

İçindekiler

Sağlık	2
Genel bilgi	2
Sağlık hakkında genel bilgiler	2
Sağlık sigortası	2
Doktor ziyareti	3
İlaçlar ve eczaneler	4
Acil durum numaraları - SOS	4
Aşılar	5
Kanser taraması	6
Depresyon	6
Bağımlılık	6
Oberhausen Hristiyan Darülacezeleri	6
Elektronik hasta dosyası (ePA)	7
Danışma merkezleri ve yardım teklifleri	8
Aile rehberi	9
göğüs bakımı uygulaması	9
HIV, AIDS ve CİNSEL YOLLA BULAŞAN ENFEKSİYONLAR (CYBE) için danışmanlık ve test merkezi	10
Fahişeleri Koruma Yasası (ProstSchG)	11
Tüberküloz bakımı	12
Engelli bireyler için danışmanlık merkezi	13
Enfeksiyondan Korunma Yasası uyarınca gıdaların işlenmesine ilişkin talimat	14
Bağımlılık danışmanlığı	15
Sosyal psikiyatri servisi	15
Çocuk ve gençlik sağlığı hizmeti - hareket ve algı için danışma merkezi	16
Psikolojik acil durumlar için yardım	17
Çocuklar ve gençler için psikolojik acil durumlarda yardım	18

Sağlık

Genel bilgi

Sağlık hakkında genel bilgiler

Akut bir hastalığınız mı var? Ağrınız mı var? Almanya'da temel tıbbi bakım hakkına sahipsiniz. Bazı aşılar devlet tarafından tavsiye edilir. Bu aşıları yaptırabilirsiniz. Bazı muayeneler tavsiye edilir. Bunlar hastalıkları önlemeye yöneliktir. Bu muayeneleri yaptırabilirsiniz. Bazı muayeneler sağlığınız için çok önemlidir. Bunları doktorlardan ücretsiz olarak alabilirsiniz. Aşağıdaki durumlarda bir doktora görünün

- Akut olarak hastaysanız veya ağrınız varsa
- hamilesiniz
- Kronik olarak hastaysanız. Örneğin diyabetiniz, epilepsiniz veya akıl hastalığınız var.

💡 Bu [rehber](#) size Alman sağlık sisteminde yol gösterecektir. Rehber, sağlık sisteminde yolunuzu bulmanıza yardımcı olur: Yasal ve özel sağlık sigortası arasındaki farkları gösterir, tıbbi bakım ve koruyucu sağlık hizmetlerinin önemi ve uzun süreli bakım sigortası hakkında bilgi verir.

Tıbbi muayenehaneleri buradan arayabilirsiniz: [Arztverzeichnis](#)

💡 Hala ilaçlarınız var mı? Alternatif olarak, ilacınızın prospektüsü yanınızda mı? Bunları doktor randevunuza yanınızda getirin.

Hastalığınız nedeniyle daha önce bir doktora veya hastaneye gittiniz mi? Lütfen bulguları yanınızda getirin.

👤 Oturma izniniz var mı? O zaman düzenli bir sağlık sigortası şirketine kayıt yaptırmalısınız. Orada bir sigorta kartı alacaksınız. Bu size doktorlardan hizmet alma hakkı verir. Tıpkı Almanya'daki tüm vatandaşlar gibi.

Sağlık sigortası

Almanya'da sigorta zorunludur. Oturma izniniz var mı? O zaman düzenli bir sağlık sigortasına kayıt olmalısınız. Orada bir sigorta kartı alacaksınız. Bu kart size Almanya'daki herkesle aynı hakları sağlayacaktır.

Yurtdışında akut bir hastalığınız mı var? Birçok yabancı doktor muayenehanesinde ve hastanede temel bakım hizmeti alabilirsiniz. Sağlık sigortanızdan bilgi alabilirsiniz.

İstedığınız bir pratisyen hekimi (aile hekimi) seçebilirsiniz. Bir uzmanın tedavisine mi ihtiyacınız var? O zaman aile hekiminizden bir sevk alacaksınız.

💡 Bir hastaneye mi gidiyorsunuz? Bir terapist mi gidiyorsunuz? Bir doktora mı gidiyorsunuz? O zaman sigorta kartınızı yanınıza alın.

Sigorta kartı

Sigorta kartı çok önemlidir. Doktora onunla gidebilirsiniz. Doktorların çalışmaları sigortanız tarafından ödenir. Bu kart aynı zamanda Avrupa çapında sigortanızdır.EHIC Buna Avrupa Sağlık Sigortası Kartı () denir. Tüm AB ülkelerinde doktora gitmek için kullanabilirsiniz.

💡 AB dışında bir ülkeye mi seyahat ediyorsunuz? O zaman ek sigorta yaptırmalısınız. Yurtdışı sigortası sizi seyahat ederken korur. Buna uluslararası sağlık sigortası denir.

Alman sağlık sistemini anlamak ister misiniz? Bu [web sitesinde](#) bilgi bulabilirsiniz. Bu bilgiler Almanca ve İngilizce olarak mevcuttur.

📍 [Burada](#) sağlık sigortası ile ilgili tüm önemli bilgileri bulabilirsiniz (Bölüm 1'i okuyun). Kılavuz Alman sağlık sistemini açıklamaktadır. [Diğer dillerde](#) de mevcuttur: "Almanya'daki Sığınmacılar için Sağlık Rehberi" ve "Herkes için Sağlık Rehberi" önemlidir.

👤 Mülteci veya sığınmacı olarak henüz sağlık sigortası kapsamında değilsiniz. Bir sağlık sigortası kuponuna ihtiyacınız var. Bu, doktora gitmenizi sağlar. Bu belgeleri [sosyal](#) yardım dairesinden temin edebilirsiniz.

