchen einen Arbeitsvertrag.
- Sie müssen ein konkretes Arbeitsplatzangebot haben.
- Und Sie brauchen eine in Deutschland anerkannte Qualifikation.

Es wird nicht mehr geprüft, ob es auch eine deutsche Person für den Job gibt. Die Bundesagentur für Arbeit prüft weiterhin die Arbeitsbedingungen.

Möglichkeiten der Beschäftigung:

Sie haben eine bestimmte Qualifikation.
Dadurch sind Sie für einen bestimmten Beruf qualifiziert.
In diesem Beruf dürfen Sie arbeiten.
Sie können auch in verwandten Berufen arbeiten.
Fachkräfte mit einer Ausbildung durch ein Studium können auch andere Arbeiten machen.
Die Fachkräfte können zum Beispiel in einem Beruf arbeiten, der kein Studium voraussetzt.
Aber die Fachkräfte dürfen nicht in einfachen Arbeiten tätig sein.
Die Fachkräfte müssen in einem Beruf arbeiten, der eine Ausbildung voraussetzt.
Für die Blaue Karte EU brauchen Sie eine Arbeit, die Ihren Qualifikationen entspricht.

Fachkräfte mit beruflicher Ausbildung:
Fachkräfte mit beruflicher Ausbildung können in jedem Beruf arbeiten.
Sie müssen dafür nur durch die Ausbildung qualifiziert sein.
Sie müssen nicht mehr nur in Berufen arbeiten, in denen Arbeitnehmende fehlen.

Regeln zur Einreise

Die Einreise zur Arbeitsplatzsuche:
Fachkräfte mit beruflicher Ausbildung können nach Deutschland einreisen.
Sie können einreisen, damit Sie hier eine Arbeit finden.
Sie erhalten eine Aufenthaltserlaubnis für bis zu sechs Monate.

Dafür müssen Sie einiege Voraussetzungen erfüllen:

- ihre Qualifikation muss in Deutschland anerkannt sein.
- Ihr Lebensunterhalt für den Aufenthalt muss gesichert sein.
- Sie müssen bereits so gut Deutsch sprechen, dass Sie in Ihrem Beruf arbeiten können.
- Normalerweise sind Deutschkenntnisse auf Niveau B1 oder besser erforderlich.

Sie möchten eine Arbeit erst ausprobieren?
Dann können Sie bis zu 10 Stunden pro Woche arbeiten.
So können Sie herausfinden, ob der Job Ihnen gefällt.
Ihr Arbeitgeber oder ihre Arbeitgeberin kann Sie kennenlernen.
Auch Fachkräfte mit anerkannter akademischer Ausbildung können Probearbeiten.

Aufenthalt für Qualifizierungsmaßnahmen:
Sie haben versucht, Ihre Qualifizierungen anerkennen zu lassen?
Die Behörde hat Probleme festgestellt?
Ihre Qualifikationen entsprechen nicht den deutschen?

- Dann brauchen Sie ausreichende Deutschkenntnisse. Das sind Kenntnisse auf dem Niveau A2.
- Dann können Sie ein Visum beantragen.
- Mit diesem Visum können Sie für 18 Monate nach Deutschland kommen.
- In dieser Zeit können Sie sich qualifizieren.
- Die Behörden können das Visum einmal um 6 Monate verlängern.

- Danach können Sie ein anderes Visum beantragen. Beispielsweise für eine Ausbildung. Oder für ein Studium. Oder für eine Arbeit.

Niederlassungserlaubnis für Fachkräfte aus dem Ausland:
Ausländische Fachkräfte können bereits nach vier Jahren (vorher fünf Jahre) die Niederlassungserlaubnis in Deutschland erhalten.

Für Ausbildung und Studium

Einreise zur Suche eines Ausbildungsplatzes:

Sie möchten eine Ausbildung machen? Dann können Sie einreisen, um einen Ausbildungsplatz zu suchen.

- Sie brauchen Deutschkenntnisse auf dem Niveau B2.
- Sie brauchen einen Schulabschluss, der den Zugang zu einer Hochschule berechtigt.
- Sie dürfen höchstens 25 Jahre alt sein.
- Sie müssen Ihr Leben in Deutschland selbst bezahlen können.

Erweiterte Wechselmöglichkeiten für internationale Studierende in Deutschland:

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

Niederlassungserlaubnis für Absolventen und Absolventinnen einer Ausbildung in Deutschland:

Wegen des neuen Gesetzes erhalten ausländische Absolventinnen und Absolventen einer Berufsausbildung oder Hochschule in Deutschland eine Niederlassungserlaubnis.

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

Selbstständigkeit

Wer kann sich in Deutschland selbstständig machen?

- Sie sind noch im Asylverfahren?
- Ihr Antrag wurde abgelehnt?

- Sie verfügen über eine Duldung?
  -> Dann ist die selbstständige Arbeit für Sie **verboten**.

- Sie haben eine Aufenthaltserlaubnis oder Niederlassungserlaubnis? -> Dann dürfen Sie sich selbstständig machen.

Hier finden Sie weitere Informationen in verschiedenen Sprachen:

- Online-Leitfaden „GründerZeiten“
- Existenzgründerportal
- Homepage der IQ-Fachstelle für Migrantenökonomie

Anerkennung ausländischer Bildungsabschlüsse

Anerkennung ausländischer Bildungsabschlüsse

Zeugnisse spielen in Deutschland eine wichtige Rolle für die Schule, das Studium oder den Beruf.
Mit Zeugnissen weisen Sie nach, was Sie bereits alles gelernt und geleistet haben.
Zeugnisse sind wichtig für Sie, um eine Arbeitsstelle zu bekommen oder ob Sie zu einer Schule oder einem Studium zugelassen werden.

Sie haben in einer Schule, Ausbildung oder im Studium Zeugnisse erhalten? Dann sollten Sie diese anerkennen lassen. Es wird geprüft, wofür Sie durch Ihre Zeugnisse in Deutschland qualifiziert sind.
Ihre Leistungen werden sozusagen übersetzt.
Es kann sein, dass Sie Ihre Zeugnisse nicht mehr haben.
In diesem Fall können Sie versuchen, Ihre Berufserfahrung und Ihre beruflichen Fähigkeiten durch Tests anerkennen zu lassen.

Beratungsstellen für eine Anerkennung:

Welcome-Center

Weigelstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 9614092101

https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/weiden/welc...

Andreas Dick | Anerkennungsberatung

Donaustaufer Straße 115, 93059 Regensburg

andreas.dick@bfz.de

+49 (0) 9414020460

https://www.bfz.de/beratung-berufsanerkennung-in-...

Hier finden Sie weitere Informationen zur Anerkennung ausländischer Abschlüsse in verschiedenen Sprachen.

Sie möchten Ihren ausländischen Schulabschluss anerkennen lassen?
Für die Anerkennung ist in Bayern das "Landesamt für Schule" (LAS) zuständig.

Gesundheit

Krankenversicherung

In Deutschland müssen Sie eine Krankenversicherung haben.

Es gibt eine gesetzliche Krankenversicherung (GKV) und eine private Krankenversicherung (PKV). Viele sind bei einer gesetzlichen Krankenkasse.

Es gibt verschiedene Krankenkassen. Sie dürfen die Krankenkasse frei wählen. Sie dürfen die Krankenkasse wechseln.

Sie müssen jeden Monat für die Krankenkasse bezahlen. Die Höhe ist vom Einkommen abhängig.

Kinder müssen nicht zahlen.

Sie bekommen von der Krankenkasse eine Versichertenkarte. Diese Versichertenkarte müssen Sie beim Arzt zeigen.

Was bedeutet Krankenversicherung?
Sie sind krank? Dann bezahlt die Krankenkasse den Doktor (Arzt), die Medikamente, die Klinik. Sie müssen meistens etwas dazu zahlen. Es gibt aber einen „Höchstbetrag“ für die Zuzahlungen.

Sie sind krank und können nicht arbeiten? Der Arzt gibt ihnen eine „Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung“ (Krankenschein). Dieses Dokument geben Sie ihrem Arbeitgeber. Sie bekommen trotzdem bis zu 6 Wochen Ihren Lohn. Sind Sie länger krank, können Sie von der Krankenkasse „Krankengeld“ erhalten.

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

Hinweis

Denken Sie bitte immer daran Ihre Versichertenkarte mitzunehmen, wenn Sie sich von Ärzten, in Krankenhäusern oder von anerkannten Therapeuten behandeln lassen.

Hinweis für Personen mit Aufenthaltstitel

Sie müssen sich selbst bei einer regulären Krankenkasse anmelden. Dort bekommen Sie eine Versichertenkarte. Damit bekommen Sie die gleichen Leistungen wie alle Menschen in Deutschland.

