

Table des Matières

Informations importantes pour les réfugiés de guerre d'Ukraine	5
Bienvenue en Allemagne et à Ratisbonne : premières informations	6
Bienvenue à Ratisbonne !	6
Regensburg en Allemagne	6
Lois et règles importantes	8
Démocratie et élections en Allemagne	9
Vivre ensemble en Allemagne	10
Communication et relations	10
Dates, autorités, documents	11
À propos de l'application Integreat de Ratisbonne	12
Asile	13
Demande d'asile	13
Établissement ANKER Regensburg	16
Qu'est-ce qu'un établissement AnKER ?	16
Conseil en matière de réfugiés et d'intégration à AnKER	16
Conseil en matière de procédure d'asile à AnKER (AVB)	17
Offres dans l'établissement AnKER	17
Bureau de l'ombudsman	18
Je vis dans un logement communautaire (GU)	18
Je dois respecter des règles dans l'entreprise commune	19
Apprendre l'allemand dans un logement communautaire	19
Cercles d'entraide	20
Service social : argent et prestations	20
Carte de paiement pour les demandeurs d'asile	22
Travail et formation en tant que demandeur d'asile	24
Stage	24
Formation, apprendre un métier	25
Travailler	26
Après l'obtention du statut de réfugié	27
Tu vas au service des étrangers pour obtenir de nouveaux documents	27
Au Jobcenter, tu peux obtenir de l'argent, du travail et des cours d'intégration.	29
Tu as besoin d'un compte bancaire pour l'argent	31
Tu as besoin d'une assurance maladie	32
Tu as besoin d'un logement	33
Conseil et aide	34
Conseil en matière de réfugiés et d'intégration	34
Qu'est-ce que le conseil aux réfugiés et à l'intégration ?	34
Conseil en matière de réfugiés et d'intégration de la ville de Ratisbonne	34
Conseil en matière de réfugiés et d'intégration de Caritas	35
Conseil en matière de réfugiés et d'intégration du CVJM	36
Conseil en matière de réfugiés et d'intégration des Johanniter	37
Le service de conseil en migration pour adultes (MBE)	38
Qu'est-ce que la MBE ?	38
MBE de Caritas Regensburg	39
MBE de l'association des Allemands de Russie	40
Le service d'aide à la migration des jeunes (JMD)	41
Qu'est-ce que le JMD ?	41
JMD de l'atelier de jeunesse	42
JMD du service d'aide à la jeunesse catholique du diocèse de Regensburg e.v.	42

Aide aux victimes de violence et de discrimination	42
B.U.D. - Conseil. Soutien et assistance. Documentation pour les victimes de violence d'extrême droite	42
Bureau anti-discrimination de la ville de Ratisbonne	43
Conseils et aide pour les femmes	44
SOLWODI (Solidarité avec les femmes en détresse)	44
Appel d'urgence pour femmes de Ratisbonne	45
Maison d'accueil pour femmes - Aide aux femmes	46
Retour dans le pays d'origine	47
Aide des bénévoles	48
Pilotes d'intégration à plein temps de la ville de Ratisbonne	48
Parrainages pour les personnes en fuite	48
Campus Asile	49
Clinique de droit des réfugiés	49
BI Asile	50
Service d'intégration de Malteser Regensburg	50
Amnesty International	51
Langue, école, études	51
Apprendre l'allemand à Regensburg	51
Cours d'intégration	51
L'allemand pour le travail	53
Allemand, première orientation pour demandeurs d'asile	53
Cours de langue à Ratisbonne	55
École	56
École	56
Cours de soutien et accompagnement des devoirs	58
Bienvenue à l'école : vidéos pour les parents	61
Études	61
Étudier en Allemagne	61
OTH Ratisbonne	62
Soutien aux études	63
Université de Ratisbonne	63
Travailler à Regensburg	63
Droit de séjour	63
Service des étrangers de la ville de Regensburg	64
Informations sur le permis de travail et l'assurance de la main-d'œuvre qualifiée de la CCI	65
Service de l'emploi	65
Centre d'emploi de la ville de Ratisbonne	66
Agence pour l'emploi de Ratisbonne	66
Reconnaissance des qualifications	67
Conseil en reconnaissance professionnelle et en qualification du bfz	67
Conseil en reconnaissance professionnelle de la CCI	67
Reconnaissance des professions de santé	68
Orientation professionnelle et travail indépendant	68
Conseil en formation de l'université populaire (vhs) de la ville de Regensburg	68
Offres d'orientation professionnelle du bfz	69
Conseil pour les créateurs et les successeurs dans l'artisanat	70
Partenariat de mentoring Ratisbonne	70
Droit du travail	71
Service de consultation Intégration équitable	71

Informations sur la loi sur l'immigration de main-d'œuvre qualifiée (LIM) de la CCI	71
Formation et stage	72
Stage	72
Je veux apprendre un métier	72
Qu'est-ce qu'une formation professionnelle ?	72
École professionnelle	73
Comment trouver un métier ?	73
Qui m'aide ?	74
Vivre à Regensburg	76
Habiter	76
Trouver un logement	76
Loyer et caution	77
Permis de logement pour les logements sociaux	79
Déménagement	81
Règles importantes	81
Mobilité	82
Bus, vélo, train	82
Voiture et permis de conduire	83
Places de parking à Regensburg	85
Naturalisation	85
Passeport de la ville	86
Téléphone portable et téléphone	86
WLAN et Internet gratuits à Ratisbonne	87
Shopping	88
Déchets, recyclage, tri sélectif et prévention des déchets	88
Application déchets de l'Office de l'environnement	92
Éducation à la consommation pour les réfugiés	93
Assurances	93
Nouvelles de Regensburg et de l'Allemagne	93
Jours fériés	93
Apps et offres Internet importantes	94
Bénévolat	97
Pilotes d'intégration à plein temps de la ville de Ratisbonne	98
Informations générales et conseils sur le bénévolat	99
Parrainages pour les personnes en fuite	99
Migrantenmedizin Regensburg e.V. (médecine pour les migrants)	100
Interprètes bénévoles	100
Comité consultatif sur l'intégration	101
Associations	102
Enfants et adolescents	102
Loisirs	102
Sport	102
Portail sportif de la ville de Ratisbonne	102
Sport à Ratisbonne	103
Clubs sportifs et autres clubs ; clubs de migrants	105
Bibliothèque municipale	106
Arts et culture	107
Calendrier des manifestations	107
M26 - Un lieu de tous, pour tous	107
Association KulTür Regensburg	108
Université populaire de Ratisbonne	108

Musées de Ratisbonne	109
Théâtre de Ratisbonne	109
Famille, femmes, enfants et personnes âgées	109
Application familiale "We R Family	109
Offres pour les familles	109
Aides financières pour les familles	110
Accueil des enfants de 0 à 6 ans	112
Offres de vacances et de loisirs pour les enfants et les jeunes	114
Offres pour les femmes	118
Offres pour les seniors	119
Santé	120
Système de santé en Allemagne	120
Infos générales	120
Assurance maladie	121
Médecins	122
Hôpital	123
Malade en tant que demandeur d'asile	124
Grossesse et accouchement	127
Contraception et planning familial	130
Conflit de grossesse et avortement	130
Santé des enfants	132
Traumatisme et santé mentale	133
Handicap	134
Hospice et soins palliatifs	134
Urgence	135
Qui peut m'aider ? Conseils sur la santé et la maladie	136
MiMi - Avec les migrants pour les migrants (MiMi-Bayern)	138
Migrantenmedizin Regensburg e.V. (Médecine pour les migrants)	138
KISS Ratisbonne	140
Aide en cas d'urgence	140
Police, pompiers, ambulances, centre antipoison	140
Service médical d'urgence, service de pharmacie d'urgence	141
Aide aux femmes et aux enfants	142
Téléphone pour les soucis	142

Informations importantes pour les réfugiés de guerre d'Ukraine

Information importante :

Tu es citoyen ukrainien et tu as un permis de séjour selon le § 24 de la loi allemande sur le séjour des étrangers (AufenthG) qui est valable au moins jusqu'au 1er février 2025 ? **Ce permis est automatiquement prolongé jusqu'au 4 mars 2026.**

Cela signifie que **ton permis reste automatiquement valable jusqu'au 4 mars 2026**. Tu ne recevras pas de notification supplémentaire ni de nouveau permis. Tu n'as pas besoin de prendre rendez-vous auprès du service des étrangers. Les autorités compétentes en matière de prestations et les services de conseil sont informés.

Tu trouveras plus d'informations sur le [site web](#) et l'application "Germany4Ukraine".

Entrée sur le territoire

Les personnes ayant fui l'Ukraine peuvent normalement entrer sur le territoire sans visa et circuler librement. Ils ont seulement besoin d'un passeport biométrique. Cela est valable jusqu'à 90 jours.

Les personnes ayant fui l'Ukraine ne doivent pas demander l'asile. Ils doivent déposer une demande de permis de séjour pour protection temporaire. La famille des personnes bénéficiant d'une protection est également éligible à la protection.

Inscription, permis de séjour, permis de travail

Tu as trouvé un logement ou un appartement ? Alors annonce-le à l'**Office pour l'intégration et la migration**.

Tu obtiendras également un permis de séjour auprès de l'Office pour l'intégration et la migration.

Tu veux travailler ? Va au bureau de l'intégration et de la migration. Tu y obtiendras un permis de travail.

Le contact :

Amt für Integration und Migration

Abteilung Ausländerangelegenheiten

[Maximilianstr. 26, 93047 Regensburg](#)

Mail : auslaenderangelegenheiten@regensburg.de

Heures d'ouverture :

Lundi, mardi, jeudi et vendredi : 08.00 heures à 10.30 heures. Et sur rendez-vous.

Conseil, aide à la vie

Tu as besoin d'aide ? Tu as des questions ? Le service de conseil aux réfugiés t'aide ! Par exemple, pour la recherche d'un logement et pour d'autres sujets.

La compétence est répartie par ordre alphabétique des noms de famille :

- A à L : [Le conseil de la ville de Regensburg](#) est là pour toi.
- M à Z : [le service de conseil de Johanniter](#) est là pour toi.

Soutien financier et placement au travail

Les personnes ayant fui l'Ukraine ont droit, si les conditions sont remplies, à l'allocation citoyenne. Tu trouveras [ici](#) toutes les informations importantes à ce sujet.

Soutien financier / aide médicale pour les personnes âgées et les enfants non accompagnés de leurs parents

La République fédérale d'Allemagne met temporairement à disposition un logement d'urgence, des prestations pour subvenir aux besoins et des soins médicaux. Les prestations peuvent être demandées auprès de l'Office des affaires sociales. Vous trouverez [ici](#) toutes les informations importantes à ce sujet.

Informations sur la scolarisation

Les enfants et adolescents ukrainiens qui souhaitent suivre un cursus scolaire s'adressent, avec leurs parents, [à l'école la plus proche](#). Les données y sont d'abord enregistrées et transmises au groupe de pilotage. Les enfants et les jeunes sont ensuite attribués à une école qui propose une offre de bienvenue correspondante. L'**obligation légale d'aller à l'école** s'applique aux enfants et aux jeunes ayant fui leur pays **après trois mois**. Vous trouverez [ici](#) de plus amples informations à ce sujet.

Plus d'informations et d'aides

[Regensburg aide - Ukraine](#)

Bienvenue en Allemagne et à Ratisbonne : premières informations

Bienvenue à Ratisbonne !

[Salutations de la maire !](#)

[À Ratisbonne, nous parlons allemand. Et beaucoup d'autres langues.](#)

Regensburg en Allemagne

Bienvenue à Regensburg !

Ratisbonne est une grande ville qui compte plus de 160 000 habitants.

Il y a beaucoup à voir à Ratisbonne :

[Erleben & Entdecken: Regensburg Tourismus GmbH](#)

Ratisbonne est une ville ancienne.
Ratisbonne a 2000 ans.

Les Romains ont fondé Ratisbonne.
De nombreux bâtiments du Moyen-Âge y sont encore visibles aujourd'hui.