Doktor ziyareti

Pratisyen hekimler ve uzmanlar

Hasta mısınız? Aile doktorunuza gidin. Kendi aile hekiminizi seçebilirsiniz. GP'ler kendi çalışma saatlerini belirler. Aile hekiminizin size yardım etmesini mi istiyorsunuz? Randevu alın.

Aile hekimleri önemli muayeneler yaparlar. Hastalık durumunda ilk temas noktanızdır. Gerekli ilaçlara karar verirler. Bir uzman muayenesinin gerekli olup olmadığına karar verirler.

Tıbbi muayenehaneleri buradan arayabilirsiniz: [Arztverzeichnis](#)

Aile hekiminiz gerektiğinde sizi bir uzmana yönlendirecektir. Özel muayeneler yapabilirler.

☎ [116117](#) Muayenehane kapalıysa, çağrı üzerine tıbbi hizmet () yardımcı olabilir.

🚑 Acil durum muayenehanelerini [buradan](#) arayabilirsiniz. Bunlar, çalışma saatleri dışında da yardımcı olabilecek doktorlardır.

Pediatristler

Çocuk doktorları çocukları muayene eder. Çocuklar için öngörülen muayeneler vardır. Bunlar çocuğunuzun sağlığı için önemlidir. Bunlar çocuklarda hastalıkların önlenmesine yöneliktir. Çocuklar ayrıca aşılanmalıdır. Aşılar önemlidir. Bunlar çocukların belirli hastalıklara yakalanmasını önler.U-Untersuchungen Öngörülen muayeneler " " olarak adlandırılır. Her zaman belirli bir zamanda yapılır. Bu muayeneler ücretsizdir. Daha fazla bilgi için lütfen bir çocuk doktoruna danışın.

Diş hekimleri

Diş ağrınız varsa, bir diş hekimine gidin.

Jinekologlar (jinekologlar)

Bir jinekoloğun kadınları düzenli olarak muayene etmesi önemlidir. Bu sayede doktorlar hastalıkları yeterince erken fark edebilirler. Buna önleyici check-up denir. Orada doğum kontrolü konusunu da görüşebilirsiniz.

💡 Uygun bir doktor bulmak için yardıma mı ihtiyacınız var? [Destek grubunuza](#) danışın. Alternatif olarak kaldığınız yerdeki danışmana da sorabilirsiniz.

👥 Sığınma mı arıyorsunuz? Hasta mısınız? Bir doktora görünmeniz mi gerekiyor? O zaman [sosyal yardım dairesinden](#) tedavi için bir kupon alacaksınız. Bununla, doktor ziyareti sizin için ücretsizdir.

👥 Ameliyat mı olmanız gerekiyor? Acil bir durum değil mi? O zaman sosyal yardım [dairesi](#) hastanede kalmanıza izin vermelidir. Hastaneye gitmeden önce izin için başvurun. Doktorunuz size bir sertifika verecektir. Sosyal yardım dairesi sadece tıbbi olarak gerekli ameliyatlara karşılır.

Bereich Soziales: Sozialrathaus

📍 **Essener Straße 53, Oberhausen**

☎ [**+49 \(0\) 2088259431**](tel:+492088259431)

İlaçlar ve eczaneler

İlaça mı ihtiyacınız var? O zaman doktorunuza gidin. Size bir reçete verecektir. Bu reçete ile herhangi bir eczaneden ilacınızı alabilirsiniz. Eczaneler genellikle Pazartesi'den Cumartesi'ye kadar açıktır. Çalışma saatleri eczaneye göre değişir. Gece veya hafta sonu acilen ilaca mı ihtiyacınız var? Her eczanede acil servisi olan eczanenin adı ve adresinin yazılı olduğu bir tabela bulunur. Bu bilgileri internette de bulabilirsiniz.

Eczane acil servislerini arayın

📞 [Aponet](#)

👥 Sığınmacı olarak birçok ilacı katkı payı ödemededen alabilirsiniz. Bu nedenle doktorunuza danışmalısınız. Reçeteniz yoksa, ilaç için her zaman ödeme yapmanız gerekecektir.

Acil durum numaraları - SOS

Acil durum, sağlığa yönelik akut bir tehdittir. Acil bir durumunuz mu var? O zaman bir acil doktoru arayın.

Acil durum iletişim bilgileri

☎ **Polis [110](#)**

☎ **İtfaiye, kurtarma servisi [112](#)**

☎ **Ambulans, acil doktor [112](#)**

💡 Cep telefonlarındaki acil durum numaraları her zaman çalışır. Cep telefonunuzda hiç kontör yok mu? Numara hala çalışıyor!

Acil durum çağrısı için önemli bilgiler

- Kim arıyor (adınız)?
- Nerede bir şey oldu (adres)?
- Ne oldu?
- Kaç yaralı veya hasta var?
- Ne tür hastalıklar veya yaralanmalar var?
- Başka sorular için bekleyin!

Sakinliğinizi koruyun. Yavaş ve net konuşun. Böylece daha iyi anlaşılırsınız. Konuşmayı sonlandırmayın. Tüm önemli bilgiler iletilmi mi? Acil çağrı merkezi / polis aramayı sonlandıracaktır.

💡 Hastaneye mi gidiyorsunuz? Kimlik kartınızı veya varış belgenizi unutmayın. Bir sağlık sigortası şirketine kayıtlı mısınız? Sigorta kartınızı yanınızda getirin.

👥 Bir sığınmacı olarak, tedavi fişi olmadan sadece acil durumlarda hastaneye gidebilirsiniz. Hastaneye varış belgenizi göstermelisiniz. Bu durumda hastane sizin iltica talebinde bulunduğunuzu kabul edecektir. Masraflar sosyal yardım dairesi tarafından ödenecektir.