Hinweis für Asylsuchende

Für Asylsuchende gelten andere Regeln. Als geflüchtete und asylsuchende Person sind Sie noch nicht krankenversichert. Bei Ihrer Ankunft im Landkreis erhalten Sie beim Sozialamt eine Krankenkarte. Diese müssen Sie beim Arzt vorlegen, damit dieser einen Behandlungsschein anfordern kann. Achtung: Krankenkarte ist nicht das gleiche wie Versichertenkarte Weitere Infomationen für Asylsuchende finden sie hier.

Informationen für Asylbewerberinnen und Asylbewerber

Als Asylbewerber haben Sie in Deutschland ein Recht auf medizinische Versorgung:

- bei akuten Erkrankungen und Schmerzen
- für empfohlene Schutzimpfungen (weitere Informationen finden Sie hier)
- bei Vorsorgeuntersuchungen,
- bei Schwangerschaft und Geburt,
- nach traumatischen Erlebnissen (Vergewaltigung, Folter, Gewalt).

Behandlung von Asylbewerbern und Asylbewerberinnen

Wenn Sie noch keine Krankenversicherung haben, erhalten Sie vom Sozialamt eine Gesundheitskarte.
Diese zeigen Sie bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt vor.
Ihre Ärztin oder Ihr Arzt fordern dann einen Behandlungsschein beim Sozialamt an.

Ein Behandlungsschein gilt immer für ein Quartal (3 Monate).

- 1. Quartal: Januar, Februar, März
- 2. Quartal: April, Mai, Juni
- 3. Quartal: Juli, August, September
- 4. Quartal: Oktober, November, Dezember

Für jedes Quartal muss ein neuer Schein von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt angefordert werden.

Sie benötigen eine Behandlung bei einem Facharzt oder einer Fachärztin?

Sie bekommen von Ihrem Hausarzt oder Ihrer Hausärztin eine Überweisung und eine Kopie des Behandlungsscheins.

Hinweis: Das Gesundheitsprojekt MiMi (Von Migranten für Migranten – Interkulturelle Gesundheit in Bayern) bietet Wegweiser gesundheitliche Vorsorge in sieben Sprachen an.

Krankheiten & Hygiene

Infektionen die sexuell übertragen werden

Manche Krankheiten können sexuell übertragen werden.
Zum Beispiel Aids oder Hepatitis.
DIese Krankheiten können ohne Behandlung schlimme Folgen haben.
Es ist sehr wichtig, dass man sich auf diese Krankheiten testen lässt, wenn man sexuell aktiv ist.
Man kann zum Beispiel am Gesundheitsamt einen Test auf HIV machen und sich beraten lassen.

Viele Informationen zu sexuell übertragbare Infektionen in verschiedenen Spachen gibt es hier.

Meldepflichtige Infektionskrankheiten

Dazu gehört zum Beispiel Scabies, Kopfläuse oder Salmonellen.
Wenn Sie eine dieser Krankheiten haben, müssen Sie sich an Regeln halten.
Es muss verhindert werden, dass sich andere Menschen anstecken
Wird eine dieser Krankheiten festgestellt, dann informiert der Arzt das Gesundheitsamt.
Das Gesundheitsamt informiert die kranke Person über die Regeln.

Hier finden Sie zu vielen Krankheiten wichtige Informationen in verschiedenen Sprachen (Englisch, Französisch, Türkisch, Russisch, Arabisch)

Gesundheitsvorsorge

Impfungen

Impfungen können Sie vor Krankheiten oder schweren Verläufen schützen.
In Deutschland werden Impfungen von Gesundheitsbehörden empfohlen.
Wenn Sie nicht sicher sind, was zu tun ist, können Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin fragen.
Die Krankenkasse zahlt die meisten Impfungen.

Je nachdem, in welchem Land Sie aufgewachsen sind, wurden Sie vielleicht schon gegen bestimmte Krankheiten geimpft.
Allerdings kann es sein, dass diese Krankheiten in Deutschland gar nicht verbreitet sind.
Auch wenn Sie schon erwachsen sind, kann es also nötig sein, dass Sie sich noch einmal impfen lassen.
Am besten fragen Sie bei Ihrem nächsten Arztbesuch ganz gezielt nach Impfungen für Erwachsene.

Auch für Kinder ist eine rechtzeitige Impfung wichtig, um sie vor schweren Krankheiten zu schützen.
Sprechen Sie mit Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt darüber, welche Impfungen für Ihr Kind empfohlen sind.

Masern-Schutz-Gesetz in Schule und Kindertagesstätten

In Deutschland besuchen viele Kinder eine Kindertagesstätte, Kindertagespflege oder Schule.
All diese Kinder müssen gegen Masern geimpft oder immun sein.
Die Eltern müssen einen Nachweis vorlegen.
Auch das Personal in Tagespflege, Kindertagesstätte und Schule muss gegen Masern geimpft oder immun sein.
DIe Impfung gegen die Krankheit Masern ist Pflicht.

Weitere Informationen zu Impfungen finden Sie hier:

Handbook Germany: Impfungen für Erwachsene (verfügbar in neun Sprachen)
Handbook Germany: Impfungen für Kinder und Jugendliche (verfügbar in neun Sprachen)

Impfkalender in 20 Sprachen

Früherkennung

Bei vielen Erkrankungen sind die Heilungsmöglichkeiten besser, wenn die Krankheit früh erkannt wird.
Auch wenn man sich ganz gesund fühlt, geht man zu den Vorsorgeuntersuchungen.

Bei der Vorsorgeuntersuchung (englisch „Screening“) wird untersucht, ob an Ihrem Körper etwas auffällig ist.
Es wird zum Beispiel bei Frauen untersucht, ob es Verhärtungen in der Brust gibt.
Nach der Untersuchung bespricht der Arzt oder die Ärztin die Ergebnisse mit Ihnen.

Es gibt verschiedene Vorsorgeuntersuchungen für Frauen, Männer und Kinder.
Für jedes Alter gibt es andere Vorsorgeuntersuchungen
Beispiele: Zahngesundheit, Brustkrebs, Darmkrebs, Geschlechtskrankheiten.

Wenn Sie schwanger sind, gibt es besondere Vorsorgeuntersuchungen.
Weitere Informationen finden Sie hier.

Wichtig: Fragen Sie vor der Untersuchung bei Ihrer Krankenkasse nach, ob die Kosten übernommen werden.
Viele Vorsorgeuntersuchungen werden von der Krankenkasse bezahlt.

Weitere Informationen findet man hier: handbookgermany

U-Untersuchungen für Kinder

Kinder werden üblicherweise von Kinderärztinnen und Kinderärzten untersucht.
Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen sind für die Gesundheit jedes Kindes wichtig.
Für Kinder in Bayern sind diese Früherkennungsuntersuchungen, verpflichtend und heißen "U-Untersuchungen".
Sie finden zu einem bestimmten Zeitpunkt statt und sind immer kostenfrei.

Bei diesen Terminen untersucht der Arzt oder die Ärztin, ob es Hinweise auf eine schwere Erkrankung gibt.

Es wird untersucht, ob sich das Kind seinem Alter entsprechend entwickelt.
Der Arzt bespricht mit Ihnen die Ergebnisse und gibt Informationen wie Ihr Kind gesund groß wird.
Bei den U-Untersuchungen können Sie auch Sorgen oder Fragen zu Gesundheit des Kindes besprechen.

Bei der ersten U-Untersuchung bekommt Ihr Kind ein „Untersuchungsheft“ es heißt auch „gelbes Heft“.
Heben Sie dieses Heft gut auf und bringen Sie es immer zu den U-Untersuchungen mit.
Das Heft ist auch wichtig, wenn ihr Kind im Kindergarten oder in der Schule angemeldet wird.

Viele Informationen zu den U-Untersuchungen gibt es hier:

Kindergesundheit

Handbook Germany

Seelische Gesundheit & Abhängigkeit

Nicht nur der Körper kann krank werden.
Auch die Seele kann krank werden.
Die Gesundheit der Seele ist auch wichtig. Man muss auch auf die Seele aufpassen.

Viele Menschen haben schlimme Situationen erlebt, z.B. Gewalt, Angst und Hilflosigkeit.
Oft im Heimatland oder auf der Flucht.
Aber auch hier in Deutschland kann man Stress erfahren.
Man weiß nicht wie es weitergehen soll.
Man muss immer wieder an die gleichen Sachen denken.