Le Danube est un fleuve.

Le Danube traverse la ville.

L'un des ponts est le pont de pierre.

Ce pont a 870 ans.

Ratisbonne se trouve à l'extrémité nord du Danube.

Ratisbonne se trouve en Bavière, dans le **district du Haut-Palatinat**.

La Bavière est une partie de l'Allemagne, au sud.

Le Haut-Palatinat est une partie de la Bavière.

De nombreux chrétiens vivent à Ratisbonne.

Des musulmans, des juifs, d'autres croyants et des personnes sans confession vivent aussi à Ratisbonne.

Tous vivent ensemble en paix.

Ratisbonne a beaucoup d'écoles.

Il y a ces écoles à Ratisbonne :

[Stadt Regensburg - Bildung u. Wissenschaft - Schulen](#)

Ratisbonne a trois écoles supérieures/universités.

Il y a beaucoup de grandes entreprises à Ratisbonne :

[Stadt Regensburg - Start - Wirtschaft](#)

Par exemple l'industrie automobile et d'autres entreprises.

Les trajets à Ratisbonne sont courts.

Tu peux te rendre rapidement à ta destination en vélo ou en **bus**:

[RVV - Ihr Regensburger Verkehrsverbund](#)

Il existe une application pour les liaisons de bus à Ratisbonne :

[RVV - Apps bei Google Play](#)

En été, il fait souvent plus de 30°.

En hiver, il fait moins de -5°.

Ratisbonne aime le sport !

Tu peux faire beaucoup de sports à Ratisbonne :

[Stadt Regensburg - Leben - Sport u. Freizeit](#)

Ratisbonne a de grands et de petits parcs.

Tout le monde peut se détendre ou se retrouver entre amis dans les parcs.

De plus, tu trouveras beaucoup de belle nature dans les environs :

[Wandern | Landkreis Regensburg](#)

Ratisbonne a beaucoup d'offres culturelles et de divertissement :

Théâtres, concerts, musées, cinémas ...

[Stadt Regensburg - Start - Kultur](#)

À Ratisbonne, les gens aiment souvent faire la fête !

Il y a beaucoup de manifestations.

[Stadt Regensburg - Veranstaltungen](#)

Deux fois par an, il y a le Dult (Dult = une petite fête d'octobre à Ratisbonne).

[Stadt Regensburg - Aktuelles - Dult](#)

Il y a beaucoup de centres commerciaux.

[Einkaufszentren in Regensburg - Einkaufszentrum.com](#)

Il y a aussi beaucoup de magasins dans la vieille ville.

Ratisbonne est une ville pour les familles. L'offre pour les enfants est grande :

[Stadt Regensburg - Leben - Familien](#)

Il y a des aires de jeux, des centres de jeunesse, des parcs sportifs, des piscines, des théâtres de marionnettes, des cours de travaux manuels et de bricolage, des programmes de cinéma pour enfants et bien plus encore.

Les prix d'entrée et les plats dans les restaurants sont souvent moins chers pour les enfants que pour les adultes.

Bon à savoir :

L'eau du robinet à Ratisbonne est propre.

L'eau du robinet est de l'eau potable.

Tu peux boire l'eau du robinet.

Mots-clés : curiosités, tourisme, attractions, shopping, Danube, Land, Bavière, État libre de Bavière

Lois et règles importantes

En Allemagne, il y a beaucoup de lois.

Les lois sont importantes.

Les lois sont les mêmes pour tous les habitants de l'Allemagne.

Les lois assurent ta sécurité.

En Allemagne, tout le monde doit respecter les lois.

Celui qui ne respecte pas les lois est puni.

La base de toutes les lois en Allemagne est la [Loi fondamentale](#) (= Constitution).

Tu trouveras ici des informations importantes :

[Informations pour les demandeurs d'asile sur le droit allemand](#) (également en anglais/arabe), par exemple sur :

- Droit civil
- Droit pénal
- mariage, famille, éducation des enfants
- Égalité de traitement entre hommes et femmes

[Informations du Ministère fédéral de la Justice en langage simple.](#)

L'homme et la femme sont égaux en Allemagne.

Égalité = personne n'a plus ou moins de droits.

Mots-clés : lois, justice, règles, égalité, droits

Démocratie et élections en Allemagne

L'Allemagne est une démocratie depuis 1949. Vous trouverez ici les principales informations sur la démocratie dans un langage simple :

<https://www.lpb-bw.de/demokratie-leichte-sprache>

En Allemagne, il existe différentes élections pour déterminer les dirigeants politiques. Le droit électoral allemand est issu de la Constitution, Grundgesetz.

Les principales élections sont les suivantes :

- Les élections au Bundestag (toute l'Allemagne ; le parlement allemand est élu à Berlin (Bundestag)).
- élections régionales (seulement certains Länder comme la Bavière ou la Hesse ; le parlement bavarois est élu à Munich)
- Élections municipales (seulement les villes ou les districts ; on élit le conseil municipal et on décide de la mairie)
- Élections européennes (toute l'UE ; on élit le Parlement européen)

Le passeport allemand est nécessaire pour participer aux élections.

Les élections municipales constituent une **exception**: depuis 1992, les personnes ayant la nationalité d'un Etat membre de l'UE ont le droit de participer aux élections municipales.

En 2026, un nouveau conseil municipal sera élu à Ratisbonne.

<https://www.regensburg.de/rathaus/stadtpolitik/wahlen/allgemeine-gemeinde-und-landkreiswahlen-2026>

Ici, tu trouveras des informations sur les élections en Allemagne.:

<https://www.lpb-bw.de/infos-in-leichter-sprache>

Ou bien

<https://handbookgermany.de/de/elections>

Vivre ensemble en Allemagne

Communication et relations

Communication

Tu rencontreras beaucoup de nouvelles personnes en Allemagne.
Regarde autour de toi.
Observe bien : Comment les gens se parlent-ils ?

Salutation

Salutation : deux personnes se serrent la main.
Le contact visuel est très important !
Le contact visuel est un signe de respect et de sécurité.
Les gens te respectent. Tu respectes les autres.

"Vous"

Les gens s'adressent souvent à toi en disant "vous".
Pourquoi ? Ils ne te connaissent pas.
"Elle" est polie. Toujours avec des inconnus.

Par exemple : médecin, professeur, au bureau/à l'administration...

Relations entre les personnes

L'homme et la femme

En Allemagne, l'homme et la femme sont égaux.
Égal = personne n'est meilleur ou pire.
L'homme et la femme ont les mêmes droits en Allemagne.
Exemple : les femmes et les hommes peuvent travailler dans toutes les professions.

Je suis individuel

Tous les individus sont différents.
Toutes les personnes en Allemagne décident individuellement :
Comment je veux vivre.
Qu'est-ce que je mange.
Qu'est-ce que je porte.
Qu'est-ce que je travaille.
Qui j'aime.
Qu'est-ce que je crois.
En Allemagne, tous les gens ont le droit d'être différents.
Nous respectons tout le monde.

Relation et famille

Chaque homme cherche lui-même son ou sa partenaire.
Chaque femme cherche elle-même son ou sa partenaire.
Les gens disent de leur partenaire qu'ils ne sont **pas** mariés :
"C'est ma petite amie".
"C'est mon ami".
Les partenaires décident ensemble : Voulons-nous nous marier ou non ?
Je ne peux pas épouser deux personnes.

La polygamie = mariage multiple est interdite en Allemagne.

Les femmes et les hommes peuvent vivre librement leur sexualité.

Les femmes et les hommes doivent respecter les désirs de leurs partenaires.

Les autres personnes doivent être respectées.

L'Allemagne est un **pays sexuellement tolérant**.

Un homme et une femme peuvent s'aimer.

Un homme peut aimer un homme.

Une femme peut aimer une femme.

Un homme ou une femme peut aussi être seul(e).

Les gens ne sont pas obligés de se marier.

La façon dont tu vis est ton propre choix.

Les relations sexuelles en public sont punissables !

Les relations sexuelles avec des personnes de moins de 18 ans sont punissables !

Les relations sexuelles sans le consentement d'une femme ou d'un homme sont toujours un viol.

Le viol est punissable !

Mots-clés : relations, politesse, égalité, individualité, partenariat, couple, sexualité, consensus

Dates, autorités, documents

Rendez-vous

Tu as beaucoup de rendez-vous en Allemagne. (chez le médecin, au service des étrangers).

Un rendez-vous est une rencontre importante.

Pour une heure et un lieu.

Exemple: le rendez-vous est à 12:00.

Tout le monde arrive à 12h00 exactement. 12h15, c'est trop tard.

Si une personne arrive à 12h15, elle dit "excuse-moi".

Exemple: ton ami ne peut pas venir au rendez-vous.

Ton ami te dit à l'avance : "Je ne viendrai pas".

Un nouveau rendez-vous est fixé.

Autorités

Autorité = service(service des étrangers, service social, service de la jeunesse, etc.)

Important:

Quand le bureau est-il ouvert ? Cherche les heures d'ouverture.

Heures d'ouverture = tu peux venir.

Apporte tes documents :

Exemple: passeport, preuve d'arrivée, attestation de fiction, permis de séjour (EAT)...

Documents

Exemple: lettres, formulaires, contrats...

Les documents sont importants en Allemagne.

Tu reçois beaucoup de nouveaux documents en Allemagne.

Dans les lettres, chez le médecin, dans les administrations...

Tu dois souvent signer des documents :

Chez le médecin : information, explication

Dans les administrations : Formulaire, déclaration

Appartement et téléphone portable : contrat

Toujours bien lire les documents !

Tu ne comprends pas un document ? [Tu as des questions ?](#)

Tu signes un contrat.

Tu dois exécuter le contrat.

Ta signature = un engagement.

Les lettres, les documents, les contrats sont importants ! Ne les jette pas.

Mots-clés : bureaucratie, rendez-vous, papiers, courrier, autorités, ponctualité

À propos de l'application Integreat de Ratisbonne

Bienvenue à Ratisbonne !

L'application Integreat de Ratisbonne t'aide à vivre à Ratisbonne.

L'appli est en langage simplifié.

L'appli s'adresse toujours aux femmes et aux hommes.

L'appli existe aussi en **anglais, arabe, français, russe, serbe, espagnol et dans d'autres langues.**

L'app donne des informations sur de nombreux thèmes :

Santé, famille, apprentissage de l'allemand, école, travail, loisirs, logement, asile...

L'appli t'aide à trouver le bon **interlocuteur**.

L'appli s'efforce de mettre à ta disposition toutes les informations et adresses importantes.

Mais : de nombreux thèmes changent sans cesse.

L'app essaie de maintenir toutes les informations à jour.

Consulte régulièrement l'app !

Tu peux utiliser l'app hors ligne.

L'app se met à jour automatiquement en ligne.

Remarque :

L'app est une aide.

L'app Integreat de Ratisbonne ne remplace pas la consultation !

De nombreuses personnes et institutions collaborent pour l'app :

Integreat, la ville de Regensburg, CampusASYL, Caritas, KJF, Jugend-Werkstatt, de nombreux

organismes de cours de langue...

Tu as des questions ? Tu veux dire quelque chose à l'App Team Regensburg ?

Écris un e-mail ou appelle :

Stadt Regensburg

[Amt für Integration und Migration](#)

E-Mail: aim@regensburg.de

Tel.: [0941 507 - 3772](tel:09415073772)

L'App Team Regensburg te souhaite beaucoup de succès dans ton intégration à Regensburg !

Mots-clés : Contact, Feedback, Questions, Suggestions, Critique

Asile

Demande d'asile

Comment se déroule la procédure d'asile ?

La procédure d'asile en Allemagne est compliquée.

C'est l'[Office fédéral pour l'immigration et les réfugiés \(=BAMF\)](#) qui décide de ton asile.