Aşılar

Aşılar sayesinde Almanya'da bazı hastalıklar artık görülmüyor ya da çok az görülüyor. Bu nedenle aşılar özellikle çocuklar için önemlidir.

[Daha fazla bilgiyi burada bulabilirsiniz.](#)

Aşılar bir aşı defterine kaydedilir.

[Daha fazla bilgiyi burada bulabilirsiniz.](#)

Hangi aşıların sizin için uygun ve gerekli olduğu konusunda en iyi doktorunuz size tavsiyede bulunabilir.

[Daha fazla bilgiyi burada bulabilirsiniz.](#)

Aşı nedir?

Bir aşı sırasında organizma özellikle patojenlerle (antijenler) temas ettirilir. Bu patojenler hastalığa neden olamaz. Ancak bağışıklık sistemini uyarırlar. Bunun sonucunda vücudun kendi savunma maddeleri (antikorlar) oluşur.

Aşılama sırasında vücutta, bir hastalık sırasında olduğu gibi nazik bir şekilde aynı şey olur:

Vücudun kendi bağışıklık savunması antikorlar oluşturarak tepki verir. Antikorlar sizi söz konusu bulaşıcı hastalığa karşı korur. Korumanın sürdürülebilmesi için belirli aşıların zaman zaman tekrarlanması gerekir.

[Bu kısa film size aşı hakkında bilgi vermektedir.](#)

Kanser taraması

Giderek daha fazla insan kansere yakalanıyor. Bu nedenle önleyici kontroller çok önemlidir. Kanser ne kadar erken teşhis edilirse, başarılı tedavi şansı da o kadar artar.

[Daha fazla bilgiyi burada bulabilirsiniz.](#)

Almanya'da [erkekler](#) ve [kadınlar](#) için tarama programları vardır.

Depresyon

Depresyon birçok insanı etkileyen yaygın bir hastalıktır. Normal ruh hali değişimlerinden farklıdır ve sadece günlük sorunlara tepki vermez. Sosyal, psikolojik ve biyolojik faktörlerin hepsi depresyonda rol oynar.

Depresyon duygularımızı, düşüncelerimizi, bedenimizi, yeme davranışımızı, uykumuzu ve diğer insanlarla ilişkilerimizi etkiler. Geçici bir ruh hali veya zayıflık değildir ve ondan öylece kurtulamazsınız.

Herkes depresyona girebilir. Bu durum cinsiyet, meslek, yaş veya yaşam evresinden bağımsızdır. Dışarıdan mutlu ve kaygısız görünen insanlar bile depresyondan muzdarip olabilir.

Ancak depresyon için yardım vardır. Eğer depresyonda olduğunuzu düşünüyorsanız, destek almalısınız.

[Burada daha fazla bilgi bulabilirsiniz.](#)

Bağımlılık

Almanya'da [bağımlılık/bağımlılık](#) bir hastalıktır, kişisel bir zayıflık ya da kişisel bir başarısızlık değildir. Bağımlılık/bağımlılık bir suçluluk meselesi de değildir. İnsanlar pek çok şeye bağımlı olabilir: Uyuşturucu, alkol, ilaç, nikotin vb.

[Kumar, internet veya bilgisayar oyunları](#) da bağımlılık yaratabilir. Genellikle aile içinde, parayla, işte veya polisle ilgili sorunlar vardır.

Bu konuda bir şeyler yapabilirsiniz. Bu bir hastalıktır ve kendinizi bundan kurtarmak için destek alabilirsiniz.

Oberhausen Hristiyan Darülacezeleri

Ölmekte olan insanlara yaşamlarının son evresinde eşlik ediyoruz. Hospislerimiz, ölümün hayatın bir parçası olarak kabul edilmesini sağlamaya yardımcı olmak istiyor. İnsanların son nefeslerine kadar onurlu bir şekilde yaşamalarını istiyoruz. Oberhausen'da üç hospisimiz var. Yetişkinler için bir yatılı ve bir ayakta bakımevi sunuyoruz. "Mowennest" Ayrıca çocuklar için bir ayakta tedavi hospisimiz var. Ayrıca aile üyelerini de destekliyoruz. Akrabalar ve arkadaşlar buraya her zaman davetlidir.

Günün nasıl organize edileceği, misafirin bireysel durumuna ve isteklerine bağlıdır.

Bizi burada bulabilirsiniz

 [Christliche Hospize Oberhausen](#)

 [Vestische Straße 6, 46117 Oberhausen](#) (yatılı hospis)

 [+49 \(0\) 2083026612](#)

 [@info@ch-ob.de](#)

 [Pallottihaus, Vikariestr. 2a, 46117 Oberhausen](#) (yetişkinler için ayakta hospis)

 [+49 \(0\) 20863593433](#)

 [Pallottihaus, Vikariestr. 2a, 46117 Oberhausen](#) (çocuklar için ayakta bakımevi)

 [+49 \(0\) 20874014870](#)

Elektronik hasta dosyası (ePA)

15 Ocak 2025 tarihinden itibaren Almanya'da **elektronik hasta dosyası (ePA)** adı verilen yeni bir dijital hasta dosyası uygulamaya konulacaktır. Bu dosyada, doktorun sağlığını hakkında ne bulduğu, hangi ilaçları kullandığınız veya hangi muayeneleri olduğunuz gibi tüm önemli sağlık verileri saklanacaktır.

Yasal sağlık sigortası olan herkes bu ePA'yı otomatik olarak alır. Bunu istemiyorsanız, itiraz edebilirsiniz.

Doktorlar ve hastalar ePA aracılığıyla sağlık verilerine hızlı ve kolay bir şekilde erişebilirler. Ancak bu verileri sadece yetkili kişiler görebilir. Bu, verilerin güvenliğini sağlar.