Es ist schwer diese Gefühle zu verarbeiten.
Man fühlt sich hilflos, erschöpft oder angespannt.
Man kann z.B. in der Nacht nicht schlafen.

Man sagt dazu psychische Erkrankung oder seelische Erkrankung.

Manche Menschen konsumieren Suchtmittel (Alkohol, Drogen) oder Spielen Glücksspiele.
Am Anfang denkt man die Probleme sind dadurch nicht mehr da.
Aber von den Suchtmitteln kann man abhängig werden. Die Probleme werden dann immer größer.

Es kann sein, dass man in Ihrem Land nicht über die Krankheit der Seele oder Sucht spricht.
Oft will man nicht glauben, dass die Seele auch krank werden kann.
Vielleicht schämt man sich. Man hat Angst vor negativen Folgen.

Aber es ist wichtig, dass man die Krankheit der Seele ernst nimmt.
In Deutschland kann man Hilfe bekommen.
Bei Ärzten und Beratungsstellen kann man über die Probleme sprechen.
Ärzte und Beratungsstellen haben Schweigepflicht. Das bedeutet: Sie dürfen niemanden davon

erzählen.

Es gibt verschiedene Hilfen:

- **Gesundheitsämter**

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Gesundheitsamt Weiden-Neustadt

Maistraße 7-9, 92637 Weiden in der Oberpfalz

gesundheitsamt@neustadt.de

+49 (0) 9602796010

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u...

Landkreis Tirschenreuth

Gesundheitsamt | Landratsamt Tirschenreuth

St. Peter Straße 33, 95643 Tirschenreuth

gesundheitsamt@tirschenreuth.de

+49 (0) 963170760

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/gesundheitsa...

Gesundheitsamt Dienststelle - Kemnath | Landratsamt Tirschenreuth

Schützengraben 16, 95478 Kemnath

gesundheitsamt@tirschenreuth.de

+49 (0) 96421338

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/gesundheitsa...

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Gesundheitsamt Weiden-Neustadt

Maistraße 7-9, 92637 Weiden in der Oberpfalz

gesundheitsamt@neustadt.de

+49 (0) 9602796010

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u...

- **Caritas**:

Caritas Weiden | Beratung für seelische Gesundheit

Bismarckstraße 21, 92637 Weiden in der Oberpfalz

info@spdi-weiden.de

+49 (0) 96139890200

http://www.spdi-weiden.de

Caritas PSV | Psychosoziale Versorgung

Von-der-Tann-Straße 7, 93047 Regensburg

psv@caritas-regensburg.de

https://www.caritas-regensburg.de/beratenundhelfe...

- Seelefon für Flüchtlinge
  +49 (0) 22871002425

  Montags, dienstags, mittwochs: 10 bis 12 Uhr sowie 14 bis 15 Uhr

- Krisendienst Oberpfalz (bei akuten Krisen)
  +49 (0) 8006553000

  täglich von 0 – 24 Uhr

Es gibt auch spezielle Kliniken, Fachärzte / Therapeuten

medbo Bezirksklinikum Wöllershof | Klinik für Psychatrie

Wöllershof 1, 92721 Störnstein

+49 (0) 9602780

https://www.medbo.de/kliniken-einrichtungen/psych...

Selbst Aktiv werden:

Leider muss man oft sehr lange auf einen Termin bei Psychotherapeuten, Ärzten und Kliniken warten.
Daher ist es wichtig auch selbst etwas für die seelische Gesundheit zu tun:

- Mit vertrauten Menschen darüber sprechen
- In eine Beratungsstelle gehen
- Sport machen
- Sich mit anderen Leuten treffen
- Dem Tag eine Struktur geben

Seelische Gesundheit bei Kindern

Auch Kinder können durch die Erfahrungen im Heimatland oder während der Flucht krank werden.
Kinder erleben oft auch in Deutschland Stress: neue Schule, neue Abläufe, neue Sprache, Unsicherheit und Sorgen der Eltern...
Kinder zeigen die seelische Erkrankung oft unterschiedlich.
Manche Kinder sind plötzlich sehr ruhig und ziehen sich zurück.
Manche können nachts nicht mehr schlafen oder nässen ein.
Andere Kinder werden sehr wild und aktiv.

Die Eltern sind sehr wichtig für die Kinder.
Geben Sie Ihrem Kind das Gefühl, dass es bei Ihnen sicher ist.
Reden Sie mit Ihrem Kind über die Gefühle.

Unter diesem Link gibt es einen Ratgeber für Eltern in verschiedenen Sprachen.

Notfall

Wenn man selbst oder andere ganz akut in einer Krise sind, z.B. Sie wollen sich selbst oder andere verletzen, dann müssen Sie den Notruf wählen

112

Weitere Informationen zum Thema Gesundheit

Im Internet gibt es viele Informationen zur Gesundheit in vielen verschiedenen Sprachen, zum Beispiel Arabisch, Kurdisch, Persisch, Englisch,...

Ratgeber Gesundheit für Asylsuchende

* Wie funktioniert die Gesundheitsversorgung?
* Was mache ich, wenn ich krank bin?
* Welche Hilfe kann ich bekommen?

Wegweiser für verschiedene Themen

* Diabetes
* Trauma, Depression
* Müttergesundheit

Informationen für Patienten zu vielen Krankheiten

* Asthma
* Grippe
* Demenz

Vokabeln Bereich Gesundheit

* Take-Care-Projekt
* Bild-Wörter-Buch

Gut zu wissen:

Krankenhäuser behandeln Menschen, die schwer krank oder lebensbedrohlich verletzt sind. Bei leichteren Verletzungen oder Erkrankungen, die kein Notfall sind, gehen Sie am besten in eine Arztpraxis. Dort wird Ihnen gut geholfen!

Sie brauchen nachts oder am Wochenende eine Ärztin bzw. einen Arzt – es ist aber kein Notfall? Dann können Sie hier anrufen und erfahren, welche Arztpraxis gerade geöffnet ist:

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

nur am Abend und am Wochenende
📞116117

Zahnärztlicher Notdienst

nur am Wochenende
www.notdienst-zahn.de (auch auf Englisch)

Apothekennotdienst

📞+49 (0) 8000022833 (kostenlos)
vom Handy: 22 8 33 (max. 69 Cent/Min.)

Das deutsche Gesundheitssystem in 14 Sprachen

In der Broschüre „Gesundheit für alle – Ein Wegweiser durch das deutsche Gesundheitswesen" finden Sie alle wichtigen Informationen in 14 Sprachen.

Auf dem Portal "Zanzu" finden Sie Informationen in 13 Sprachen. Die Themen sind Familienplanung, Schwangerschaft, Rechte rund um die Gesundheit. Es gibt auch ein Wörterbuch mit medizinischen Fachbegriffen.

Arztbesuch

Doktor (Arzt), Allgemeinarzt, Hausarzt

Wenn Sie krank sind, gehen Sie zuerst zum Allgemeinarzt. Oft heißt er auch Hausarzt. Für Kinder gibt es einen Kinderarzt
Sie dürfen den Doktor (Arzt) selbst wählen.
Dieser (Haus-)Arzt ist der erste Ansprechpartner bei allen Krankheiten.
Er untersucht Sie und entscheidet über die weitere Behandlung.
Wenn eine Behandlung durch einen Fach-Arzt notwendig ist, wird er Sie dorthin schicken.
Er gibt Ihnen eine Überweisung.

Wo findet man einen Arzt?

Hier können Sie im Internet nach einem Allgemeinarzt suchen.
(Suchwort: Hausarzt und Ihre Postleitzahl) Oft braucht man leider viel Geduld bis man einen Arzt findet.

Wie bekommt man einen Termin?

Sie rufen beim Doktor an.
Bitten Sie um einen Termin: „Ich bin krank! Kann ich zu Ihnen kommen?“
Ohne Termin müssen Sie oft lange warten.

Ärzte haben normal von Montag bis Freitag geöffnet.
Die Öffnungszeiten sind je nach Arzt unterschiedlich.
Meistens haben sie Mittwoch am Nachmittag geschlossen.