La [vidéo](#) explique la procédure d'asile :

(Langues : allemand, anglais, albanais, arabe, français, persan)

Tu trouveras plus d'informations dans cette [vidéo](#) du Conseil bavarois des réfugiés :

(langues : Allemand, Anglais, Arabe, Farsi, Français, Russe, Espagnol, Turc)

La [brochure](#) t'explique les droits et les devoirs dans la procédure d'asile :

(Langues : allemand, anglais, arabe, albanais, farsi, français)

Comment peux-tu obtenir l'asile ?

- Tu viens d'arriver en Allemagne.
Tu dois te **présenter** auprès d'un **service public** .
Par exemple : police, service des étrangers, centre d'accueil, centre AnkER.
Tu peux te présenter à la frontière ou à un autre endroit.
- Tu seras alors **enregistré**.
Tes données personnelles sont notées.
Par exemple : Nom, âge, langue, pays d'origine.
Tout est enregistré.
Tu seras photographié(e) et tes empreintes digitales seront relevées.
==> ne te présente qu'une seule fois !
==> Tu reçois ta preuve d'arrivée.
La preuve d'arrivée est très importante ! Il prouve que tu es autorisé(e) à séjourner en Allemagne. **Conserve-le précieusement !**

- Tu vas maintenant être placé dans un **centre AnkER** ou dans un autre **établissement d'accueil**.
Tu y habites avec d'autres personnes qui demandent l'asile.
Ici, tu reçois de l'argent pour la nourriture, l'hygiène et d'autres choses nécessaires.
Ici, tu reçois de l'aide si tu es malade.
- Tu devras peut-être déménager à nouveau dans un autre pays fédéral.

Faire une demande d'asile

Dites-le simplement : [informations](#) importantes [sur la demande d'asile](#).

Dis-le simplement : [informations](#) importantes [sur la date de l'entretien](#).

- Tu peux déposer ta **demande d'asile** au centre AnkER ou au centre d'arrivée.
On te dit quand tu peux déposer ta demande d'asile.
Tu introduis ta demande d'asile en personne.
Un interprète t'aide à le faire.
- Maintenant, tu dois attendre ton **entretien personnel avec le BAMF** .
C'est **ton rendez-vous le plus important !**
L'audition est une sorte d'entretien.
Un interprète t'aide.
Tu y expliques pourquoi tu es venu en Allemagne.
Tu peux apporter des preuves.
Celles-ci montrent pourquoi tu t'es réfugié en Allemagne.
Par exemple : des photos, des lettres, des documents.
Réfléchis bien à ce que tu dis.
Tu peux te faire conseiller au préalable.
[Regarde sur "Conseils et aide"](#).

[Informations importantes](#) sur la date de l'audition

(Langues : Allemand, Anglais Albanais, Amharique, Arabe, Farsi, Français, Kurde-Kurmandji, Macédonien, Pashto, Russe, Serbe, Somali, Tigrinya, Turc, Urdu)

Ta demande d'asile est décidée

Après l'entretien, tu dois attendre.
Le BAMF examine ta demande d'asile.
Cela peut prendre un certain temps.
Ensuite, tu reçois une **lettre du BAMF**.
Tu peux rester en Allemagne ?

=> Oui !

Ta demande d'asile est acceptée.
Tu reçois une **réponse positive**.
Tu obtiens l'un des quatre droits à la protection.
Ce sont les suivantes : **Droit d'asile, protection des réfugiés, protection subsidiaire, interdiction d'expulser**.

=> Non !

Ta demande d'asile est rejetée.
Tu reçois une **décision de refus** et une **menace d'expulsion**.

Que peux-tu faire en cas de réponse négative?

C'est très difficile.

Tu n'as que très peu de temps !

C'est pourquoi, cherche de l'aide !

Qui peut t'aider ?

Un avocat : tu dois payer pour un avocat.

Travailleur social : le travail d'un travailleur social est de t'aider.

Tu ne dois pas payer d'argent.

Regarde sur "Conseils et aide".

Des bénévoles: Ce sont des personnes qui t'aident bénévolement.

Tu ne dois pas payer d'argent.

Regarde sous "Conseils et aide".

Que peux-tu faire de plus ?

Tu peux quitter l'Allemagne volontairement.

Cela signifie que tu rentres sans contrainte dans ton pays d'origine.

Pour ce départ, tu reçois parfois de l'argent.

Il existe différentes offres.

Cherche [ici](#) ton pays et informe-toi.

Que se passe-t-il si tu ne pars pas ?

Tu n'as plus l'autorisation de rester en Allemagne.

C'est pourquoi tu peux être **expulsé**.

Cela signifie que l'office des étrangers et la police te forcent à partir.

Ils viennent te chercher dans ton foyer.

Ensuite, ils t'emmènent directement à l'**aéroport**.

Tu dois prendre un vol de retour vers ton pays d'origine.

Parfois, la police te place en **détention en vue de ton expulsion**.

Tu dois attendre dans une **prison** spéciale avant d'être transféré dans ton pays d'origine.

Les expulsions ne sont pas toujours possibles.

Par exemple :

Si ton pays d'origine ne peut pas être expulsé parce qu'il y a la guerre.

Si ton pays d'origine ne veut pas t'accueillir.

Si tu n'as pas de passeport de ton pays d'origine.

Si tu es très malade.

=> Si tu ne peux pas être expulsé pour des raisons importantes, tu obtiens un **"Duldung"**.

Cela signifie que tu peux continuer à rester en Allemagne pendant un certain temps.

=> Tu trouveras ici [de plus amples informations](#) sur le Duldung.

Plus d'informations sur la demande d'asile :

L'[application "Ankommen"](#) t'informe également sur l'asile.

(Langues : allemand, anglais, arabe, français, persan)

Mots-clés : demande d'asile, attestation d'arrivée, audition, expulsion, interdiction d'expulsion, détention en vue de l'expulsion, titre de séjour, obligation de quitter le territoire, départ volontaire, décision de refus, décision d'asile négative, droit de rester, tolérance, réfugié, protection des réfugiés, reconnaissance des réfugiés, entretien, enregistrement, protection subsidiaire

Établissement ANKER Regensburg

Qu'est-ce qu'un établissement AnkER ?

AnkER est une abréviation. Elle signifie " **arrivée, décision et retour**".

Les AnkER sont des maisons dans lesquelles les demandeurs d'asile vivent dans un premier temps.

De nombreuses organisations importantes pour cela sont directement sur place. Par exemple, l'Office fédéral pour la migration et les réfugiés (BAMF), le service de conseil aux réfugiés et à l'intégration ou le service social.

L'AnkER de Ratisbonne est géré par le [gouvernement du Haut-Palatinat](#).

Mots-clés : premier accueil, transit, centre d'ancrage, asile

Conseil en matière de réfugiés et d'intégration à AnkER

A qui s'adresse le conseil aux réfugiés et à l'intégration ?

Pour les résidents des centres AnkER de la [Bajuwarenstraße 1a](#), de la [Zeißstraße 1](#) et [Zeißstraße 9](#).

Que fait le conseil aux réfugiés et à l'intégration ?

Aide et conseil sur les thèmes suivants :

- Procédure d'asile
- santé et maladie, assurance maladie
- enfants, famille et école
- cours d'allemand
- Vie dans le logement
- demandes et formulaires
- prestations financières (argent)
- lois et règles en Allemagne
- Retour dans le pays d'origine
- Queer, orientation sexuelle, LGBTSIQ+.
- Nous te disons où tu peux aller pour la formation, le travail ou les loisirs et le sport.

C'est très important :

- Tu peux aller voir les conseillers avec tes questions.
- Ce que tu dis ici reste privé.
- Les conseils sont gratuits.

Les collaborateurs de Caritas et de Johanniter sont là pour toi :

Lundi, jeudi et vendredi : 9:00 à 12:00

Mardi : de 13:00 à 15:00 heures.

Tu trouveras plus d'informations ici :

[Conseil aux réfugiés de Johanniter](#)

[Conseil aux réfugiés de Caritas](#)

Conseil en matière de procédure d'asile à AnKER (AVB)

À qui s'adresse le conseil en procédure d'asile ?

Pour les résidents du



[Établissement ANKER Regensburg.](#)

Que fait le conseil en procédure d'asile ?

Les conseillers expliquent la procédure d'asile en Allemagne.

Il y a une aide pour la préparation à l'entretien d'asile.

C'est important :

- Tu peux aller voir les conseillers avec tes questions.
- Ce que tu dis ici reste privé.
- Le conseil est gratuit.

Les collaborateurs de Caritas et de Johanniter sont là pour toi :

lundi, jeudi et vendredi : 9:00 à 12:00

Lundi, mardi et mercredi : 14:00 à 16:00

Pour les rendez-vous à la consultation sur la procédure d'asile, tu peux t'inscrire : auprès de la [consultation sur les réfugiés et l'intégration à AnKER](#).

Mots-clés : asile, procédure, conseil, AVB, ANKER, audition, entretien

Offres dans l'établissement AnKER

Qu'y a-t-il dans le centre AnKER Bajuwarenstraße 1a ?

Offres Campus-Asyl

Sport et jeux pour enfants

Danse pour les enfants

Un atelier de réparation de vélos (= tu ré pares ton vélo).

Plus d'informations sont disponibles [ici](#).

Offre Caritas

Pour les enfants de 3 à 5 ans

Matin : du lundi au jeudi de 9 à 11 heures.

Quoi : jouer, parler, bricoler

Pour les enfants de 6 à 7 ans

Après-midi : du lundi au jeudi de 13 à 15 heures

Quoi : se préparer pour l'école

Contact :

Annexe, rez-de-chaussée, entrée violette

Tél. : [0941/56 80 - 34 05](tel:094156803405)

Email : p.kampermann@caritas-regensburg.de

Offre cercle d'aide œcuménique

Chambre des vêtements : Ici, tu peux obtenir des vêtements.

Les vêtements ne coûtent pas d'argent.

Quand est-ce que c'est ouvert ? Demande aux collaborateurs de l'**AnkER**.

Combien de vêtements peux-tu prendre ?

Demande aux collaborateurs du vestiaire.

Plus d'informations sont disponibles [ici](#).

Qu'y a-t-il dans la dépendance AnkER ZeiBstr. 1 ?

Offre Campus-Asyl

Chambre des vêtements :

Ici, tu peux obtenir des vêtements.

Les vêtements ne coûtent pas d'argent.

Tu peux venir chercher des vêtements une fois par mois.

Plus d'informations sont disponibles [ici](#).

Qu'y a-t-il dans la dépendance AnkER ZeiBstr. 9 ?

Offre Campus-Asyl

Rencontre de la tour :

Nous nous rencontrons pour boire du thé, parler, chanter, faire de la musique et jouer.

Plus d'informations [ici](#).

Bureau de l'ombudsman

Le service de médiation (Ombud = médiateur) fait partie du gouvernement du Haut-Palatinat.

Tu as des questions sur les institutions AnkER à Ratisbonne ? Ou des questions sur l'Aysl en général ? Tu veux te plaindre ?

Alors tu es à la bonne adresse auprès de l'Ombudsstelle.

Contact :

[Regierung der Oberpfalz](#)

[Bajuwarenstraße 1a](#)

93053 Regensburg

Veuillez prendre contact via l'adresse e-mail indiquée !

Courrier électronique : anlaufstelle-asyl@reg-opf.bayern.de

Télécopieur : 0941 / 5680-93211

Je vis dans un logement communautaire (GU)

Je dois respecter des règles dans l'entreprise commune

Règles importantes dans le logement communautaire (GU)

Chaque maison a des règles.

Toutes les règles sont inscrites dans le règlement intérieur.

Tu dois respecter le règlement de la maison et les règles.

Ne fais pas de bruit !

Il y a des heures de silence.

Quand dois-je être silencieux ?

Du lundi au samedi : de 13h00 à 15h00 et de 22h00 à 6h00.

Le dimanche et les jours fériés toute la journée :

Pas de musique forte.

Pas de bruit...

Tu dois trier les déchets !

Regarde sur [Vivre à Ratisbonne](#) pour plus d'informations.

Tu dois aérer !

Tu dois aérer = laisser entrer de l'air frais dans la pièce.