Sigortalılar bir ePA kurmayı nasıl reddedebilir? Hangi son tarihler geçerlidir?

Bir kişi daha sonraki bir tarihte ePA'yı artık kullanmak istemezse, onu sildirebilir. Amaç, sağlığı iyileştirmek için doktorların ve hastaların birlikte daha hızlı ve daha iyi çalışmasını sağlamaktır.

Bir kişi ePA'yı reddetmek isterse, sağlık sigortası şirketini bilgilendirmelidir. Bunu yapmazlarsa, EPR otomatik olarak oluşturulacaktır.

ePA hakkında önemli ayrıntılar. Aklınızda tutmanız gerekenler nelerdir?

EPC'nin içeriği:

- Doktor ziyaretlerinizden elde edilen tüm önemli bilgiler, dijital formda mevcutsa otomatik olarak EPR'ye dahil edilir. Bu, örneğin doktorun yazdığı bulguların veya teşhislerin EPR'ye aktarılacağı anlamına gelir.
- Ayrıca yaşamsal belirtiler (örneğin boyunuz veya kilonuz) gibi bilgileri veya eski tıbbi belgeleri ePA'ya kendiniz de yükleyebilirsiniz.

- 2025'ten itibaren, kullandığınız tüm ilaçlara otomatik bir genel bakış olacaktır. Bu daha sonra özel bir ilaç planı ile desteklenecektir.

Erişim hakları:

- Hangi doktorların veya hastanelerin ePA'nıza erişim yetkisine sahip olduğunu belirleyebilirsiniz. Değişiklik yapmak isterseniz, bunu ePA uygulaması aracılığıyla yapabilir veya sağlık sigortası şirketinizin ombudsmanlık bürosuna başvurabilirsiniz.
- Sağlık kartınız bir doktor muayenehanesinde veya hastanede okutulursa, itiraz etmediğiniz sürece ePA'nıza 90 gün boyunca geçici olarak erişebilecektir.

Kullanım ve erişilebilirlik:

- ePA'yı akıllı telefonunuzdaki özel bir uygulama aracılığıyla yönetebilirsiniz. Her yasal sağlık sigortası fonu, App Store'dan (iOS için) veya Google Play Store'dan (Android için) ücretsiz olarak indirebileceğiniz kendi ePA uygulamasını sunar.
- Akıllı telefonunuz yoksa, ePA'nıza erişmek için eczanelerden veya özel merkezlerden destek alabilirsiniz.

Yasal düzenlemeler:

- ePA'nın tanıtımı ilk olarak Hamburg ve Kuzey Ren-Vestfalya'da başlayacaktır. Daha sonra Şubat 2025'ten itibaren tüm Almanya'da kullanılabilir.
- Özel sigortalı kişiler de ePA kullanabilir, ancak bu söz konusu sigorta şirketine bağlıdır.

Avantajlar:

- ePA, doktorlar, hastaneler ve diğer tıbbi tesisler arasındaki iletişimi kolaylaştırır. Sağlık verilerinize daha iyi bir genel bakış sağlar.
- EPA ayrıca ilaçların güvenliğini ve doğruluğunu da artırır.

Zorluklar:

- Eski kağıt tıbbi raporlar gibi tüm belgeler otomatik olarak dijitalleştirilmez. Ancak, sağlık sigortası sağlayıcınıza dijitalleştirmeyi üstlenip üstlenemeyeceklerini sorabilirsiniz.
- Bazı doktorların muayenehane yazılımlarını uyarlamaları gerektiğinden başlangıçta teknik zorluklar yaşanabilir.
- Bir başka sorun da çok dilli bilgilerin, yani diğer dillere çevirilerin olmamasıdır.

ePA, sağlık sektöründe dijitalleşmeye yönelik önemli bir adımdır. Tıbbi bakımı iyileştirmelidir. Ayrıca araştırmalar için de bir temel oluşturmaktadır.

Daha fazla bilgi edinmek ister misiniz? Daha fazla bilgiye buradan ulaşabilirsiniz:

 [Yasal Sağlık Sigortası Hekimleri Derneği SSS](#)

 [KBV tarafından elektronik hasta dosyasına \(ePA\) ilişkin sorular ve cevaplar](#)

 [Tüketici danışma merkezinden ePA hakkında bilgi](#)

Danışma merkezleri ve yardım teklifleri

Aile rehberi

Aktion Mensch bir aile rehberi yayınlıyor. Aile rehberi engelli bireylere yöneliktir. Ve onların ailelerine. Rehberde bilgi ve adresler yer alıyor. Ayrıca bir web sitesi de var. Burada engellilikle yaşam hakkında önemli bilgiler bulabilirsiniz.

Bu bilgilere basit ve kolay Almanca dilinde şu adresten ulaşabilirsiniz:

- okul
- meslek
- boş zaman
- erişilebilirlik
- haklar
- konut
- DANIŞMANLIK
- sağlık sigortası
- bakım sigortası

ve çok daha fazlası.

 [Aile rehberi](#)

 [Caritas Oberhausen](#)

göğüs bakımı uygulaması

Meme kanseri dünya çapında en yaygın kanser türüdür. Avrupa'da her sekiz kadından biri yaşamı boyunca meme kanserine yakalanacaktır. Sadece Almanya'da her yıl yaklaşık 70.000 kadına meme kanseri teşhisi konulmaktadır. Hastalık ne kadar erken teşhis edilirse, tedavi şansı da o kadar artar. Vakaların yaklaşık %25'i sağlıklı bir yaşam tarzı benimsenerek önlenabilir. Meme bakımı uygulaması bilimsel temellere dayanmaktadır. Meme kanseri hakkında önemli olan her şeyi anlaşılması kolay bir şekilde açıklar. Ayrıca erken teşhis konusunu da ele alır. Sağlıklı bir yaşam tarzının ne kadar önemli olduğunu öğreniyorsunuz. Uygulama şu anda yedi dilde mevcuttur: Arapça, Almanca, İngilizce, Farsça, Fransızca, İspanyolca ve Türkçe.