Nehmen Sie zum Doktor mit:

- Versicherten-Karte
- Ihre Medikamente
- Blatt mit Ihren Fragen

- wenn sie noch nicht deutsch sprechen: eine (Vertrauens-)Person die übersetzen kann. Achtung: Die Kosten für Dolmetscher werden NICHT bezahlt

Hier findet man viele Symptome in anderen Spachen (Hinweis Anamnese-Bogen)

Das Arztgespräch:

1. Erklären Sie dem Arzt warum Sie gekommen sind.
2. Sagen Sie dem Arzt welche Beschwerden Sie haben.
3. Achten Sie darauf, dass der Arzt Sie richtig versteht.
4. Fragen Sie den Arzt, wenn Sie etwas nicht verstanden haben.
5. Es ist wichtig, dass Sie auf alle Fragen richtig antworten.
6. Der Arzt kann fragen: Rauchen Sie? Trinken Sie Alkohol? Machen Sie Sport?
7. Das sind wichtige Informationen für den Arzt.
8. Der Arzt braucht diese Informationen, damit er Sie behandeln kann.
9. Die Doktoren (Ärzte) haben eine Schweigepflicht: Sie können mit dem Arzt über alles sprechen. Der Arzt sagt es keinem weiter.
10. Wenn Sie Medikamente brauchen, bekommen Sie ein Rezept.
11. Fragen Sie nach, wie die Medikamente zu nehmen sind. Es ist sehr wichtig das genau zu befolgen.

Der Arzt sollte Ihnen sagen:

- Welche Krankheit ist es?
- Was ist die Behandlung?
- Wie lange dauert die Behandlung?
- Gibt es Risiken oder Schmerzen bei der Behandlung?
- Heilt die Behandlung die Krankheit?
- Gibt es andere Möglichkeiten?

Wenn Sie wegen der Erkrankung nicht in die Arbeit gehen können, dann brauchen Sie eine Krankmeldung.
Fragen Sie den Arzt nach einer Krankmeldung.
Die Krankmeldung müssen Sie sofort beim Arbeitgeber abgeben.

Sie sind krank und die Arztpraxen sind zu? Es ist kein Notfall? Aber Sie können nicht warten bis der Hausarzt wieder offen hat?

Wenn Sie nachts oder am Wochenende einen Arzt brauchen und es ist kein Notfall, können Sie hier anrufen:

Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116117
Mo, Di, Do: 18:00-21:00 Uhr
Mi, Fr: 13:00-21:00 Uhr
Sa, So, Feiertag: 08:00-21:00 Uhr

In Weiden gibt es auch eine „Bereitschaftspraxis“.

Wenn Sie nachts oder am Wochenende einen Arzt brauchen und es ist kein Notfall, dann können Sie hier hinkommen.
Sie brauchen keinen Termin!

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

KVB-Klinikum Weiden | Bereitschaftspraxis für Erwachsene

Söllnerstraße 16, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 116117

https://www.kvb.de/patienten/aerztlicher-bereitsc...

Montag, Dienstag und Donnerstag von 18:00 Uhr bis 21:00 Uhr
Mittwoch und Freitag von 13:00 Uhr bis 21:00 Uhr
Samstag, Sonntag und an Feiertagen von 08:00 Uhr bis 21:00 Uhr

KVB-Klinikum Weiden | Bereitschaftspraxis für Kinder

Söllnerstraße 16, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 116117

https://www.116117.de/de/aerztlicher-bereitschaft...

Mittwoch und Freitag von 15:00 Uhr bis 20:00 Uhr
Samstag, Sonntag und an Feiertagen von 08:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Landkreis Tirschenreuth

Krankenhaus Tirschenreuth | Kliniken Nordoberpfalz

St. Peter Straße 31, 95643 Tirschenreuth

+49 (0) 9631870

https://www.kliniken-nordoberpfalz.ag/

Krankenhaus Kemnath | Kliniken Nordoberpfalz

Werner-von-Siemens-Straße 7, 95478 Kemnath

keminfo@kno.ag

+49 (0) 96427060

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

KVB-Klinikum Weiden | Bereitschaftspraxis für Erwachsene

Söllnerstraße 16, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 116117

https://www.kvb.de/patienten/aerztlicher-bereitsc...

Montag, Dienstag und Donnerstag von 18:00 Uhr bis 21:00 Uhr
Mittwoch und Freitag von 13:00 Uhr bis 21:00 Uhr
Samstag, Sonntag und an Feiertagen von 08:00 Uhr bis 21:00 Uhr

KVB-Klinikum Weiden | Bereitschaftspraxis für Kinder

Söllnerstraße 16, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 116117

https://www.116117.de/de/aerztlicher-bereitschaft...

Mittwoch und Freitag von 15:00 Uhr bis 20:00 Uhr
Samstag, Sonntag und an Feiertagen von 08:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Fach-Arzt/Spezialist

Fachärzte sind auf ein medizinisches Fach spezialisiert.
Sie übernehmen nach der Überweisung durch den Allgemeinarzt die weitere Behandlung.
Zum Beispiel: Frauen-Arzt, Lungen-Fach-Arzt oder Hals-Nasen-Ohren-Arzt, Urologe, Orthopäde ...

Zahnarzt

Sie haben Zahnschmerzen?
Dann gehen Sie zum Zahnarzt.
Sie müssen vorher einen Termin vereinbaren.
Wenn Sie noch nicht Deutsch sprechen: Denken Sie an jemand, der für Sie übersetzen kann.

Am Wochenende und an Feiertagen hat ein Zahnarzt Notdienst.
Sie erreichen den zahnärtlichen Notdienst unter +49 (0) 9415987923

Für gesunde Zähne ist es wichtig, dass man sich täglich die Zähne putzt.
In Drogerien und Supermärkten kann man Zahnbürste und Zahncreme kaufen.
Wichtig: Teilen Sie sich diese Hygieneprodukte nicht mit anderen Personen.

Medikamente und Apotheken

Sie brauchen Medikamente oder Verbandmittel?

Medikamente und Verbandmittel bekommen Sie in der Apotheke.
Man erkennt Apotheken an einem großen roten A über der Tür.
Apotheken haben in der Regel von Montag bis Samstag geöffnet.
Die Öffnungszeiten sind aber je nach Apotheke unterschiedlich.

Sie brauchen nachts, am Wochenende oder an einem Feiertag dringend Medikamente?

In der Nähe hat immer eine Apotheke Notdienst.
Jede Apotheke hat ein Schild mit Name und Adresse der Apotheke mit Notdienst.
Sie finden diese Information auch im Internet.

Für bestimmte Medikamente („verschreibungspflichtige Medikamente“) brauchen Sie ein Rezept.
Gehen Sie vorher zu Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin. Sie geben Ihnen ein Rezept.
Ihre Medikamente bekommen Sie mit diesem Rezept in jeder Apotheke.

Für die Medikamente müssen Sie meistens zehn Prozent des Preises (mindestens 5 und höchstens 10€) bezahlen.
Das nennt man Zuzahlung.

Als asylsuchender Mensch bekommen Sie viele Medikamente ohne eine Zuzahlung.
Auch Kinder unter 18 Jahre bekommen viele Medikamente ohne eine Zuzahlung.
Fragen Sie deshalb bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt nach.
Wenn Sie kein Rezept haben, müssen Sie immer für die Medikamente bezahlen.

In der Apotheke wird Ihnen erklärt wie Sie das Medikament einnehmen müssen.
Nehmen Sie das Medikament so ein, wie es erklärt wird.
Wenn Sie etwas nicht verstanden haben, fragen Sie nochmal nach.

Krankenhaus

Ein Krankenhaus (= Klinik oder Klinikum) ist ein Haus, in dem sehr kranke Menschen behandelt werden.
In einem Krankenhaus arbeiten sehr viele Ärzte und Pflegekräfte.
In ein Krankenhaus kommt man nur, wenn man sehr krank ist oder schwer verletzt ist.
In ein Krankenhaus gehen Sie, wenn ein Notfall eintritt.

In der Klinik können Sie den Arzt nicht wählen.
Der Arzt kann eine Frau oder ein Mann sein.
Sie liegen mit anderen Personen im Zimmer.

Die Kosten für die Behandlung im Krankenhaus, die Unterbringung und das Essen bezahlt die Krankenkasse.
Allerdings muss man für jeden Tag 10,- € Tagegeld bezahlen.

Vergessen Sie Ihren Ausweis bzw. Ihren Ankunftsnachweis nicht, wenn Sie ins Krankenhaus gehen!
Wenn Sie bei einer Krankenkasse angemeldet sind, bringen Sie auch Ihre Versichertenkarte mit.

Als Asylsuchende oder Asylsuchender dürfen Sie nur bei einem Notfall auch ohne Behandlungsschein ins Krankenhaus.

Im Krankenhaus müssen Sie mit ihrem Ankunftsnachweis zeigen, dass Sie Asylsuchende oder Asylsuchender sind und die Kosten über das Sozialamt abgerechnet werden.

Menschen mit Behinderung

Für Menschen mit Behinderung gibt es Hilfe. Wenden Sie sich dazu gerne an:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Behindertenbeauftragter

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

blober@grplus-nopf.de

+49 (0) 9602796310

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u...