L'air frais aide à prévenir les moisissures dans l'appartement.

Chaque jour, tu dois ouvrir ta fenêtre pendant 5 minutes.

Opérateur des logements communautaires :

[Gouvernement du Haut-Palatinat](#)

Domaine 14.2 - Hébergement et répartition des réfugiés, intégration

[Emmeramsplatz 8](#)

93047 Ratisbonne

Tél. [\(0941\) 5680-1618](#)

Apprendre l'allemand dans un logement communautaire

Tu veux apprendre l'allemand ?

Tu es en Allemagne en tant que demandeur d'asile ?

Tu as de nombreuses possibilités. Regarde dans [Langue, École, Études](#).

Apprendre l'allemand dans un logement communautaire :

[Parrains de langue](#)

Une personne de Ratisbonne vient chez toi.

La personne apprend et parle l'allemand avec toi.

Demande aux conseillers sociaux en matière d'asile de la ville de Ratisbonne :

Amt für Integration und Migration, [Abteilung Flüchtling- und Integrationsberatung und soziales ehrenamtliches Engagement](#) (Service d'intégration et de migration, [département de conseil aux réfugiés et d'intégration et d'engagement social bénévole](#)).

Le numéro de téléphone est le [0941 507-7772](tel:09415077772).

Tu peux y téléphoner :

lundi: 08:30-12:00

Mardi: 08:30-12:00

Mercredi: 08:30-12:00

Jedi: 08:30-12:00 et 15:30-17:30

Vendredi: 08:30-12:00

Cercles d'entraide

Dans certains logements communautaires, il existe des cercles d'aide pour les résidents.

Cercle d'aide = un groupe de personnes. Les personnes t'aident bénévolement. Ce ne sont pas des experts.

L'animateur de l'hébergement collectif te dira :

Où trouver un cercle d'entraide ?

Service social : argent et prestations

Le bureau social

Tu peux obtenir de l'argent et des prestations (= des choses pour vivre) au Sozial-Amt.

Tu te rends au bureau social.

Au bureau social, tu fais une demande de prestations et d'argent.

Le Sozial-Amt te dit : tu reçois ou non de l'argent et des prestations.

Quels documents dois-je prendre avec moi ?

- Une pièce d'identité, un justificatif d'arrivée, une autorisation de séjour ou une tolérance.
- Si tu habites dans l'établissement AnkER : carte d'identité de la maison
- Si tu as un logement : Contrat de location
- Si tu as : relevés de compte des 3 derniers mois
==> IMPORTANT : Conserve tous les relevés de compte !
- Si tu as besoin : d'un ami qui parle allemand ou anglais

Tu es au Sozial-Amt

Un conseiller t'est attribué au Sozial-Amt.

Tu reçois une lettre du conseiller.

Dans la lettre, il y a écrit :

- Le nom du conseiller.
- Le numéro de téléphone du conseiller.
- Un rendez-vous avec ton conseiller.
- Le rendez-vous est indiqué dans la lettre.

IMPORTANT : Lis attentivement toutes les lettres du service social !

Important : règles avec le service social

Tu dois donner des informations sur toi au service social.
Par exemple :

- Mariage
- Séparation du conjoint
- naissance d'enfants
- décès d'une personne de ta famille
- Déménagement dans un autre logement ou hébergement
- Début d'une formation
- Début d'un travail
- Être à l'hôpital
- Tu reçois de l'argent de tes amis
- Tu as un compte en banque
==> **Tu n'es pas sûr de ce que tu dois dire ?**
==> **Alors demande à ton conseiller !**

Qu'est-ce que je reçois de l'office social ?

Tu habites dans l'établissement AnKER de Ratisbonne :

Tu reçois des prestations en nature (= des choses dont tu as besoin) :
nourriture
des articles pour le ménage
articles d'hygiène (par exemple shampoing, dentifrice ou tampons)
bons pour des vêtements
Billets de bus
Le service social paie aussi ton logement et ton chauffage.

Tu reçois de l'argent:

pour ta santé (par exemple pour les médicaments)
pour tes loisirs (= argent de poche)

Tu habites dans un logement collectif (GU) :

Tu reçois des prestations en nature (= des choses dont tu as besoin) :
des choses pour le ménage
Le service social paie aussi ton logement et le chauffage.

Tu reçois de l'argent :

pour la nourriture
pour les vêtements
pour des articles d'hygiène (par exemple shampoing, dentifrice ou tampons)
pour ta santé (par exemple pour les médicaments)
pour tes loisirs (= argent de poche)

==> IMPORTANT : tu as besoin d'un compte bancaire !

Regarde aussi sous "Asile".

=> "Après l'obtention du statut de réfugié"

=> "Tu as besoin d'un compte bancaire pour l'argent".

Tu es enceinte ? Tu vas avoir un enfant ?

Tu peux faire une demande : pour plus d'argent et de prestations.
Demande au conseiller de l'office social.

Où se trouve l'office social ?

Pour les demandeurs d'asile :

Amt für Soziales (= Sozial-Amt)

[Bajuwarenstr. 1 A](#)

93053 Regensburg

Heures d'ouverture :

Lundi à vendredi : 08:00 à 11:30 heures.

Tu peux prendre rendez-vous à un autre moment.

Demande à ton conseiller !

Contact :

E-mail : Sozialamt-asyl@regensburg.de

Numéros de téléphone pour les résidents de l'établissement AnKER :

[0941 507-2593](#), [0941 507-2506](#), [507-2590](#) ou [0941 507-2595](#)

Numéros de téléphone pour les noms de famille A - Ge :

[0941 507-7504](#) ou [0941 507-7503](#) ou [0941 507-2594](#)

Numéros de téléphone pour les noms de famille Gf - Moh :

[0941 507-1507](#) ou [0941 507-2505](#)

Numéros de téléphone pour les noms de famille Moi - Z :

[0941 507-2591](#) ou [0941 507-7502](#)

Tu trouveras [ici](#) des informations sur l'office social pour les demandeurs d'asile.

Pour tous les autres (non demandeurs d'asile) :

Amt für Soziales (= Sozial-Amt)

[Johann-Hösl-Str. 11 A+B](#)

93053 Regensburg

Tu trouveras [ici](#) des informations sur les heures d'ouverture et les données de contact.

Mots-clés : autorité, prestations sociales, aide financière, autorisation, décision, demande, prolongation, grossesse et naissance, prestations en nature, santé

Carte de paiement pour les demandeurs d'asile

Qu'est-ce qu'une carte de paiement ?

La carte de paiement est comme une carte bancaire.

Avec la carte de paiement, tu peux payer dans les magasins et retirer de l'argent liquide.

Les prestations prévues par la loi sur les prestations aux demandeurs d'asile (AsylbLG) sont versées sous forme de crédit sur la carte de paiement.
Tu ne peux dépenser que l'argent présent sur la carte.

Tu trouveras également des informations sur la carte de paiement en plusieurs langues ici :

<https://bezahlkarte.eu/>

Qui peut obtenir une carte de paiement ?

Toutes les personnes à partir de 14 ans qui reçoivent des prestations selon la loi sur les prestations aux demandeurs d'asile (AsylbLG) reçoivent une carte de paiement.

Où puis-je obtenir ma carte de paiement ?

Si tu reçois des prestations, tu recevras une lettre de l'Office des prestations sociales (ASL).

Tu y trouveras toutes les informations nécessaires et un rendez-vous pour la retirer.

Combien d'argent ai-je sur ma carte ?

Tu peux consulter ton solde en ligne sur

<https://meine.bezahlkarte.eu/#/login>

et dans l'application de la carte de paiement.

Pour cela, tu as besoin de l'ID de la carte et du code PIN. Ces deux éléments se trouvent dans la lettre que tu as reçue avec la carte de paiement.

Y a-t-il des restrictions régionales ?

Tu ne peux payer avec la carte de paiement que dans ta zone de séjour autorisée.

Tu peux trouver cette zone sur

<https://meine.bezahlkarte.eu/#/login>

et dans l'application de la carte de paiement.

Dans des cas exceptionnels, le paiement peut être autorisé dans d'autres lieux (par exemple, si tu dois te rendre chez un avocat ou dans une administration dans un autre lieu).

Y a-t-il des problèmes avec certaines transactions ?

Oui, certaines transactions ne sont pas possibles. Par exemple, tu ne peux pas utiliser la carte de paiement avec des services de transfert d'argent comme Western Union ou MoneyGram.

Puis-je retirer des espèces de la carte de paiement ?

Oui, tu peux retirer gratuitement jusqu'à 50 € en espèces aux distributeurs automatiques de billets ou à la caisse de nombreux magasins.

Chaque personne de la famille peut retirer jusqu'à 50 euros en espèces. Les retraits aux distributeurs automatiques de billets ne sont possibles que deux fois par mois. Dans les magasins, tu peux retirer de l'argent liquide plus souvent.

Puis-je transférer de l'argent avec la carte de paiement ?

Dans certains cas, un virement bancaire peut être autorisé.

Puis-je payer par prélèvement automatique avec la carte de paiement ?

Oui, dans certains cas, le prélèvement automatique est autorisé.

C'est le cas par exemple pour les contrats de téléphonie mobile, les fournisseurs de transports en commun, les vouchers WLAN et les contrats de salle de sport ou les cotisations d'adhésion à un club de sport.

J'ai perdu ma carte de paiement. Que dois-je faire ?

Tu peux récupérer ta carte de paiement en ligne sur

<https://meine.bezahlkarte.eu/#/login>

ou par téléphone au

116116 (en allemand ou en anglais).

Où puis-je obtenir de l'aide ?

En ligne sur

<https://meine.bezahlkarte.eu/#/login>

et dans l'application de la carte de paiement, il y a un chat d'assistance.

Ou par téléphone au [09 41 / 507 77 99](tel:09415077799).

Mots-clés : carte de paiement, argent liquide, retrait, argent

Travail et formation en tant que demandeur d'asile

Stage

Faire un stage

Lors d'un stage, tu testes un travail ou un métier.

Tu peux faire plusieurs stages.

Tu apprends :

Qu'est-ce que je fais bien. Qu'est-ce qui est difficile.

Qu'est-ce qui est important dans le travail en Allemagne.

Qu'attend un employeur (patron).

Qu'attendent les collègues (autres travailleurs) ?

⇒ **un stage, c'est bien !**

As-tu le droit de faire un stage ?

1. tu n'as pas de permis de séjour (= ta procédure d'asile n'est pas terminée).

=> **Non**, si tu es en Allemagne depuis moins de 4 mois.

=> **Oui**, si tu es en Allemagne depuis plus de 4 mois.

IMPORTANT : tu as besoin d'une **autorisation** (= permission) de l'office des étrangers !

Que dois-tu faire ?

- Remplis cette **demande**.

Cette demande est également valable pour un stage.

Tu dois remplir cette demande même si tu ne reçois pas d'argent.

- Fais signer la demande par ton employeur de stage (= patron).

- Envoie la demande à cette adresse. Ou dépose la demande dans la boîte aux lettres :

Service de l'intégration et de la migration

Département des affaires des étrangers

[Maximilianstr. 26](#)

93047 Regensburg

2. tu as un permis de séjour (= tu es un réfugié reconnu).

Regarde sur "[Arbeiten in Regensburg](#)".

Où puis-je trouver un stage ?

Tu trouveras [ici](#) des places de stage à Regensburg.

Tu peux aussi demander directement à un patron.

Mots-clés : formation, candidature, marché du travail, profil professionnel, orientation professionnelle, recherche d'emploi

Formation, apprendre un métier

Faire une formation professionnelle

Pendant la formation, tu apprends tout sur un métier.

Z. Par exemple vendeur, menuisier, maçon, coiffeur, constructeur métallique, boulanger...

- La formation dure entre 2 et 3,5 ans.
- Tu es le plus souvent en entreprise.
- Tu dois aussi aller à l'école professionnelle.
- Tu gagnes de l'argent.
⇒ cela s'appelle **la formation en alternance**.

Tu fais certaines formations dans une **école professionnelle spécialisée**.