Meme bakımı uygulaması

- bir döngü takvimi ile kendi göğüslerinizi palpe etmenizi hatırlatır
- Kendi kendine muayeneyi resimli talimatlarla adım adım açıklar
- risk faktörlerini ve semptomları açıklar ve sağlıklı bir yaşam tarzı için özel ipuçları sağlar
- Almanya'daki tıbbi tarama muayeneleri hakkındaki soruları yanıtlıyor
- Kadınların soruları için başvurabilecekleri meme merkezleri, entegrasyon görevlileri veya destek hizmetleri gibi çok sayıda irtibat noktasına bağlantılar
- etkilenen kadınların cesaret verici hikayelerini anlatıyor

Uygulamayı Apple ve Google uygulama mağazalarından indirebilirsiniz. Uygulama ücretsizdir. Uygulama kişisel veriler toplanmadan kullanılabilir. Reklam içermez ve uzun vadeli olarak

tasarlanmıştır. Yedi dilde daha fazla bilgi için [buraya](#) tıklayın.

HIV, AIDS ve CİNSEL YOLLA BULAŞAN ENFEKSİYONLAR (CYBE) için danışmanlık ve test merkezi

Danışmanlık ücretsizdir, anonimdir ve yargılayıcı değildir.

Aşağıdaki konularda danışmanlık hizmeti sunmaktayız:

- HIV, AIDS ve diğer cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar
- bulaşma yolları ve korunma seçenekleri (örn. kondom kullanımı veya PrEP)
- Cinsellik ve cinsel sağlığınız

Danışmanlık, sorularınıza ve bireysel ihtiyaçlarınıza göre uyarlanır.

Danışmanlık şu şekilde gerçekleştirilir

- şahsen
- telefonla
- e-posta ile

Lütfen bizimle iletişime geçmekten çekinmeyin.

HIV ve sifiliz gibi cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar için testler ücretsiz, gizli ve anonimdir:

- frengi
- Klamidya
- Gonococcus (bel soğukluğu)

Telefonla veya çevrimiçi olarak randevu alabilirsiniz.

 [02088252597](tel:02088252597)

Danışmanlık hizmeti Almanca ve İngilizce dillerinde verilmektedir.

Diğer diller için lütfen bize bir e-posta gönderin sti@oberhausen.de.

İLETİŞİM

HIV, AIDS ve CYBE için danışma ve test merkezi

 Tannenbergr. 11-13

Oda 0.06

46045 Oberhausen

 [02088252597](tel:02088252597)

[@sti@oberhausen.de](mailto:sti@oberhausen.de)

[Online randevu](#) rezervasyonu

Fahişeleri Koruma Yasası (ProstSchG)

Fahişeleri Koruma Yasası (ProstSchG) 1 Temmuz 2017 tarihinde yürürlüğe girmiştir.

ProstSchG 'un amacı

- fuhuş sektöründe çalışan kişilerin korunması,
- kendi kaderini tayin hakkını güçlendirmek,
- sağlığın korunması,
- suç ve insan kaçakçılığı ile mücadele
- şiddet, pezevenklik ve hayat kadınlarının sömürülmesiyle mücadele

Yasa, ilk kez bir fuhuş işletmesi işletmek için gerekli şartları getirmektedir. Tantra masajları veya eskortlar gibi tüm cinsel hizmetler için geçerlidir.

Kayıt olma zorunluluğu ve ruhsat alma zorunluluğu ile ilgili olarak nelere dikkat edilmesi gerekmektedir:

Yasa, hayat kadınlarının kayıt yaptırması ve sağlık danışmanlığından geçmesi gerektiğini belirtmektedir. Bir fuhuş işletmesini işletmek için bir ruhsat gereklidir.

Fahişeler kayıt yaptırdıklarında, çok sayıda bilgi ve danışmanlık içeren bir mülakat yapılır. Yetkililerle temas, hak ve yükümlülüklerini anlamalarına yardımcı olur.

Kayıt prosedürü:

Sağlık danışmanlığı sağlık departmanı tarafından sağlanır ve ücretsizdir. Daha sonra bir sertifika verilir. Daha sonra, sağlık danışmanlığı sertifikası ile "Vatandaş Hizmetleri, Kamu Düzeni" departmanında kayıt yapılır.

Sağlık danışmanlığı, faaliyetin ilk kaydından önce gerçekleştirilmiş olmalıdır.

Sağlık danışmanlığından sonra, hayat kadınları

- 21 yaşından büyükler için en az 12 ayda bir
- 21 yaşından küçükler için en az 6 ayda bir

yeni bir sağlık danışmanlığı oturumuna katılır.

Sağlık danışmanlığının konuları şunlardır

- hastalık önleme
- doğum kontrolü
- Hamilelik
- alkol ve uyuşturucu kullanımının riskleri

Sağlık danışmanlığı gizli bir görüşme şeklinde gerçekleşir. Gerekirse ve sadece her iki tarafın karşılıklı rızasıyla, bir dil arabulucusu kullanılacaktır.

Sertifika:

Danışmanlık seansından sonra bir sağlık danışmanlığı sertifikası alacaksınız. Bu, "Bürgerservice, Kamu Düzeni" departmanına kayıt için gereklidir.

Talep üzerine, bu sertifika takma adınız veya iş adınızla düzenlenebilir.

 Lütfen telefonla randevu alınız.