Landkreis Tirschenreuth

Behindertenbeauftragter

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

schoen.reinhard@gmx.de

+49 (0) 9637461

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/sozialhilfev...

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Behindertenbeauftragter

Dr.-Pfleger-Straße 15, 92637 Weiden in der Oberpfalz

bba@weiden.de

+49 (0) 961811305

https://www.weiden.de/familie/menschen-mit-behind...

Sie können sich auch kostenlos im Internet beraten lassen.

Auf der Seite von Crossroads finden Sie viele Informationen zu folgenden Themen:

- Die ersten Schritte nach der Ankunft in Deutschland
- Gesundheit, Rehabilitation und Pflege
- Hilfe für Familienangehörige von Kindern mit Behinderung
- Soziale Teilhabe und Sprachkurse
- Leistungen beantragen und erhalten

Sie können Ihre Fragen auch per Email an diese Adresse senden:

beratung@hi.org

Kinder, Jugend und Familie

Schwangerschaft und Geburt

Schwangerschaft und Geburt

Schwangere stehen in Deutschland unter besonderem Schutz.
Sie dürfen sich beraten lassen.
Sie werden von einer Ärztin oder einem Arzt versorgt.
Und der Staat unterstützt Sie bei Neuanschaffungen für das Kind.

Wenn Sie schwanger sind, müssen Sie zuerst zur Frauenärztin oder zum Frauenarzt (Gynäkologen / Gynäkologinnen) gehen.
Lassen Sie dort die Vorsorgeuntersuchungen durchführen.
Sie erhalten dann einen Mutterpass.
Der Mutterpass ist ein Dokument mit wichtigen Informationen über Ihre Schwangerschaft.
Dort stehen auch Informationen zu Ihrer Gesundheit. Und der Ihres Kindes.
Nehmen Sie Ihren Mutterpass für eventuelle Notfälle immer mit.

Bei Fragen zum Thema Schwangerschaft und Geburt können Sie sich auch an die Schwangerschaftsberatungsstellen in der Region wenden.

Die Schwangerschaftsberatungsstellen helfen bei allen Fragen zum Thema Schwangerschaft und Geburt.
Sie unterstützen bei der Beantragung von finanziellen Leistungen.

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Gesundheitsamt Weiden-Neustadt

Maistraße 7-9, 92637 Weiden in der Oberpfalz

gesundheitsamt@neustadt.de

+49 (0) 9602796010

https://www.neustadt.de/landratsamt/abteilungen-u...

Landkreis Tirschenreuth

Caritas Tirschenreuth | Schwangerschaftsberatung

Kirchplatz 6, 95643 Tirschenreuth

weiden@caritas-schwangerschaftsberatung.de

+49 (0) 96140182280

Donum Vitae - Hauptstelle Weiden | Beratung zu Schwangerschaften

Schillerstr. 11, 92637 Weiden

weiden@donum-vitae-bayern.de

+49 (0) 9614016940

https://weiden.donum-vitae-bayern.de/

Hebamme

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

Wenn Sie schwanger sind, suchen Sie sich frühzeitig eine Hebamme (in der Regel vor der 12. Schwangerschaftswoche)
Hier finden Sie eine Übersicht über Hebammen in der Region.

Entbindung und Nachsorge

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

Meldung ans Standesamt

Neugeborene Kinder müssen dem Standesamt gemeldet werden.
In der Regel können Sie das in einem Büro im Krankenhaus erledigen.
Dort erhalten Sie die vorläufige Geburtsurkunde für Ihr Kind.
Bringen Sie dafür Ihren Ausweis mit. Sie brauchen auch die Geburtsbescheinigung der Klinik.
Sie sind verheiratet? Bringen Sie auch Ihre Heiratsurkunde mit.

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

Nach einigen Wochen erhalten Sie vom Standesamt die amtliche Geburtsurkunde.
Diese ist für die Beantragung weiterer finanzieller Leistungen wichtig.

Sie leben in einer Gemeinschaftsunterkunft?
Geben Sie Ihrer Unterkunftsleitung eine Kopie der Geburtsurkunde. Ihr Kind wird dann registriert.
Zudem erhalten Sie in einer Gemeinschaftsunterkunft auch ein Kinderbett, wenn Sie die Leitung über die Geburt Ihres Kindes informieren.

Kinderärzte / Kinderärztinnen

Es gibt zehn Früherkennungsuntersuchungen (U1-U9 und J1).
Bis zum 6. Lebensjahr wird das Kind somit regelmäßig untersucht.
Der Kinderarzt oder die Kinderärztin begleitet die Entwicklung Ihres Kindes.
Die U1 (Untersuchung nach der Geburt) und U2 Untersuchungen finden meistens noch in der Klinik statt.
Für weitere Untersuchungen müssen Sie einen Termin bei Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt vereinbaren.
Auch hier ist es ratsam, dass Sie sich frühzeitig (gegebenenfalls schon während der Schwangerschaft) eine Kinderärztin/einen Kinderarzt suchen.

Bei der Kita-Anmeldung kann ein Nachweis über vollständige Früherkennungsuntersuchungen verlangt werden.

Eine Übersicht über Kinderärztinnen/Kinderärzte in der Region finden Sie hier (Sie benötigen nur die Postleitzahl Ihres Wohnortes).

Kinderbetreuung

Je nach Alter gibt es in Deutschland verschiedene Formen der Kindertagesbetreuung:

- Kinderkrippen für Kinder unter drei Jahren
- Kindergärten für Kinder von drei Jahren bis zur Schule
- Horte für Kinder ab Schulbesuch bis zum 14. Lebensjahr

Eine weitere Möglichkeit ist die Kindertagespflege.
Ihr Kind wird bei dieser Form durch eine qualifizierte und zertifizierte Tagespflegeperson (auch als „Tagesmutter“ bekannt) betreut.
Diese Betreuung findet meistens bei dieser Person zu Hause statt.

Auf der Suche nach einer Kinderbetreuung?
Sie suchen eine Kinderbetreuung für Ihr Kind?
Ihr Kind wird bereits betreut, aber Sie haben weitere Fragen?
Dann kontaktieren Sie die zuständige Fachstelle:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

LANDKREIS
TIRSCHENREUTH

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Kinderbetreuung in Ihrer Gemeinde
Welche Kinderbetreuung Ihre Gemeinde anbietet, finden Sie auf der jeweiligen Homepage

Familienleistungen

Elterngeld

Manche Eltern arbeiten nach der Geburt ihres Kindes weniger. Manchen wollen nicht mehr so viel arbeiten. Andere können nicht mehr so viel arbeiten. Sie können dann Geld von der Regierung bekommen. Auch getrennt lebende Elternteile können das Elterngeld in Anspruch nehmen. Sie können Elterngeld beantragen, wenn sie eine Niederlassungs- oder Aufenthaltserlaubnis in Deutschland haben.

Kindergeld

Alle Eltern mit Niederlassungs- oder Aufenthaltserlaubnis in Deutschland haben Anspruch auf Kindergeld. Sie müssen das Kindergeld selbst bei der Bundesagentur für Arbeit beantragen. Diese zahlt das Kindergeld für jedes Kind ab der Geburt bis mindestens zum 18. Lebensjahr aus.

Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge

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

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

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

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

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

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

Bildungs- und Teilhabepaket

Bildungs- und Teilhabepaket (BuT)

Wenn Sie Sozialleistungen beziehen, ist es möglich, für Ihr Kind finanzielle Unterstützung zu bekommen.

Voraussetzung: Sie oder Ihr Kind beziehen eine der folgenden staatlichen Leistungen:

- Kinderzuschlag
- Bürgergeld
- Sozialgeld
- Sozialhilfe: Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung
- Wohngeld
- Asylbewerber-Leistungen.

Bedarfe für Bildung erhalten Schülerinnen und Schüler bis zum vollendeten 25. Lebensjahr. Falls sie eine allgemein- oder berufsbildende Schule besuchen und keine Ausbildungsvergütung erhalten.
Leistungen für Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben in der Gemeinschaft erhalten alle hilfebedürftigen Kinder und Jugendliche bis zum vollendeten 18. Lebensjahr.

Was sind Leistungen für Bildung und Teilhabe?

Die verschiedenen Leistungen des Bildungspakets unterstützen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus Familien, die wenig Geld haben. Mit diesen Leistungen kann man Angebote in Schule und Freizeit nutzen, wenn Sie sich die Kosten dafür ansonsten nicht leisten könnten.

Welche Angebote werden gefördert?