Z. Par exemple, aide-soignant, puériculteur, assistant en alimentation et soins.

- Cette formation dure de 1 à 3 ans.
- Tu es le plus souvent à l'école.
- Tu ne vas dans l'entreprise **que** pour le stage.
- Tu ne gagnes **pas** d'argent.

- ⇒ **Une formation, c'est bien !**
 ⇒ **Tu deviens un spécialiste (= expert) dans ton métier !**

Pour en savoir plus : [voici](#) des vidéos sur de nombreux métiers.

IMPORTANT : tu as besoin d'une **autorisation** (= permission) de l'office des étrangers !

Que dois-tu faire ?

- Remplis [cette demande](#).
- Fais signer la demande par ton employeur (= patron).
- Dépose la demande dans la boîte aux lettres.

Adresse de la boîte:

Service de l'intégration et de la migration

Département des affaires des étrangers

[Maximilianstr. 26](#)

93047 Regensburg

2. tu as un permis de séjour (= tu es un réfugié reconnu)

IMPORTANT : tu n'as **pas** besoin d'une autorisation (= permission) du service des étrangers !

Qui t'aide à trouver une formation ?

1. **Les [collaborateurs](#)** (= acquéreurs de formation) de la chambre des métiers de Basse-Bavière-Palatinat supérieur (HWK)
 Il existe plus de [130 métiers de formation](#) dans l'artisanat.
 Tu trouveras [ici](#) un aperçu.
2. **Les [collaborateurs](#)** (= conseillers en formation) de la Chambre de commerce et d'industrie de Basse-Bavière-Palatinat supérieur (IHK)
 Dans l'industrie et le commerce, il existe plus de 250 métiers de formation.
 Tu trouveras [ici](#) un aperçu.

Qui t'aide en cas de problèmes dans ta formation ?

1. Les collaborateurs de la HWK et de la IHK (voir ci-dessus).
2. Campus Asyl avec le projet [Azubi-Tandems](#).
 Écris un mail à : azubi-tandems@campus-asyl.de

Mots-clés : marché du travail, formation en alternance, apprentissage, formation scolaire, demande d'autorisation de formation, diplôme professionnel, qualification, personnel qualifié, soutien scolaire

Travailler

Tu as le droit de travailler ?

Tu es en Allemagne depuis 1 à 3 mois.

⇒ Tu n'as **pas encore** le droit de travailler.

Tu es en Allemagne depuis plus de 3 mois.

Tu as un Duldung (autorisation de séjour). Dans ta Duldung, il est écrit "**activité lucrative non autorisée**".

⇒ Tu n'as **pas** le droit de travailler.

Dans ton autorisation de séjour ou ta tolérance, il est écrit :

"Emploi uniquement après autorisation de l'administration des étrangers"

⇒ **Tu as le droit de travailler.**

Même dans le **cadre de la procédure d'asile.**

Même avec un **permis de séjour.**

IMPORTANT : tu as besoin d'un **permis de travail** de l'office des étrangers !

Voici comment cela se passe :

- Tu trouves un emploi.
- Ton patron remplit cette **demande** d'emploi :

<https://www.regensburg.de/sixcms/media.php/206/erklaerung-zum-beschaeftigungsverhaeltnis-16012023.pdf>

- Ton patron signe la demande.
- Tu envoies la demande remplie à l'Office des étrangers.

Envoie-la par e-mail à cette adresse. Adresse: aaa@regensburg.de

Ou envoie une lettre à cette adresse :

Amt für Integration und Migration

Abteilung Ausländerangelegenheiten

[Maximilianstraße 26](#)

93047 Regensburg

- L'Office des étrangers examine ta demande et dit :
- ⇒ **Oui**, tu peux travailler ⇒ Tu obtiens un permis de travail.
- ⇒ **Non**, tu n'as pas le droit de travailler.

Tu es un travailleur qualifié.

Pour toi, il y a d'autres règles.

Demande à l'agence pour l'emploi de Ratisbonne.

<https://www.arbeitsagentur.de/fuer-menschen-aus-dem-ausland>

Mots-clés : activité professionnelle, marché du travail, emploi, autorisation d'exercer une activité professionnelle, permis de travail, titre de séjour, recherche d'emploi, réglementation du travail.

Après l'obtention du statut de réfugié

Tu vas au service des étrangers pour obtenir de nouveaux documents

Où ?

Amt für Integration und Migration

[Abteilung Ausländer-Angelegenheiten](#)

[Maximilianstraße 26](#)

93047 Regensburg

À quelle heure ?

Lundi, mardi, jeudi et vendredi: de 08:00 à 10:30 heures.

IMPORTANT : Durant ces heures, tu peux venir **sans rendez-vous!**

IMPORTANT : Tu ne peux faire que cela :

- **Retirer ton titre de séjour** électronique terminé .
- Te **faire enregistrer**. Parce que tu viens d'emménager à Ratisbonne.
- **Annuler ton inscription**. Parce que tu déménages de Ratisbonne.
- **Changer d'adresse**. Parce que tu déménages dans un autre appartement à Ratisbonne.

Tu as besoin d'autre chose ?

Tu as une autre question ?

IMPORTANT : tu dois **téléphoner, envoyer un e-mail ou une lettre**.

IMPORTANT : Si c'est nécessaire, tu auras **un rendez-vous**.

Les collaborateurs du service des étrangers te donneront ce rendez-vous.

Téléphoner :

Beaucoup de gens appellent.

Souvent, la ligne est occupée.

Conseil: appelle **avant 8 heures** et **après 10h30**.

N'appelle que si c'est très important !

N'appelle que ce numéro : Tél : [0941 507 - 2777](tel:09415072777)

Écrire un e-mail ou une lettre :

IMPORTANT : n'écris ta question qu'une seule fois !

Si tu écris souvent, cela prendra plus de temps.

Les collaborateurs doivent alors vérifier davantage.

Ne téléphone pas à une autre autorité.

Seul le service des étrangers est compétent pour tous les étrangers à Ratisbonne.

IMPORTANT : Si tu es en cours de procédure d'asile, demande à ton conseiller.

Inscris cette information dans ton e-mail ou ta lettre :

- De quoi as-tu besoin ?
- Ton nom de famille et ton prénom
- Ta date de naissance
- Ton adresse

Envoie le courriel à cette adresse: aaa@regensburg.de

Envoie la lettre à cette adresse :

Service de l'intégration et de la migration

Département des affaires des étrangers

Maximilianstraße 26

93047 Ratisbonne

Tu te rends au service des étrangers :**Tu as un rendez-vous avec le service des étrangers :****Apporte ces documents :**

- Invitation au rendez-vous.
- Si tu as : passeport ; titre de séjour
- décision d'asile (= lettre de l'Office fédéral des migrations et des réfugiés).

Que peux-tu faire au bureau des étrangers ?

Tu fais la demande de ton "**permis de séjour**" auprès du service des étrangers.

Le permis de séjour est très important (= document).

Tu reçois une petite carte en plastique.

Le titre de séjour indique que tu as le droit d'être en Allemagne.

Jusqu'à ce que ton permis de séjour soit prêt, tu reçois une "**Fiktions-Bescheinigung**".

La "Fiktions-Bescheinigung" est très importante (= document).

L'"attestation de fiction" est nécessaire pour le Job-Center et pour le travail.

Le titre de séjour électronique

Ta petite carte avec le permis de séjour fonctionne aussi en ligne.

Elle te permet de t' **identifier en ligne**.

Des informations précises sur le titre de séjour électronique sont disponibles **ici** :

[BAMF - Bundesamt für Migration und Flüchtlinge - Infothek - Broschüre "Der elektronische Aufenthaltstitel"](#)

Les informations sont disponibles dans **de nombreuses langues**.

Mots-clés : service des étrangers, bureau des étrangers, titre de séjour, permis de séjour, demande, prolongation, papiers, certificat de fiction, visa, visa

Au Jobcenter, tu peux obtenir de l'argent, du travail et des cours d'intégration.

Jobcenter

Au Jobcenter, tu as toujours deux conseillers (= personnes) :

- conseiller pour les "**prestations**" (argent / allocation chômage II)
- Conseiller pour le "**placement**" (travail / formation et cours d'allemand)

Adresse :

[Jobcenter Stadt Regensburg](#)

[Parc industriel D 83](#)

93059 Regensburg

www.regensburg.de/jobcenter

Horaires d'ouverture:

Lundi, mardi, mercredi, vendredi: 08:00 à 12:00

Jeudi seulement si tu travailles : 13:00 à 17:30

Tu peux appeler pendant les heures d'ouverture.

1. les prestations : Argent du Jobcenter

Que dois-tu faire ?

Téléphone au Jobcenter.

Téléphone : [0941 640900](tel:0941640900). Ensuite, choisis 2.

Prends rendez-vous pour une "**demande de prestations**" (= **allocation chômage II**).

Tu auras besoin de ces documents pour ta demande d'allocations de chômage II.

- Passeport
- Décision de reconnaissance du BAMF (Office fédéral pour la migration et les réfugiés)
- Attestation de fiction (= document vert de l'administration des étrangers)
- Attestation d'affiliation à la caisse d'assurance maladie (= lettre de ta caisse d'assurance maladie)
- Compte bancaire : Relevé de compte, carte de compte
- Contrat de location ou preuve de ton loyer

Au Jobcenter :

- Va au rendez-vous avec tes documents.
- Tu dis à la sécurité :
- "J'ai rendez-vous avec Madame ou Monsieur ...".
- Avec le conseiller, tu fais une **demande** d'allocation de chômage II.
- De retour chez toi, tu reçois une **notification d'octroi** (= lettre du Jobcenter).
- La lettre indique combien d'argent tu recevras.
- La lettre indique la durée de ton allocation.

2ème placement : aide au travail, à la formation et cours d'allemand.

- Tu as un deuxième rendez-vous au Jobcenter.
- La lettre dit quand tu dois te rendre au Jobcenter.
- Ou : la lettre indique quand le Jobcenter t'appellera.
- Le deuxième rendez-vous est pour le travail, la formation et ton cours de langue/d'intégration.

IMPORTANT ! Tu seras convoqué au Jobcenter.

=> Tu dois te rendre au rendez-vous !

=> Si tu n'y vas pas, tu recevras moins d'argent.

Tu auras besoin de ces documents pour ton rendez-vous :

- Lettre du Jobcenter avec le rendez-vous.
- Passeport
- Attestation de fiction (= document vert de l'Office des étrangers)

Dans le Jobcenter :

- Va au rendez-vous avec tes documents.
- Tu dis à la sécurité :
- "J'ai rendez-vous avec Madame ou Monsieur ...".
- Le conseiller t'informe si tu peux travailler.
- Le conseiller t'informe si tu peux suivre un cours d'allemand.

Règles au Job-Center

Que dois-tu communiquer immédiatement au Jobcenter ?

- Tu as un travail ou une formation.
- Tu as trouvé un autre logement et tu veux déménager.

IMPORTANT ! Tu dois faire approuver le loyer par le Jobcenter !

Tu reçois l'allocation de chômage II :

- Tu ne reçois de l'argent du Jobcenter que pour une période déterminée.
- Un mois avant la fin de cette période, tu reçois une lettre.
- La lettre dit ceci : Tu dois faire une nouvelle "demande de prestations".
- Les papiers pour la "demande de prestations" sont dans la lettre.
- Tu remplis les papiers.
- Tu envoies les papiers signés par la poste au Jobcenter.
- Ensuite, tu reçois une nouvelle lettre (= décision d'octroi).
- La lettre indique la date à laquelle tu recevras de l'argent.

Pour un rendez-vous au Jobcenter, tu as toujours besoin de :

- lettre du Jobcenter
- Passeport

Mots-clés : autorité, prestations sociales, aide financière, autorisation, décision, demande, prolongation, cours de langue, placement, marché du travail, formation, conseil, Hartz IV, Hartz 4, ALGII, ALG2

Tu as besoin d'un compte bancaire pour l'argent**Qu'est-ce qu'un compte bancaire ?**

Tu peux y retirer de l'argent.