 Olga Reingruber

 [Tannenbergstr. 11-13, 46045 Oberhausen](#), Zimmer 0.09

 [02088252204](tel:02088252204)

Fax [02088255330](tel:02088255330)

[@olga.reingruber@oberhausen.de](mailto:olga.reingruber@oberhausen.de)

Tüberküloz bakımı

Hedef grup nedir?

- Tüberküloz hakkında soruları olan tüm vatandaşlar (TBC).
- Tüberküloz geçirmiş veya geçirmekte olan kişiler.
- Tüberküloz hastası olan ya da tüberküloz hastalarıyla teması olan kişiler.

Hangi hizmetler mevcuttur?

- Tıbbi danışmanlık ve tüberküloz hastalığı hakkında bilgilendirme
- Hastalık sonrası uzun dönem hasta bakımı
- Röntgen muayeneleri ve laboratuvar testleri
- Tüberkülozda davranış ve yaşam tarzı üzerine yoğun danışmanlık
- Tüm konsültasyon ve muayeneler ücretsizdir.

İLETİŞİM KİŞİSİ

Melanie Kothe

 [+49 \(0\) 2088252867](tel:+49(0)2088252867)

[@melanie.kothe@oberhausen.de](mailto:melanie.kothe@oberhausen.de)

Zimmer0.36

Vanessa Schulz

 [+49 \(0\) 2088252320](tel:+49(0)2088252320)

[@vanessa.schulz@oberhausen.de](mailto:vanessa.schulz@oberhausen.de)

Zimmer: 0.25



PAZARTESİ

08:30 - 12:00

13:30 - 15:00

Salı

08:30 - 12:00

13:30 - 15:00

Çarşamba

08:30 - 12:00

13:30 - 15:00

Perşembe

08:30 - 12:00

13:30 - 15:00

Cuma

08:30 - 12:00

DIENTSGEBÄUDE

Tannenbergsraße 11-13

46045 Oberhausen

Engelli bireyler için danışmanlık merkezi

Konular hakkında danışmanlık:

- Engellilik sorunları
- bakım sigortası
- entegrasyon yardımı
- yardımların sağlanması
- Konut danışmanlığı
- Terapi ve destek seçenekleri
- boş zaman faaliyetleri
- Mali yardım
- Toplum yaşamına katılım
- kişisel bütçe
- Eşlik eden destek
- kendi kendine yardım grupları, dernekler, kulüpler ve diğer hizmet sağlayıcılarla temasların düzenlenmesi
- diğer hizmet sağlayıcılar
- uygun kısa süreli bakım yerleri ve yatılı bakım yerleri bulma konusunda yardım

Hizmetler ücretsizdir ve tüm yaş grupları içindir.

Danışma merkezinde veya ev ziyareti kapsamında danışmanlık hizmeti verilmektedir.

İletişim kurulacak kişiler



Kirsten Habers



[02088256181](tel:02088256181)

@behindertenberatung@oberhausen.de

Oda 0.32

 Peter Hillebrand

 [02088256116](tel:02088256116)

@behindertenberatung@oberhausen.de

Oda: 0.31

 Tannenbergestr. 11-13 46045 Oberhausen



Pazartesi

08:00 - 15:00

Salı

08:00 - 15:00

Çarşamba

08:00 - 15:00

Perşembe: 08:00 - 15:00

08:00 - 15:00

Cuma

08:00 - 12:00

Lütfen telefonla randevu alınız.

Pazartesi'den Cuma'ya 07:30'dan itibaren telefonla ulaşılabilir.

Enfeksiyondan Korunma Yasası uyarınca gıdaların işlenmesine ilişkin talimat

Açık, ambalajsız gıdalarla temas ettikleri mesleki/ticari bir faaliyette bulunmak isteyen kişilerin enfeksiyondan korunma sertifikasına sahip olmaları gerekmektedir. Bu sertifika üç aydan eski olmamalıdır. Bu durum yemek sektöründe, fırınlarda ve tüm gıda işleme şirketlerinde, ayrıca anaokullarında, hastanelerde ve huzurevlerinde geçerlidir.

Eğitim, Enfeksiyondan Korunma Yasası'nın § 42 ve § 43 maddeleri uyarınca verilmektedir.

Daha fazla bilgi için:

İLETİŞİM KURULACAK KİŞİLER

 [+49 \(0\) 2088252252](tel:+49(0)2088252252) oder [+49 \(0\) 2088252959](tel:+49(0)2088252959)

@ifSG-Belehrungen@oberhausen.de

KULLANILABİLİRLİK

Pazartesi

10:00 - 12:00 ve 13:30 - 15:00

Salı

10:00 - 12:00

Çarşamba

10:00 - 12:00 ve 13:30 - 15:00

Perşembe

10:00 - 12:00

Cuma

kapalı

 [Tannenbergsstraße 11 - 1346045 Oberhausen](#)

Oda: 0.40

Bağımlılık danışmanlığı

Bağımlılık danışmanlık servisi uygun danışmanlık ve destek hizmetleri sunmaktadır. Bağımlılığı önleme, yasal ve yasadışı maddeler hakkında hizmetler vardır.

"Bağımlılık Danışmanlığı" yetkinlik merkezi iyi bir kalite sunabilir.

Buna sahadan kişiler de dahildir, örneğin

- bağımlılık terapistleri
- bağımlılık alanında çalışan sosyal terapistler
- sosyal hizmet uzmanları
- sosyal pedagoglar

Bize bu şekilde ulaşabilirsiniz:

 [Dorstener Str. 52](#)

Toplu taşıma ile:

Durak: MAN Turbo

Tramvay hattı: 122

Otobüs güzergahı: 122, 90, 95, 96

Tramvay hattından çıktıktan sonra Dorstener Straße adresine gidin. 5 dakika sonra caddenin sağ tarafında bize ulaşacaksınız.