Mit den Leistungen für Bildung und Teilhabe bekommt Ihr Kind bessere Möglichkeiten, sich persönlich zu entfalten und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Es werden viele verschiedene Angebote aus Kultur und Bildung gefördert. Zu den Leistungen aus Bildung und Teilhabe zählen:

- eintägige Schul- und Kitaausflüge
- mehrtägige Klassen- und Kitafahrten

  Die Kosten für Kita- und Schulausflüge werden übernommen, und zwar für alle Ausgaben, die die Kita oder Schule mit Ihnen abrechnet - aber zum Beispiel nicht das Taschengeld für zusätzliche Ausgaben während des Ausflugs.

- der persönliche Schulbedarf (insgesamt 174 Euro pro Kind pro Schuljahr)

  Wenn Ihr Kind zur Schule geht, erhalten Sie pro Schuljahr einen Zuschuss von 174 Euro für den Schulbedarf Ihres Kindes. Damit können Sie Ihrem Kind eine angemessene Ausstattung für die Schule kaufen. Zum Beispiel: Schulranzen, Sportzeug, Stifte, Füller, Hefte, Taschenrechner oder Bastelmaterial.
  Wenn Sie mehrere Kinder haben, erhalten Sie den Zuschuss in jedem Schuljahr einmal für jedes Kind.

- die Beförderung von Schülerinnen und Schülern zur Schule (tatsächliche Kosten- auch dann, wenn die dafür vorgesehenen Schülerfahrkarten des öffentlichen Nahverkehrs zu allgemeinen Fahrten außerhalb des Schulverkehrs berechtigen)

  Wenn Ihr Kind mit dem Zug oder dem Bus oder mit anderen öffentlichen Verkehrsmitteln zur Schule fahren muss, können Sie möglicherweise einen Zuschuss zu den Fahrtkosten bekommen. Voraussetzung ist, dass die Kosten von Ihrer Stadt oder der Gemeinde oder von einem anderen öffentlichen Träger nicht übernommen werden. Die Kosten werden komplett übernommen, auch wenn Ihr Kind diese Monatskarte privat nutzen kann.

- Lernförderung. Nachhilfe kann zukünftig auch dann genutzt werden, wenn die Versetzung nicht unmittelbar gefährdet ist.

  Bitte sprechen Sie erst einmal mit der Lehrerin oder dem Lehrer Ihres Kindes. Sie oder er kennt die schulischen Leistungen Ihres Kindes gut und kann einschätzen, ob eine Förderung nötig ist. Im zweiten Schritt muss die Lehrerin oder der Lehrer den Förderbedarf bescheinigen.

  Gibt es keine besondere Lernförderung an Ihrer Schule? Dann können Sie auch eine Lernförderung außerhalb der Schule nutzen. Sie muss jedoch geeignet sein, damit Ihr Kind das Lernziel erreichen kann.

- die Teilnahme an einer gemeinschaftlichen Mittagsverpflegung in Schule oder Kindertageseinrichtungen

  Es werden die gesamten Aufwendungen des Kindes für das gemeinschaftliche Mittagessen in der Schule, Kita und Kindertagespflege übernommen. Der bisher zu leistende Eigenanteil von 1 Euro pro Essen entfällt.

- die Teilnahme am sozialen und kulturellen Leben in der Gemeinschaft (wie im Sportverein oder in der Musikschule in Höhe von 15 Euro monatlich)

Es reicht aus, dass eine bestimmten Aktivität tatsächlich wahrgenommen wird (einfacher Nachweis). In diesen Fällen wird „grundsätzlich“ davon ausgegangen, dass Kosten anfallen und es wird pauschal ein Betrag von 15 Euro monatlich gewährt. Diesen Betrag können Sie zum Beispiel nutzen für:

- Babyschwimmen oder Babymassage,
- Musikunterricht,
- die Mitgliedschaft in einem Sportvereinen oder Kulturverein
- Museumsbesuche (nur im Rahmen der kulturellen Bildung, nicht zur individuellen Freizeitgestaltung)
- andere gemeinschaftliche Aktivitäten kultureller Bildung oder Ferienangebote

Diesen Betrag können Sie bekommen, bis Ihr Kind 18 Jahre alt wird.

Leistungen für Bildung und Teilhabe (BuT), auch Bildungspaket genannt, können Sie vor Ort beantragen.
Wo Sie den Antrag stellen können, hängt davon ab, welche Leistungen Sie oder Ihr Kind bekommen:

Empfänger von Bürgergeld:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Jobcenter Weiden-Neustadt | Bürgergeld

Weigelstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 9614091500

https://www.jobcenter-weiden-neustadt.de/

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Bürgergeld | Jobcenter Geschäftsstelle Eschenbach

Jahnstraße 21, 92676 Eschenbach

+49 (0) 9614091500

https://www.jobcenter-weiden-neustadt.de/

Öffnungszeiten: Montag und Mittwoch von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Bürgergeld | Jobcenter Geschäftsstelle Vohenstrauß

Altenstädter Straße 13, 92648 Vohenstrauß

+49 (0) 9614091500

https://www.jobcenter-weiden-neustadt.de/

Öffnungszeiten: Dienstag und Donnerstag von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr

LANDKREIS TIRSCHENREUTH

Landkreis Tirschenreuth

Jobcenter Tirschenreuth | Beratung und Vermittlung

Kornbühlstraße 28, 95643 Tirschenreuth

Jobcenter-Tirschenreuth@jobcenter-ge.de

+49 (0) 963170341700

https://www.jobcenter-tirschenreuth.de/

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Jobcenter Weiden-Neustadt | Bürgergeld

Weigelstraße 24, 92637 Weiden in der Oberpfalz

+49 (0) 9614091500

https://www.jobcenter-weiden-neustadt.de/

Empfänger von Sozialhilfe, Kinderzuschlag, Wohngeld:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Sozialamt | Landratsamt Neustadt an der Waldnaab

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

sozialamt@neustadt.de

+49 (0) 9602790

https://neustadt.de/

Landkreis Tirschenreuth

Sozialamt | Landratsamt Tirschenreuth

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

sozialamt@tirschenreuth.de

+49 (0) 9631880

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/sozialhilfev...

Stadt Weiden

Stadtverwaltung Weiden

Dr.-Pfleger-Straße 15, 92637 Weiden in der Oberpfalz

sozialamt@weiden.de

+49 (0) 961815008

https://www.weiden.de/stadt/buergerservice/anspre...

Wohnen

Mülltrennung und Pfand

Müll gehört in einen Mülleimer.
Müll darf nicht auf den Boden oder aus dem Fenster geworfen werden.
Mülltrennung ist gut für die Natur.

Was kommt in welche Tonne?

In Deutschland müssen Sie den Müll trennen:
Papier, Glas, Plastik, Biomüll, Restmüll
Der Müll kommt in verschiedene Tonnen:

- Restmüll -> **schwarze** Tonne (Restmüll ist: Windeln, Taschentücher, gekochte Essensreste...)
- Papier -> (**blaue** Tonne Neustadt und Weiden) (**grüne** Tonne Tirschenreuth)
- Kunststoff, Leichtverpackungen -> **gelber** Sack
- Biomüll -> **braune** Tonne
- Glas -> Sammelcontainer an ausgewiesenen Plätzen in den Gemeinden
- Weißblech, Dosen -> Sammelcontainer an ausgewiesenen Plätzen in den Gemeinden
- alte Kleidung -> Sammelcontainer an ausgewiesenen Plätzen in den Gemeinden
- Problemmüll -> Sammlung zweimal jährlich
- Sperrmüll -> Sammlung zweimal jährlich

Weitere Informationen zur Mülltrennung finden Sie auf der Website Ihres Landratsamtes oder der Stadtverwaltung.

Ein Video über Mülltrennung finden Sie hier.

Die jeweiligen Tonnen werden regelmäßig geleert.
Hierzu müssen Sie die Tonne an die Straße stellen.
Wann welche Tonne geleert wird, erfahren Sie auf der Website Ihres Landratsamtes oder der Stadtverwaltung.
Sollten Sie eine neue Rolle "Gelber Säcke" benötigen, kleben Sie einen Zettel mit der Aufschrift "Neue Gelbe Säcke, bitte" bei der Abholung an einen der vollen Säcke.

Wenn Sie in einer Gemeinschaftsunterkunft leben, finden Sie die Abholtermine der Müllabfuhr am Infoboard Ihrer Unterkunft.

Was muss ich über "Pfand" wissen?

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

Es gibt zwei verschiedene Arten dieser speziellen Flaschen:

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

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

Getränkekartons sind pfandfrei.

Energie und Umwelt

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

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

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

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

Tipps zum Wassersparen:

- Einen Sparduschkopf einbauen.
- Lieber duschen, statt baden.
- Tropfende Wasserhähne reparieren.
- Eine Spülstopp-Taste in der Toilette einbauen.