Tu peux y transférer de l'argent (= envoyer de l'argent à d'autres personnes).

Tu reçois une carte EC (EC= Electronic Cash).

Tu peux payer dans les magasins avec ta carte EC.

Tu obtiens un compte bancaire auprès d'une banque ou d'une caisse d'épargne.

Tu peux choisir toi-même ta banque ou ta caisse d'épargne.

Tu trouveras ici de nombreuses [banques](#) et [caisses d'épargne](#) à Regensburg.

Pourquoi ai-je besoin d'un compte bancaire ?

Tu reçois de l'argent de ton travail ?

Tu reçois de l'argent d'une administration ?

Tu dois payer ton loyer ?

Tu dois payer ta facture de téléphone ?

⇒Tu as besoin d'un compte bancaire.

Comment obtenir un compte bancaire ?

Va à ta banque ou à ta caisse d'épargne.

Dis : "Je voudrais ouvrir un compte".

En Allemagne, de nombreuses personnes ont un compte citoyen ou un compte de crédit.

Avec le Bürger-Konto ou le Guthaben-Konto, tu ne peux pas faire de dettes.

Il existe d'autres comptes.

Renseigne-toi auprès de ta banque.
Tu peux y aller sans rendez-vous.

Si tu en as besoin :

Prends un ami qui parle allemand ou anglais avec toi.

Quels documents dois-tu emporter ?

- Passeport ou carte d'identité
- Preuve d'arrivée ou autorisation de séjour ou Duldung.

C'est bon à savoir :

Il y a un **compte bancaire pour les conjoints**:

Tu as un mari ou une femme ?

Tu peux partager un compte bancaire avec ton mari ou ta femme.

Important :

Tu dois payer des frais de tenue de compte :

Tu donnes de l'argent à la banque pour ton compte.

Demande à ta banque combien tu dois payer.

Tu dois aller chercher des extraits de compte.

Tu dois conserver les extraits de compte.

Demande à ta banque ou à ta caisse d'épargne !

La banque t'écrit des lettres.

Les lettres sont très importantes.

Tu dois ouvrir toutes les lettres.

Tu ne comprends pas la lettre ?

Demande à ta banque ou à ta caisse d'épargne !

Mots-clés : finances, argent liquide, virement, compte courant, compte d'épargne, banque, Maestrocad, carte de crédit

Tu as besoin d'une assurance maladie

Qu'est-ce que l'assurance maladie obligatoire ?

Regarde ici dans l'app : Système de santé en Allemagne :

 [Système de santé en Allemagne](#)

Il existe de nombreuses caisses d'assurance maladie.

Les caisses d'assurance maladie te donnent une assurance maladie et une carte.

La carte est une "carte de santé électronique".

Tu as besoin de cette carte lorsque tu vas chez le médecin ou à l'hôpital.

Comment trouver une caisse maladie ?

Cherche les mutuelles en ligne. Il existe pour cela une liste de toutes les caisses d'assurance maladie en Bavière :

<https://www.gesetzlichekrankenkassen.de/preise/bayern/bayern.html>

Tu y verras aussi quelles caisses d'assurance maladie existent à Regensburg.

Choisis une caisse maladie.

Regarde quand cette caisse maladie est ouverte.

Le mieux est de prendre rendez-vous.

IMPORTANT: la caisse maladie a besoin de tes documents ! Apporte ton dossier au rendez-vous :

- décision de reconnaissance BAMF (Office fédéral pour la migration et les réfugiés)
- "Fiktions-Bescheinigung" ou titre de séjour électronique (carte)

Mots-clés : caisse maladie, assurance maladie, carte d'assuré, traitement médical, payeur, médicaments, système de santé, médecin, hôpital

Tu as besoin d'un logement

Quand peux-tu emménager dans ton propre logement ?

Tu es reconnu comme réfugié.

Tu as reçu une lettre du BAMF : "décision de reconnaissance".

Les personnes de l'**hébergement collectif** (GU) ou de l'établissement d'accueil te disent : tu peux déménager.

Tu peux payer le loyer (= l'argent) pour un appartement.

**Je peux déménager. Mais je n'ai pas d'argent pour payer le loyer.
Qui peut m'aider ?**

Le Job-Center peut te donner de l'argent pour le loyer :

Tu dois d'abord te rendre au Job-Center.

Plus tard, tu signeras le contrat de location.

Le Job-Center contrôle : Le logement est-il trop grand ou trop petit ?

Le Job-Center te dit : tu recevras ou non de l'argent pour l'appartement.

Tu peux alors signer le contrat de location et déménager.

J'ai un appartement : que dois-je faire maintenant ?

Tu dois immédiatement coller ton nom sur la boîte aux lettres du nouvel appartement.

Tu recevras des lettres importantes du Job-Center.

Comment chercher un logement ?

Regarde sous "[Logement](#)".

Mots-clés : logement, recherche de logement, annonces de logement, contrat de location, allocation de loyer, allocation de frais de location, logement social

Conseil et aide

Conseil en matière de réfugiés et d'intégration

Qu'est-ce que le conseil aux réfugiés et à l'intégration ?

À qui s'adresse la consultation ?

- Tous les nouveaux migrants au cours des trois premières années en Allemagne
- Les résidents d'un centre d'hébergement

Que fait la consultation ?

Aide et conseil sur les thèmes suivants :

- Asile, procédure et séjour
- Santé et maladie
- enfants et famille
- formation, profession et travail
- Cours de langue
- Vie dans le logement
- Recherche de logement et habitat
- Demandes et formulaires
- Prestations et argent
- Lois et règles en Allemagne
- Sport et loisirs
- retour à l'étranger
- orientation sexuelle

Les conseils sont **gratuits**.

Mots-clés : asile, conseil, soutien, quotidien, intégration, social, Caritas

Conseil en matière de réfugiés et d'intégration de la ville de Ratisbonne

À qui s'adresse le service de conseil aux réfugiés et à l'intégration de la ville de Ratisbonne ?

- Tu es arrivé(e) de l'étranger.
- Tu habites maintenant à Ratisbonne.

- Tu habites dans un logement communautaire (GU) à Ratisbonne.

Où se trouve-t-il ?

- Tu es un nouvel immigrant **résidant à Ratisbonne**?
Va au [Maximilianstr. 26](#) ou au [Centre pour la jeunesse et la famille Kontrast au 14 de la Vilshofener Str.](#) ou au Centre pour la jeunesse et les rencontres [Guerickestraße 79d](#).
- Tu habites dans la **GU Dieselstr.** ou la **GU Weinweg**?
Tu peux t'y rendre directement pour une consultation.
- Tu habites dans la **GU Grunewaldstr.**?
Va au centre de jeunesse et de rencontre [Guerickestraße 79d](#).
- Tu habites dans la **GU Plattlinger Str.** ou la **GU Alte Straubinger Str.**
Va au [centre pour la jeunesse et la famille Kontrast dans la Vilshofener Str. 14](#).
- Tu habites dans la **résidence Benzstr.** ou dans les **environs immédiats**?
Va à la [Benzstr. 44](#).

Quand ?

Nous conseillons à ces heures-là. Merci de prendre rendez-vous au préalable :

lundi à mercredi : 08.30 à 12 heures

Jeudi : 08.30 à 13 heures et 15 à 17.30 heures

Vendredi : 08.30 à 12 heures

Contact :

Service de l'intégration et de la migration

[Service de conseil en matière de réfugiés et d'intégration et de bénévolat social](#)

[Maximilianstraße 26](#)

93047 Ratisbonne

Téléphone : [0941 507-7799](tel:09415077799)

Courrier électronique : aim7712@regensburg.de

Internet : www.regensburg.de/FIB

Conseil en matière de réfugiés et d'intégration de Caritas

Qui peut se rendre au service de conseil aux réfugiés et à l'intégration de Caritas ?

Toutes les personnes vivant dans l'est du district de Regensburg.

(Bernhardswald, Neutraubling, Pentling, Regenstauf, Schierling, Tegernheim, Wörth,...)

Tu peux te rendre à l'heure de consultation au centre de consultation Caritas :

[Caritas Beratungs-Zentrum, Bruderwöhrdstraße 3, 93055 Regensburg.](#)

Heures de consultation :

mardi : 9.00 à 11.00 heures

Jeudi : de 13.00 à 15.00 heures

Tu peux aller voir les conseillers avec tes questions.

Pendant les heures de consultation, tu peux simplement venir.

Tu devras peut-être attendre.

Tu peux aussi prendre rendez-vous pour un autre jour :

Heure d'inscription à un rendez-vous :

Lundi, mardi, jeudi, vendredi : de 9h00 à 12h00.

Pendant l'heure d'inscription, tu peux venir à notre bureau.

Ou bien : pendant la période d'inscription, tu peux téléphoner.

Ou : Pour l'inscription, tu peux écrire un mail.

Adresse du bureau : [Caritas Beratungszentrum, Bruderwöhrdstraße 3, 93055 Regensburg](#)

Téléphone : [0941 5021 550](#)

Adresse e-mail : migration@caritas-regensburg.de

Tu obtiendras un rendez-vous un autre jour.

Lors de ce rendez-vous, tu reçois un conseiller.

Le conseiller t'aide.

Voici nos conseillers :

Mme Vasfiye Ermegan

Mme Katrin Brunner

Mme Nadine Liebert

C'est très important :

Tu peux aller voir les conseillers avec tes questions.

Ce que tu dis ici reste privé.

Merci d'apporter tous tes documents.

Les documents sont par exemple : carte d'identité, lettres.

Nous parlons : deutsch, englisch, turkisch

Conseil en matière de réfugiés et d'intégration du CVJM

À qui s'adresse le service de conseil aux réfugiés et à l'intégration des YMCA ?

- Tu habites dans la **partie ouest de Regensburg** (Sinzing, Lappersdorf, Nittendorf, Beratzhausen, Hemau...).
- Tu as une preuve d'arrivée, une autorisation de séjour, une tolérance ou pas de carte d'identité.
- Tu as droit à une protection et tu as obtenu une reconnaissance.

Quand et où ?

Centre d'hébergement communautaire de Hemau

[Dietfurterstraße 51, 93155 Hemau](#)

lundi - mardi - jeudi

Consultation ouverte 8:00 - 16:00 heures

Bureau des YMCA
[Hemauerstraße 20a, 93047 Regensburg](#)

lundi à jeudi

8:30 -14:00 heures de consultation ouvertes
14:00 - 16:30 uniquement sur rendez-vous

Contact :

Sabine Ulbrand
[0176 57855831](tel:017657855831)

Julie Lin
[017657855818](tel:017657855818)

Johannes Sok

Tel: [0941/5997253](tel:09415997253)

E-mail : asyl@cvjm-regensburg.de

[Site web](#)

Conseil en matière de réfugiés et d'intégration des Johanniter

À qui s'adresse le service de conseil aux réfugiés et à l'intégration des Johanniter ?

- Tu es arrivé(e) de l'étranger.
- Tu habites maintenant à Ratisbonne.
- Tu habites dans le centre AnKER à Ratisbonne OU
- Tu as fui l'Ukraine et ton nom de famille commence par M-Z.

C'est important :

Si tu as fui l'Ukraine et que tu as besoin d'aide pour arriver à Ratisbonne, l'initiale de ton nom de famille est importante.

- Ton nom de famille commence par M-Z : le service de conseil aux réfugiés et à l'intégration des Johanniter te conseille.
- Ton nom de famille commence par A-L : le conseil aux réfugiés et à l'intégration de l'[Office pour l'intégration et la migration](#) te conseille.

Quand et où ?

L'équipe des Johanniter est là pour toi :

[Bajuwarenstraße 1a](#)
93053 Regensburg

Lundi, jeudi et vendredi : 9:00 à 12:00
Mardi : 13:00 à 15:00 heures

En général, aucun rendez-vous n'est nécessaire. L'équipe travaille avec des consultations ouvertes. Il est toutefois possible de fixer des rendez-vous supplémentaires.