SpDi/sağlık departmanı:

[Tannenbergsstraße 11-13](#)

Toplu taşıma ile:

Otobüs durağı: Hauptbahnhof

Sosyal psikiyatri servisi

Oberhausen Şehrin sosyal psikiyatri servisi, ruhsal bozukluklar ve hastalıklar için danışmanlık ve destek sağlamaktadır.

Hedef gruplar şunlardır

- akıl hastalığı olan kişiler
- rahatsızlıkları nedeniyle diğer hizmetlerden veya tesislerden yararlanamayan kişiler
- akrabalar
- kurumlar

Sosyal psikiyatri servisi tarafından sunulan hizmetler:

- Erken teşhis ve iletişim

- Danışmanlık seansları şeklinde durumun netleştirilmesi
- Gerekirse ev ziyaretleri
- Tıbbi ve terapötik önlemlerin başlatılması konusunda destek (örn. gündüz kliniği, rehabilitasyon, vb.)
- Yatış süresinin bitiminden sonra nüksleri önlemek için yardım teklifleri (örn. stabilizasyon teklifi)
- Akrabalar için danışmanlık
- Topluma yeniden entegrasyon konusunda destek
- Destekli barınma biçimleri ve destekli barınma biçimlerine yerleştirme hakkında bilgi (yatan hasta/ayakta tedavi gören hasta)

@sozialpsychiatrie@oberhausen.de

 [+49 \(0\) 2088252804](tel:+49(0)2088252804)

KULLANILABİLİRLİK

Pazartesi

Sabah 09.00 ile 11.00 arası

14.00 - 15.00

Salı

Sabah 09.00 ile 11.00 arası

14.00 - 15.00

Çarşamba

Sabah 09.00 ile 11.00 arası

14.00 - 15.00

Perşembe

Sabah 09.00 ile 11.00 arası

14.00 - 15.00

Cuma

Sabah 09.00 ile 11.00 arası.

Çocuk ve gençlik sağlığı hizmeti - hareket ve algı için danışma merkezi

Çocuğunuzla ilgili sorunlarınız varsa size yardımcı olabiliriz:

- Tökezleme, düşme ve bir şeylere çarpma
- dengesini bulmakta zorlanıyor
- çok huzursuz ve rahatlayamıyor
- konsantre olmakta zorluk çekiyor
- dikkati kolayca dağılabilir
- kendini iyi hissetmediğini söylüyor
- diğer çocuklara karşı saldırgandır
- fiziksel temastan kaçınır

Program kimler içindir?

Program aşağıdakiler içindir

- İyi göremeyen ve düzgün hareket edemeyen çocuklar ve gençler.
- Öğrenme ve sosyal davranış sorunları olan çocuklar ve gençler.
- Ebeveynler ve etkilenen kişilerle ilgilenmek zorunda olan diğer kişiler.
- Eğitimciler, terapistler ve tıp uzmanları.

Hangi hizmetleri sunuyoruz?

Tıbbi sevk olmadan da her yaşta hasta için ücretsiz danışmanlık ve teşhis hizmetleri sunuyoruz.

Ebeveynler, eğitimciler ve öğretmenler için "günlük yaşamda motopedi" konusunda bilgilendirme etkinlikleri düzenliyoruz.

Polikliniklere, kliniklere ve tesislere (mesleki, konuşma, fizyoterapi ve psikoterapi) yönlendirmeler yapıyoruz.

Uygun kendi kendine yardım gruplarının ve danışma merkezlerinin araştırılmasına yardımcı oluyoruz. Ayrıca dernek ve diğer kuruluşların araştırılmasına da yardımcı oluyoruz.

Telefon danışmanlığımız ve randevularımız Pazartesi'den Perşembe'ye kadar mevcuttur.

☎ [02088256126](tel:02088256126)



Nadine Jünemann

(motor terapist/sistemik aile danışmanı)



[Diagnostikraum Motopädie im Souterrain](#)

☎ [02088256126](tel:02088256126)

@nadine.juenemann@oberhausen.de

Psikolojik acil durumlar için yardım

Akıl hastalığının belirtileri neler olabilir?

- Kendinizi iyi hissetmiyorsunuz.
- Endişeleriniz var.
- Kötü anılar veya düşünceler.
- Evinizi özlüyorsunuz.
- Uyuyamıyorsunuz.
- Konsantrasyonunuz zayıf.
- Sık sık anksiyete yaşıyorsunuz.

Ruhsal hastalıklar depresyon, anksiyete bozuklukları, bağımlılıklar veya travmadır.

Yardım var!

Ruhsal hastalıklar için uzman doktorlar vardır. Ya da bir terapist.

Bir göç danışmanına da gidebilirsiniz. Bazı danışmanlar psikolojik sorunlar ve travma konusunda da size yardımcı olabilir.

Bu sayfada şimdi doğrudan iletişime geçebileceğiniz teklifler bulacaksınız.

Her gün ve her zaman yardım

Telefonla danışmanlık - herkes için ücretsiz yardım

Telefonla danışma hizmeti Almanya'da ücretsiz bir yardım hizmetidir. Eğer aşağıdaki durumlarda yardım alabilirsiniz:

- Üzgün veya yalnızsanız
- korkuyorlar
- Ailenizle sorunlarınız varsa
- İşinizi kaybettiyseniz
- Başka ciddi sorunlarınız varsa

Önemli: Yardım ücretsizdir, anonimdir ve günün her saati mevcuttur. Telefonla danışma hizmetini arayabilir, sohbet edebilir veya e-posta gönderebilir ve bir danışma merkezine yönlendirilebilirsiniz.