Weitere Tipps und nützliches Wissen finden Sie bei der Verbraucherzentrale.

Neukauf von Geräten

Achten Sie bei dem Kauf neuer Geräte immer auf das Energielabel. Dieses zeigt Ihnen, wie effizient das neue Gerät ist. Das Energielabel befindet sich auf verschiedensten Produkten. Beispielsweise auf Leuchtmitteln, Waschmaschinen, Fernsehern oder Heizungen. Mit Energieeffizienzklassen und Angaben zu Produkteigenschaften wie Strom- und Wasserverbrauch

oder Lautstärke lassen sich verschiedene Geräte gut vergleichen. Energieeffiziente Geräte können mehrere hundert Euro pro Jahr sparen.

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

Rundfunkgebühren

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

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

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

Den Antrag auf Befreiung finden Sie hier.

Wohnung suchen

Leider dauert es manchmal mehrere Monate bis man eine passende Wohnung im Landkreis Neustadt a. d. Waldnaab, im Landkreis Tirschenreuth oder der Stadt Weiden findet.
Es ist wichtig, geduldig zu sein, wenn nicht alles so klappt, wie es wünschenswert wäre.

Sobald Sie eine Aufenthaltserlaubnis haben, sind Sie grundsätzlich verpflichtet, aus der Gemeinschaftsunterkunft bzw. der dezentralen Unterkunft auszuziehen.
Sie müssen eine eigene Wohnung finden.
Solange Sie keine Arbeit haben und somit kein Geld verdienen, bezahlt das Jobcenter Ihre Miete.

Wichtig: Es gibt Einschränkungen, wenn das Jobcenter die Wohnung bezahlt (Größe des Wohnraums, Mietobergrenzen). Bei nicht anerkannten Flüchtlingen, die eine Auszugserlaubnis haben, ist das Sozialamt zuständig.

Wichtig: Wenn Sie eine Wohnung gefunden haben, dürfen Sie den Mietvertrag nicht gleich unterschreiben.
Das Jobcenter oder das Sozialamt (je nachdem wer für Sie zuständig ist) muss den Mietvertrag unbedingt vor Abschluss prüfen und genehmigen.
Hierfür ist eine genaue Aufschlüsselung der Kosten der Wohnung nötig.

Bei der Suche nach einer Wohnung im Landkreis Neustadt und der Stadt Weiden, werden Sie von der Wohnungslotsin unterstützt:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Ulla Roscher-Geuss | Wohnungslotsin

Sebastianstraße 18, 92637 Weiden in der Oberpfalz

wohnungslotsin@diakonie-weiden.de

+49 (0) 015161669

https://www.diakonieweiden.de/wofa.htm

Stadt Weiden

Ulla Roscher-Geuss | Wohnungslotsin

Sebastianstraße 18, 92637 Weiden in der Oberpfalz

wohnungslotsin@diakonie-weiden.de

+49 (0) 015161669

https://www.diakonieweiden.de/wofa.htm

Wohnungsangebote finden Sie zum Beispiel:

- im "Neuen Tag", der regionalen Tageszeitung
- im Internet bei verschiedenen Immobilienanbietern -> immo.onetz, immoscout, ...

Außerdem können Sie sich an örtliche Wohnungsbaugesellschaften wenden:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Landkreissiedlungswerk Neustadt

Knorrstraße 1, 92660 Neustadt

info@lksw-new.de

+49 (0) 9602917000

https://www.lksw-new.de/Sites/Startseite

Baugenossenschaft | Wohnungsbau

Blumenstraße 1, 92648 Vohenstrauß

info@baugenossenschaft-vohenstrauss.de

+49 (0) 9651918959

https://www.baugenossenschaft-vohenstrauss.de/

Sozialwohnungen | Wohnungsbau

Stadtplatz 12, 92660 Neustadt a. d. Waldnaab

wobau@neustadt-waldnaab.de

+49 (0) 9602943425

https://www.wohnungsbau-neustadt.de/

Landkreis Tirschenreuth

Bauverein zu Tirschenreuth

Paul-Straub-Straße 5, 95643 Tirschenreuth

info@bauverein-tirschenreuth.de

+49 (0) 96311559

https://www.bauverein-tirschenreuth.de/

Kommunale Entwicklungs- und Wohnungsbaugesellschaft mbH

Falkenberger Straße 10, 95643 Tirschenreuth

info@kewog.de

+49 (0) 96370060

https://www.kewog.eu/vermietung-verkauf/

Stadt Weiden in der Oberpfalz

Stadt Weiden

Stadtbau GmbH Weiden

Leibnizstraße 4, 92637 Weiden in der Oberpfalz

info@sgw-weiden.de

+49 (0) 0961389040

Wohnung mieten

Mietvertrag und Kaution

Mietvertrag

Die Höhe der Miete wird im Mietvertrag vereinbart.
Unterschreibt der Mieter den Vertrag, stimmt er damit auch der Mietzahlung zu.
Die Miete setzt sich aus Kaltmiete (Grundbetrag), Nebenkosten (Müllabfuhr, Betriebskosten) und Heizkosten zusammen.
Im Mitvertrag wird vereinbart, wann die Miete bezahl werden soll.
Wird die Miete vermehrt unpünktlich gezahlt, kann das zur Kündigung des Mietvertrags führen.
Sie müssen den Mietvertrag genau lesen.
Wenn Sie nicht alles verstehen, fragen Sie jemanden, der Ihnen helfen kann.

Der Mietvertrag ist sehr wichtig.
Wenn der Vertrag einmal unterschrieben ist, kann er nicht so schnell gekündigt werden!

Im Mietvertrag müssen folgende Punkte stehen:

- Name und Adresse des Vermieters
- Adresse des Mietobjekts
- Wohnfläche in m²
- Zimmeranzahl
- Höhe der Nettokaltmiete
- Höhe der Betriebskosten
- Höhe der Heizkosten
- Gesamtmiete
- Höhe der Kaution

Wenn Sie damit einverstanden sind, was im Mietvertrag steht, dann unterschreiben Sie den Vertrag.

Kaution

Die Kaution ist eine Sicherheit für den Vermieter.
Der Betrag für die Kaution beträgt höchstens drei Kaltmieten.
Wenn Sie aus der Wohnung ausziehen und keine Schäden hinterlassen, bekommen Sie das Geld zurück.

Kostenübernahme durch das Jobcenter und Wohngeld

Übernahme der Kosten durch das Jobcenter

Wenn Sie arbeitslos sind und Leistungen vom Jobcenter erhalten, bezahlt das Jobcenter die Miete (Grundmiete incl. Nebenkosten und Heizkosten).
Allerdings nur, wenn Sie hilfebedürftig sind und die Miete angemessen (nicht zu hoch) ist.
Jedes Jobcenter setzt dazu eine eigene Obergrenze der Miete fest, welche teilweise sogar innerhalb eines Zuständigkeitsgebietes variieren kann. Obergrenze der Miete heißt: Das Jobcenter legt einen maximalen Betrag für die Miete fest.
Ist Ihre Miete teurer, müssen Sie den Rest selbst bezahlen.

Was ist zu beachten?

💡Wichtig: Wenn Sie eine Wohnung gefunden haben und die Miete vom Jobcenter bezahlt wird, dürfen Sie den Mietvertrag nicht gleich unterschreiben.

- Das Jobcenter muss die Angemessenheit der Miete (Kosten für Unterkunft) unbedingt vor Abschluss des Mietvertrags prüfen und genehmigen.

- Die Entscheidung des Jobcenters über Angemessenheit und Übernahme der Kaution wird in einer schriftlichen Bestätigung mitgeteilt.
- Wichtig ist, dass dafür bereits ein Mietvertrag oder zumindest ein Mietangebot mit allen Mindestangaben zu der Wohnung vorliegt.
- Es ist darauf zu achten, dass der Mietvertrag vom Vermieter schon unterschrieben sein muss, nicht aber vom Mieter.

Kaution

Das Jobcenter kann die Kaution auf Antrag als Darlehen gewähren.
Als Darlehen heißt: Sie bekommen das Geld geliehen und müssen es wieder zurückzahlen.

In der Regel ist dies unproblematisch und wird bei angemessenen Unterkunftskosten bewilligt.
Die Kaution wird vom Jobcenter meist direkt an den Vermieter bzw. die Vermieterin bezahlt.
Die Rückzahlung des Darlehens an das Jobcenter wird automatisch aus den monatlichen Regelleistungen (normalerweise max. fünf Prozent davon je Darlehensnehmer) abgezogen und einbehalten.