Contact et informations supplémentaires [ici](#).

Le service de conseil en migration pour adultes (MBE)

Qu'est-ce que la MBE ?

À qui s'adresse le service de conseil en migration pour adultes ?

- Pour les citoyens de l'UE
- Pour les réfugiés reconnus
- Pour les autres immigrés

Quand puis-je me rendre au service de conseil en migration pour adultes ?

- Tu habites à Ratisbonne OU dans le district de Ratisbonne.
- Tu as plus de 27 ans.
- Tu n'es en Allemagne que depuis 1 à 3 ans.
- OU tu es en Allemagne depuis longtemps et tu as une question parce que tu es réfugié ou étranger.

Le service de conseil en migration a des informations :

- Sur les lois et les réglementations en Allemagne
- Sur ton permis de séjour
- Sur le Job-Center, l'Arbeits-Amt, l'office des étrangers, les caisses d'assurance maladie...
- Sur le travail et la profession

Tu peux poser ces questions :

- Qu'est-ce que je peux faire avec mon permis de séjour ? Qu'est-ce qui ne l'est pas ?
- Comment ma famille peut-elle venir en Allemagne ?
- Quelles sont les aides disponibles pour les familles en Allemagne ?
- Comment puis-je obtenir de l'argent ?
- Comment puis-je trouver un logement ?
- Comment apprendre l'allemand ?
- Comment puis-je trouver du travail ?
- Est-ce que je peux faire une formation ?
- Est-ce que je peux aller à l'université ?
- Mon certificat est-il reconnu en Allemagne ?

Le conseil en migration peut t'aider :

- Pour le regroupement familial (= ta famille doit venir en Allemagne).
Que dois-tu faire ? De quels papiers as-tu besoin ?

- Tu as besoin d'un rendez-vous à l'ambassade.
- Tu ne comprends pas un formulaire ou une demande.
- Tu ne comprends pas une lettre.
- Tu dois faire une demande auprès de :
Job-Center, Office, banque, caisse de maladie, ...
- Tu as des problèmes de santé.

Le service de conseil en migration ne peut malheureusement pas t'aider :

- Obtenir un rendez-vous à l'ambassade plus tôt.
- Trouver un logement pour toi.

Mots-clés : conseil en migration, orientation, permis de séjour, regroupement familial, recherche de cours de langue, reconnaissance de certificats, remplir une demande, remplir un formulaire, informations, aide aux migrants, migration, intégration, ressortissants de pays tiers, Union européenne, Caritas

MBE de Caritas Regensburg

C'est très important :

Tu peux aller voir les conseillers de Caritas avec tes questions.

Ce que tu dis ici reste privé.

Merci d'apporter tous tes documents.

Les documents sont par exemple : carte d'identité, lettres.

Nous parlons : allemand, anglais, espagnol, polonais.

Tu peux te rendre à l'heure de consultation au centre de conseil Caritas.

Centre de consultation Caritas

[Bruderwöhrdstraße 3, 93055 Regensburg](#)

Heures de consultation :

mardi : de 9h00 à 11h00

jeudi : de 13h00 à 15h00

C'est important !

Tu peux aller voir les conseillers avec tes questions.

Pendant les heures de consultation, tu peux simplement venir.

Tu devras peut-être attendre.

Ou :

Tu peux aussi prendre rendez-vous pour un autre jour :

Heure d'inscription à un rendez-vous :

Lundi, mardi et jeudi : de 9h00 à 12h00.

Pendant les heures d'inscription, tu peux venir à notre bureau.

Pendant les heures d'inscription, tu peux téléphoner.

Pour l'inscription, tu peux écrire un mail.

Adresse du bureau : [Caritas Beratungszentrum, Bruderwöhrdstraße 3, 93055 Regensburg](#)

Téléphone : [0941 5021 550](#)

Adresse e-mail : migration@caritas-regensburg.de

Tu obtiendras un rendez-vous un autre jour.

Lors de ce rendez-vous, tu reçois un conseiller.

Le conseiller t'aide.

Voici nos conseillers :

Mme Marta Pelties

Mme Veronika Seger

Mme Rosy Magallanes Medina

Mme Nika Krausnick

MBE de l'association des Allemands de Russie

Conseil en migration pour immigrés adultes (MBE) LMDR e.V.

Où ?

[Puricellistr. 40](#)

93049 Ratisbonne

Quand ?

Actuellement , nous ne proposons **pas de consultations ouvertes** .

Les consultations ne sont possibles **que** sur rendez-vous.

Les heures d'ouverture sont les suivantes : Du lundi au jeudi de 8h00 à 16h30 et le vendredi de 8h00 à 13h00.

Ou : tu prends **rendez-vous pour un autre jour**.

Les conseillers sont là tous les jours.

Dans ce cas, tu n'as pas besoin d'attendre.

Contact :

Puricellistraße 40

93049 Regensburg

Téléphone : 0941 59983880

Internet : [Centres de conseil - LmDR](#)

E-mail : mbe.regensburg@lmdr.de

Le service d'aide à la migration des jeunes (JMD)

Qu'est-ce que le JMD ?

Le service de migration des jeunes

Parler de :

L'école, le travail, l'apprentissage de l'allemand et la vie à Ratisbonne.

Aide sur une longue période.

Tu peux toujours revenir.

Une aide quelle que soit la durée de ton séjour en Allemagne.

Qui peut venir ?

Tu as entre 12 et 27 ans.

Tu n'es pas originaire d'Allemagne, mais d'un autre pays (UE, Europe, monde) :

Tu es un réfugié.

Tu as un certificat d'arrivée, un permis de séjour ou une autorisation de séjour.

Tu es au pair

Tu es étudiant

Tu es étudiant

Tu travailles en Allemagne.

Toutes les personnes qui ne sont pas originaires d'Allemagne peuvent se rendre dans un JMD.

Même les personnes qui ne sont pas encore en Allemagne peuvent demander.

Tu viens au Jugend-Migrations-Dienst :

Conseiller :

Toujours la même personne.

On ne dit rien d'autre.

Tout reste avec la personne.

Nous parlons allemand et anglais.

Lors du rendez-vous, prends tous les documents avec toi.

Nous parlons avec toi de :

- la bonne école
- cours d'allemand adéquat
- bonne formation
- parler correctement à l'école et au travail

Sois à l'heure, s'il te plaît !

Où et quand ?

Tu as besoin d'un rendez-vous.
Appelle ou envoie un e-mail.
Sans rendez-vous, tu devras peut-être attendre.

Mots-clés : conseil, orientation, informations, aide aux jeunes, soutien scolaire, accompagnement, apprendre l'allemand, recherche de cours de langue, entraînement à la candidature, élèves, élèves de l'enseignement professionnel

JMD de l'atelier de jeunesse

Nous conseillons les adolescents et les jeunes adultes de 12 à 27 ans.

Où se trouve-t-il ?

[Glockengasse 1](#)

93047 Ratisbonne

[E-mail](#)

Tél : [0941 5855360](#)

[Site web avec plus d'infos](#)

Consultations ouvertes le mercredi de 14 à 16 heures (également sans rendez-vous).

Pour les rendez-vous, veuillez téléphoner ou envoyer un e-mail.

JMD du service d'aide à la jeunesse catholique du diocèse de Regensburg e.v.

Nous conseillons les adolescents et les jeunes adultes âgés de 12 à 27 ans.

N'hésite pas à nous contacter pour un rendez-vous, soit par téléphone, soit par e-mail.

Le site web : <https://www.jugendmigrationsdienste.de/jmd/regens...>

Où ?

[Heiliggeistgasse 7](#)

93047 Regensburg

[Telefon](#)

[E-Mail](#)

Aide aux victimes de violence et de discrimination

[Informations sur la violence et sur ce que tu peux faire en tant que personne concernée](#) (en langage simple).

B.U.D. - Conseil. Soutien et assistance. Documentation pour les victimes de violence d'extrême droite

B.U.D. est un service de conseil à l'échelle de la Bavière pour les personnes concernées par la violence de droite, raciste et antisémite. B.U.D. aide les personnes qui ont été insultées, menacées ou attaquées par des extrémistes de droite ou des racistes, ou qui ont été témoins d'une agression.

Tu peux y parler de tes craintes et de ta situation émotionnelle. B.U.D. t'explique le déroulement d'une procédure d'enquête. Nous t'accompagnons à la police et au tribunal si tu le souhaites. Nous t'aidons également à trouver un avocat ou un thérapeute.

Les conseils sont gratuits et confidentiels. Nous venons chez toi. Nous pouvons aussi organiser des interprètes. B.U.D. est indépendant des autorités publiques. C'est toi qui décides comment B.U.D. peut t'aider.

B.U.D. - conseil. Soutien et assistance. Documentation pour les victimes de violence d'extrême droite

info@bud-bayern.de

[0151 / 216 53 187](tel:015121653187)

www.bud-bayern.de

Mots-clés : extrémisme de droite, antisémitisme, racisme, violence, aide en cas de délit

Bureau anti-discrimination de la ville de Ratisbonne

Qu'est-ce que la discrimination ?

Discrimination = quelqu'un est par exemple traité plus mal à cause de la couleur de sa peau, de son origine ou de sa religion.

Anti-discrimination = personne ne doit être traité plus mal à cause de la couleur de sa peau, de son origine ou de sa religion par exemple.

À qui s'adresse le service anti-discrimination de la ville de Ratisbonne ?

Tu te sens discriminé par les autres (= moins bien traité).

Tu penses que tu es discriminé(e).

Tu es traité(e) injustement par d'autres personnes, par exemple en raison de ton origine.

Que fait le bureau anti-discrimination ?

Il offre des conseils.

Il offre un soutien.

Il oriente vers d'autres centres d'accueil.

Il agit conformément à la loi générale sur l'égalité de traitement (AGG).

Où se trouve-t-il ?

au Bureau de l'égalité des chances

[Von-der-Tann-Straße 1, 93047 Regensburg](#)

Téléphone : [0941/507-1143](tel:09415071143)

E-mail : Antidiskriminierungsstelle@Regensburg.de

L'AGG interdit les discriminations pour six raisons :

1. tu ne dois pas être discriminé(e) en raison de la couleur de ta peau, de ta langue ou de ton origine.
2. tu ne dois pas être maltraité(e) en raison de ton sexe.
3. tu ne dois pas être discriminé(e) en raison de ta religion.
4. tu ne dois pas être désavantagé(e) parce que tu es handicapé(e).
- 5) Tu ne peux pas être discriminé parce que tu es "trop jeune" ou "trop vieux".
6. tu ne peux pas être désavantagé parce que tu es par exemple homosexuel, bisexuel ou transsexuel.

Mots-clés : racisme, racisme au quotidien, sexisme, rejet, discrimination, service anti-discrimination, service de consultation, aide

Conseils et aide pour les femmes

Tu es victime de violence en tant que femme ? Tu peux trouver de l'aide ici.

[Des informations générales en langage simple.](#)

SOLWODI (Solidarité avec les femmes en détresse)

Qu'est-ce que SOLWODI ?

Cela signifie "Solidarity with women in distress" - solidarité avec les femmes en détresse. Nous aidons les femmes à faire valoir leurs droits.

Qui peut venir chez nous ?

- Tu es une femme et tu viens de l'étranger.
- Tu es née en Allemagne et tu as des racines étrangères.
- Tu as des problèmes avec ton partenaire (violence physique, violence sexuelle, violence psychique).
- Des personnes t'obligent ou t'ont obligée par le passé à faire des choses que tu ne veux pas (vendre ton corps/se prostituer, mendier...).
- Tu dois rembourser des dettes de voyage extrêmement élevées et tu as juré de le faire et de ne rien dire à la police (juju).
- Tu dois travailler beaucoup, tu n'as pas de vacances, tu reçois très peu d'argent ou pas du tout en Allemagne ou ailleurs.
- Tu as épousé/dû épouser un homme qui t'a fait venir en Allemagne. Tu souhaites maintenant te séparer.
- Tu dois ou as dû épouser quelqu'un que tu n'aimes pas du tout. Ta famille décide de tout pour toi.
- Tu as été excisée au niveau de tes organes génitaux ou/et tu as peur que cela arrive à ta fille.
- Tu travailles dans la prostitution et tu souhaites arrêter.