Telefonla danışmanlık hizmetini arayın

Her zaman ulaşılabilir - günde 24 saat, haftada 7 gün

Telefon numaraları (her üç telefon numarası da telefonla danışmanlık hizmetinden alınmıştır):

 [0800 111 01 11](tel:08001110111)

 [0800 111 02 22](tel:08001110222)

 [116 123](tel:116123)

Tüm aramalar ücretsizdir.

Kimliğiniz gizli kalır.

Geceleri ve hafta sonları bile.

Telefonla danışmanlık hizmeti ile sohbet edin veya e-posta yazın

Telefon etmek istemiyorsanız, yazabilirsiniz de. Telefonla danışmanlık hizmeti, yazılı danışmanlık için iki seçenek sunmaktadır:

- Acil yardım için sohbet edin
- Detaylı görüşmeler için e-posta

Her iki hizmet de ücretsizdir ve tamamen anonimdir. Bunlara erişmek için yalnızca bir e-posta adresine ihtiyacınız vardır - kişisel verileriniz korunur. Canlı sohbette doğrudan bir danışmana yazabilir ve anında yanıt alabilirsiniz. E-posta danışmanlığı ile endişeleriniz hakkında ayrıntılı olarak yazabilir ve 48 saat içinde kişisel bir yanıt alabilirsiniz.

Tüm mesajlar güvenli bir şekilde şifrelenir. Her iki hizmete de  www.telefonseelsorge.de web sitesinden erişebilirsiniz.

Çocuklar ve gençler için psikolojik acil durumlarda yardım

Zorluklar yaşayan çocuklar ve gençler için birçok hizmet bulunmaktadır. Başvurabileceğiniz çeşitli hizmetleri burada özetledik.

Kriz sohbeti - sohbet yoluyla günün her saati yardım

Kriz sohbeti her zaman mevcuttur - günde 24 saat, haftada 7 gün.
İyi eğitilmiş danışmanlar size gizli mesajlar yoluyla yardımcı olacaktır.
Kriz sohbeti ücretsizdir ve uzun bekleme süreleri yoktur.

Kriz sohbeti nasıl çalışır?

1. www.krisenchat.de adresine git
2. Bir sohbet başlatın
3. Sorunlarınız hakkında yazın
4. Bir danışman size hızlı bir şekilde cevap verecektir

Çocuklar ve 20 yaşına kadar olan gençler için "Kedere Karşı Numara"

Danışmanlar sizi dinleyecek ve endişelerinizi ciddiye alacaktır. Herhangi bir konu hakkında konuşabilirsiniz.
Danışmanlık ücretsiz, anonim ve gizlidir. 16-21 yaş arası genç danışmanlar da Cumartesi günleri danışmanlık hizmeti vermektedir.

 [116 111](tel:116111)

 Pazartesi - Cumartesi: 14:00 - 20:00

 www.numm.ergegenkummer.de

U25 Almanya - Ağır krizler geçiren gençler için e-posta danışmanlığı

U25 ücretsizdir, anonimdir ve ciddi krizlerde ve intihar düşüncelerinde size yardımcı olur.
Danışmanlarla e-posta yazışması yaparsınız. Detaylı görüşmeler için çok zaman ayırırlar.
Ücretsiz danışmanlık hizmeti her zaman mevcut değildir - hızlı bir şekilde yardıma ihtiyacınız varsa, bu sayfada da bulabileceğiniz diğer hizmetleri kullanın.

 www.u25-deutschland.de ve "Yardım postası yaz" seçeneğine tıklayın

JugendNotmail - Zor durumdaki çocuklar ve gençler için profesyonel e-posta danışmanlığı

JugendNotmail, gönüllü uzmanlar tarafından sağlanan ücretsiz bir çevrimiçi danışmanlık hizmetidir. Bu uzmanlar psikoloji ve sosyal pedagoji eğitimi almışlardır. JugendNotmail gizli ve anonimdir. Size bir takma ad verilecektir. Jugendnotmail size 24 ila 48 saat içinde, yani en fazla 2 gün içinde cevap vermeye çalışacaktır. Depresyon, kendine zarar verme ve şiddet gibi konularda size danışmanlık konusunda yardımcı olacaklardır.

 www.jugendnotmail.de "Şimdi başla" seçeneğine tıklayın ve kaydolun.

bke online danışmanlık - 14-21 yaş arası gençler için destek

Küçük ve büyük endişeler, ebeveynlerle tartışmalar veya sorunlar, kendinizle, arkadaşlarınızla veya okulla ilgili sorunlar için doğru yere geldiniz. Kalp kırıklığı ve aklınızdaki sırlar için doğru yere geldiniz. Bke Gençlik Danışma Servisi'nde konuşabileceğiniz birçok genç insan ve size destek olacak deneyimli danışmanlar bulacaksınız.

E-posta danışmanlık hizmetinde, düşüncelerinizi ve endişelerinizi herhangi bir zaman baskısı olmadan huzur içinde yazabilirsiniz. İlk sorunuza en geç 48 saat içinde (iş günlerinde) yanıt vereceklerdir. Danışmanlık seansı boyunca her zaman aynı danışmanla kalacaksınız. Tamamen gizli ve okunabilir.

 <https://www.bke-beratung.de/jugendberatung/online...> adresinden kayıt olabilirsiniz.

Sohbet danışmanlığında, danışmanlık ekibiyle hemen ve doğrudan iletişime geçmek için çeşitli seçenekleriniz vardır: Kayıt olmadan canlı sohbette, kayıt ile bireysel sohbet danışmanlığında ve grup veya konu sohbetinde. Grup ve konu sohbetlerinde, danışmanların yanı sıra diğer gençlerle de konuşabilirsiniz.

 <https://www.bke-beratung.de/jugendberatung/chatte...> Sohbetlerin çalışma saatlerini de burada bulabilirsiniz 