Erste Ausstattung

Wenn Sie Leistungen vom Jobcenter bekommen, haben Sie die Möglichkeit, eine Erstausstattung zu beantragen. Zum Beispiel für Möbel und Einrichtungsgegenstände.
Ihnen wird entsprechend der Personenanzahl, der Wohnungsgröße und der benötigten Ausstattung ein Pauschalbetrag ausgezahlt.
Zur Erstausstattung gehören Möbel, Matratzen, und, sofern in der Wohnung nicht vorhanden, Herd, Spüle, Kühlschrank und Waschmaschine.

Wichtig ist, dass der **Antrag** unbedingt **vor dem Kauf der Möbel gestellt** wird.
Günstige und gebrauchte Möbel können Sie zum Beispiel bei der Diakonie oder AWO kaufen.

Vorsicht: Es kann etwas dauern, bis das Geld ausgezahlt wird!
Außerdem hat das Jobcenter das Recht (und nutzt dieses auch), die Wohnung zu begutachten, um den Bedarf für die Erstausstattung zu überprüfen.
Sollte dabei festgestellt werden, dass z. B. bereits Möbel vorhanden sind, welche nicht nachweislich (schriftlich!) geliehen sind, hat man keinen weiteren Anspruch auf Erstausstattung für diese Gegenstände.

Info für Geflüchtete

Beim Auszug aus einer Gemeinschaftsunterkunft dürfen Sie die Möbel der Unterkunft **nicht** mitnehmen.
Wenn Sie dann Möbel brauchen, können Sie einen Antrag auf Erstausstattung beim Jobcenter stellen.

Wohngeld

Sie und Ihre mit im Haushalt lebenden Angehörigen verdienen wenig Geld?
Unter bestimmten Voraussetzungen haben Sie Anspruch auf Wohngeld.
Wenn Sie für sich und Ihre Familie Geld vom Staat (z.B. Bürgergeld) bekommen, brauchen Sie in der Regel keinen Wohngeldantrag zu stellen.

Weitere Informationen zum Wohngeld erhalten Sie hier:

Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Wohngeldstelle Neustadt | Wohngeld

Am Hohlweg 2, 92660 Neustadt an der Waldnaab

https://web.neustadt.de/gesundheit-soziales/sozia...

Landkreis Tirschenreuth

Wohngeldstelle Tirschenreuth | Wohngeld

Mähringer Str. 7, 95643 Tirschenreuth

https://www.kreis-tir.de/landratsamt/sozialhilfev...

Stadt Weiden

Wohngeldbehörde Weiden | Wohngeld

Dr.-Pfleger-Straße 15, 92637 Weiden in der Oberpfalz

wohngeldbehoerde@weiden.de

+49 (0) 961815004

https://www.weiden.de/stadt/buergerservice/anspre...

In der eigenen Wohnung

Hausordnung, Mülltrennung und Energiesparen

Hausordnung

Das Zusammenleben vieler oder mehrerer Personen in einem Haus erfordert gegenseitige Rücksichtnahme und Toleranz.
Der Vermieter hat die Möglichkeit, für das Zusammenleben der Mieter in einem Mehrfamilienhaus bestimmte Regeln festzulegen.
Diese Regeln sind dann in der Hausordnung festgelegt.

Die wichtigsten Inhalte sind:

- Ruhezeiten/Lärm
- Müllentsorgung
- Nutzung der Gemeinschaftsflächen
- Lüften

Mülltrennung

Der Müll muss in den dafür vorgesehenen Tonnen entsorgt werden.
Für Plastik, Papier und Pappe, für Obst- und Gemüsereste (Bioabfälle) und für anderen Müll gibt es unterschiedliche Tonnen.
Bitte halten Sie sich an die Mülltrennung, da ein großer Teil des Abfalls weiter verwendet wird und sie ein wichtiger Teil des Umweltschutzes ist.

- Was gehört in welche Mülltonne?
- Wann werden die Tonnen geleert?
- Wo gibt es eine Wertstoff-Sammelstelle?

Energiesparen durch Lüften und richtiges Heizen

Achten Sie darauf, dass Sie regelmäßig lüften (mindestens drei mal am Tag das Fenster für fünf Minuten ganz öffnen) und richtig heizen.
So verhindern Sie, dass Schimmel entsteht und sparen Energie.

Ausführliche Infos und hilfreiche Tipps erhalten Sie hier in: Deutsch, Russisch, Arabisch

Wie und wo lässt sich Energie einsparen?

Energiesparen bedeutet, die gewünschte „Leistung“ mit weniger End-Energie (elektrischem Strom, Brenn- und Kraftstoffen) zu erreichen.
Es heißt aber auch, einfach einmal auf etwas zu verzichten.
Überall können wir Energie sparen: im Haushalt, in Industrie und Gewerbe und im Verkehr.
Über die eingesparten Energiekosten zahlt sich das über kurz oder lang aus.
Das bringt doppelten Nutzen: für die Umwelt und den Geldbeutel.

In dieser Checkliste erfahren Sie, wie Sie möglichst wenig Strom und warmes Wasser verbrauchen und so Geld sparen können.

Um zu vermeiden, das sich in Ihrer Wohnung Schimmel bildet, kommt es auf richtiges Heizen und Lüften an.

Die Checkliste gibt es auf Deutsch, Englisch, Arabisch, Kurdisch und Dari.

Internet, TV und Rundfunkbeitrag (GEZ)

Internet und TV

Hier können Anbieter frei gewählt werden.
Wichtig ist zu beachten, dass die Mindestvertragslaufzeit meist 24 Monate beträgt.
Eine Kündigung ist nur in besonderen Fällen möglich.

Rundfunkbeitrag (GEZ) – Pflicht

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

Das Gesetz legt fest: Für jede Wohnung muss in Deutschland ein Rundfunkbeitrag gezahlt werden.
Pro Wohnung muss aber nur eine Person den Rundfunkbeitrag zahlen.
Das kostet 18,36 € im Monat.
Das Geld muss an den Beitragsservice von ARD, ZDF und Deutschlandradio bezahlt werden.

Mehr Informationen (auch in anderen Sprachen) gibt es hier: Rundfunkbeitrag

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

Den Antrag zur Befreiung finden Sie hier

Hilfe im Notfall

Ein Notfall ist zum Beispiel eine lebensbedrohliche Krankheit oder Verletzung.

Im Notfall brauchen Sie sofort einen Arzt, wenn Sie zum Beispiel

- sehr hohes Fieber haben.
- einen Knochen gebrochen haben.
- eine starke Blutung haben.
- nicht atmen können.

- etwas Giftiges gegessen oder getrunken haben.
- bewusstlos (=ohnmächtig) sind.
- Im Notfall können Sie immer in die Klinik gehen.
- Die Klinik hat eine Notaufnahme.

Wenn es zu schwer ist, in die Notaufnahme zu kommen, dann rufen sie den Krankenwagen („Rettungsdienst“).
Ein Krankenwagen kann schnell bei Ihnen sein.

Das heißt Notruf
Der Notruf kostet kein Geld.
Sie können den Notruf mit jedem Telefon anrufen.

Die Notrufnummern der Handys funktionieren immer, auch bei Prepaid-Karte ohne Guthaben/Geld!

Polizei, Feuerwehr, Notruf, Gift-Notruf

Polizei 📞110 Feuerwehr 📞112 Medizinischer Notfall, Unfall 📞112 Gift-Notruf Nürnberg 📞 +49 (0) 9113982451 Gift-Notruf München 📞 +49 (0) 8919240

Wichtige Regeln im Notfall:

Sie rufen 112 an.
Sagen Sie die wichtigen Dinge:

- **Wer** ruft an (Ihr Name)?
- **Wo** ist etwas passiert (Adresse)?
- **Was** ist passiert?
- **Wie viele** Verletzte oder Kranke gibt es?
- **Welche** Art von Krankheiten oder Verletzungen liegen vor?
- **Warten** Sie auf Rückfragen!
- Bleiben Sie ruhig.
- Sprechen Sie langsam und deutlich. Dann versteht man Sie besser.
- Beenden Sie nicht das Gespräch.
- Alle wichtigen Informationen sind übermittelt?
- Die Notrufstelle / die Polizei beendet das Gespräch.

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

Sorgen-Telefon (bei psychischen Krisen)

Sie sind verzweifelt?
Sie haben eine psychische Krise?
Hier können Sie immer anrufen:

Telefon-Seelsorge:

📞+49 (0) 8001110111 oder 📞 +49 (0) 8001110222

Kinder- und Jugendtelefon:

📞+49 (0) 8001110333