Comment nous rejoindre ?

SOLWODI Ratisbonne
[Rue Obermünster 10](#)

93047 Ratisbonne
regensburg@solwodi.de
Téléphone : [0941-89966547](tel:0941-89966547)
Whatsapp : [0176-45 85 50 90](tel:0176-45 85 50 90)

Nous travaillons avec des rendez-vous !

Tu peux prendre rendez-vous par téléphone, via Whats App ou via un autre service de consultation. Tu peux nous joindre du lundi au vendredi de 10h00 à 15h00 et sur rendez-vous.

Tu trouveras plus d'informations [ici](#).

Ce que tu dis ici reste privé.

Merci d'apporter **tous tes** documents.

Les documents sont par exemple : carte d'identité, lettres...

Nous parlons : Allemand, Anglais et pouvons chercher un interprète dans ta langue.

Nous sommes à tes côtés !

Mots-clés : droits des femmes, violence sexualisée, traite des êtres humains, exploitation, mariage forcé, prostitution, excision, mutilation génitale féminine, aide, conseil, contrainte

Appel d'urgence pour femmes de Ratisbonne

Appel d'urgence pour femmes de Ratisbonne

Qui sommes-nous ?

Nous sommes une association bénévole. Nous aidons les femmes en détresse !

Que faisons-nous ?

1. conseil et accompagnement

Nous conseillons par téléphone, en ligne et en personne.

Les conseils sont gratuits et tout ce qui est dit reste dans la conversation.

Tu trouveras de plus amples informations ici :

[Beratung und Begleitung – Frauennotruf Regensburg e.V.](#)

Nous t'accompagnons également lors de rendez-vous importants, comme à la police ou au tribunal.

[Psychosoziale Prozessbegleitung – Frauennotruf Regensburg e.V.](#)

2. aide à l'autonomie

Tu es concerné(e) par la violence sexuelle ? Tu n'es pas seul(e) !

Viens à notre groupe d'entraide. Tu peux en parler avec d'autres femmes et trouver des solutions.

Tu trouveras des informations ici :

[Selbsthilfe – Frauennotruf Regensburg e.V.](#)

3. prévention

Tout le monde peut être victime de violences sexuelles. Nous proposons des formations pour la prévention.

Ces formations peuvent aussi être destinées par exemple aux associations de parents d'élèves, aux entreprises, aux groupes d'étudiants et aux associations d'élèves.

Tu trouveras plus d'informations sur les formations ici :

[Prävention – Frauennotruf Regensburg e.V.](#)

4. travail avec les filles

Tu as entre 8 et 19 ans ?

Tu as déjà été harcelée OU tu veux te protéger ? Alors tu es au bon endroit !

Tu peux nous appeler au tél : [094124171](tel:094124171).

Mots-clés : droits des femmes, violence sexualisée, traite des êtres humains, exploitation, mariage forcé, prostitution, excision, mutilation génitale féminine, MGF, aide, conseil, contrainte

Maison d'accueil pour femmes - Aide aux femmes

Bienvenue à la Maison autonome des femmes de Ratisbonne !

Qu'est-ce que la maison autonome pour femmes ?

La maison autonome pour femmes est un lieu pour les femmes et leurs enfants.
Tu ne te sens pas bien ? Tu as des problèmes ? Tu as peur ? Tu as besoin d'aide ?
Alors tu es à la bonne adresse chez nous.

Que faisons-nous ?

1. consultation

Nous te conseillons gratuitement. Au téléphone et en personne. C'est gratuit et confidentiel.
Tu ne parles pas bien allemand ? Pas de problème ! Nous avons aussi des interprètes.

2. maison d'accueil pour femmes

Tu es en danger ? Tu as peur ? Tu n'as pas de maison sûre ?
Alors tu peux loger ici gratuitement.
Nous te protégeons. Nous te soutenons. Nous aidons tes enfants.

Comment cela fonctionne-t-il ?

Tu trouveras toutes les informations sur notre [page d'accueil](#). Il y a 20 langues différentes.
Tu peux nous appeler au [0941 24000](tel:0941 24000).
Au téléphone, nous t'expliquerons tout plus en détail.

Retour dans le pays d'origine

Conseil en vue du retour central (CVC)

À qui s'adresse le ZRB ?

Tu veux retourner dans ton pays d'origine. Tu habites dans le Haut-Palatinat (par exemple à Ratisbonne). Tu y es également inscrit(e). Tu es en procédure d'asile, demandeur d'asile débouté, reconnu ou ressortissant d'un pays tiers.

Le ZRB Nordbayern t'aide.

Quelle aide puis-je obtenir du ZRB ?

Tu reçois de l'aide pour les questions suivantes : quelle est la situation actuelle dans mon pays d'origine ? Y a-t-il des offres de qualification ? Comment puis-je obtenir mes documents de voyage ? Où puis-je obtenir les billets nécessaires ?

La ZRB te conseille sur la manière dont ton voyage peut se dérouler. A la fin, tu décides toi-même si tu veux partir ou non.

Contact

ZRB pour les réfugiés en Bavière du Nord

[Marienstraße 23](#)

90402 Nuremberg

Tél. : + [49 911 2352 222](tel:49 911 2352 222)

Fax : + 49 911 2352 226

[E-mail](#)

[Site web](#)

Startfinder

À qui s'adresse Startfinder ?

Tu veux retourner dans ton pays d'origine. Tu viens d'Afghanistan, d'Égypte, d'Albanie, de Gambie, du Ghana, d'Irak, du Kosovo, du Maroc, du Nigeria, du Pakistan, du Sénégal, de Serbie ou de Tunisie. Tu cherches des conseils et de l'aide sur le thème du retour ? De nouvelles possibilités dans ton pays d'origine ? Des conseils dans ta langue maternelle ? Des possibilités de migration régulière vers l'Allemagne ?

[Startfinder](#) t'aide. Ici, tu peux contacter directement des centres de conseil dans ton pays d'origine. Ceux-ci te conseillent dans ta langue maternelle.

Mots-clés : aide au départ, départ volontaire, conseil pour le départ, voyage de retour, travail dans le pays d'origine

Aide des bénévoles

Pilotes d'intégration à plein temps de la ville de Ratisbonne

Nous nous occupons du travail bénévole dans le domaine de l'asile et de l'intégration. Les bénévoles aident bénévolement et pendant leur temps libre. Ils ne sont généralement pas payés pour cela. Ils aident parce que cela leur fait plaisir.

Quelles sont nos tâches ?

Nous coordonnons et soutenons le bénévolat. Nous servons d'intermédiaires pour les personnes intéressées, les associations et les bénévoles. Nous mettons les offres en réseau. Nous organisons des formations. Nous aidons à la recherche d'un logement. Nous aidons les bénévoles à répondre à leurs questions. Nous faisons du travail de relations publiques.

Contact

Ville de Ratisbonne, Service de l'intégration et de la migration

[Maximilianstr. 26, 93047 Regensburg](#)

[E-mail](#)

[Téléphone](#)

[Site web](#)

Ce poste est soutenu par des fonds de l'État libre de Bavière.

Mots-clés : bénévolat, volontaires, aide, offres, formations

Parrainages pour les personnes en fuite

Que sont les parrainages pour les réfugiés ?

Les fugitifs sont nouveaux à Ratisbonne ou y vivent depuis longtemps.

Il y a des personnes qui prennent du temps bénévolement pour les aider ou simplement pour passer du temps libre avec eux.

Par exemple

- faire visiter la ville
- pratiquer l'allemand
- cuisiner ensemble, faire du sport ou passer son temps libre
- aider à faire les devoirs
- accompagner les rendez-vous avec les autorités

- aider à la recherche d'un logement

La ville de Ratisbonne aide à trouver des parrains pour les personnes réfugiées. Les parrains sont des personnes qui aident et soutiennent. La ville donne également de l'aide en cas de questions ou de problèmes.

Contact :

Ville de Ratisbonne, Service de l'intégration et de la migration

[Département de conseil en matière de réfugiés et d'intégration et de bénévolat social](#)

[Maximilianstraße 26 | 93047 Regensburg](#)

Courrier électronique : aim@regensburg.de

Téléphone : [0941/507 7776](tel:09415077776)

[Plus d'informations sur Internet.](#)

Mots-clés : Nouveau à Ratisbonne, orientation, aide au quotidien, rencontrer des gens, apprendre la langue, arriver

Campus Asile

Sur Campus Asyl, les étudiants, les réfugiés et les citoyens réalisent des projets ensemble. Ils font du sport, jouent de la musique ou créent des œuvres d'art. Ils mettent gratuitement des vêtements à disposition. Il y a des cours d'allemand, des informations sur le travail et les études en Allemagne. Et bien plus encore.

Plus d'infos ici : <https://campus-asyl.de/>

Où ?

Bureau dans l'établissement AnkER

[Bajuwarenstraße 1a](#)

93053 Regensburg

Bureau à l'université de Ratisbonne

[Universitätsstraße 31](#)

93053 Regensburg

PT-Gebäude, Raum 2.2.02

Mots-clés : projets, bénévolat, conseil, apprendre l'allemand, activités, projets pour les femmes, sport

Clinique de droit des réfugiés

Des étudiants conseillent des personnes en fuite.

Tu veux rester en Allemagne ?

Tu veux que ta famille puisse venir en Allemagne ?

Ou tu veux travailler ? Tu as des questions ?

Nous te conseillons sur le droit d'asile et le droit des étrangers.
Nous nous préparons avec toi à l'entretien.

Plus d'infos [ici](#).

Notre aide est gratuite. Prends contact avec nous.

Où se rendre ?

[Clinique de droit des réfugiés de Ratisbonne](#)

c/o Chaire du Prof. Alexander Graser

Université de Ratisbonne

[Universitätsstraße 31, 93053 Regensburg](#)

Salle : RWL U.05

[E-mail](#)

Mots-clés : conseil, droit d'asile, droit des étrangers, droit de séjour, droit de rester, procédure d'asile, fuite, asile, regroupement familial, questions juridiques, droit

BI Asile

BI Asile Ratisbonne

BI (= initiative citoyenne) Asyl Regensburg s'engage en faveur des réfugiés et des demandeurs d'asile.

Plus sur Internet : [BI Asyl Regensburg](#)

E-mail : bi.asyl@yahoo.com

Service d'intégration de Malteser Regensburg

Tu veux aider et être actif ?

Tu veux rencontrer des gens d'autres pays ?

Tu as besoin d'aide ou tu peux aider les autres dans leur vie quotidienne (visites chez le médecin, démarches administratives, recherche d'emploi) ?

Nous sommes le [service d'intégration de Malteser](#). Un groupe de personnes qui aiment aider les autres lorsqu'ils viennent en Allemagne et y vivent. Dans notre café de rencontre, il y a de la place pour beaucoup d'idées et d'aide.

 **Quand ?** Chaque deuxième et quatrième mercredi du mois à 18h.

 **Où se trouve-t-il ?** [Am Singrün 1, 93047 Regensburg.](#)

Nous nous réjouissons de ta visite !

Contact :

[Malteser Hilfsdienst e.V.](#)

Téléphone : [0941 585 15 0](tel:0941585150)

Email : malteser.regensburg@malteser.org

Mots-clés : réfugiés, personnes ayant fui, parrainage, orientation, faire connaissance, cuisiner ensemble, apprendre l'allemand, arriver, participer

Amnesty International

Amnesty International Regensburg

Nous nous engageons pour les droits des personnes. Cela signifie que chaque personne doit être traitée de manière équitable.

Nous travaillons pour la protection des réfugiés. À Ratisbonne, il y a un groupe de personnes qui travaille sur ce sujet. Ce groupe se réunit souvent et parle de la manière dont on peut aider.

Plus d'informations ici : [Amnesty International Regensburg](#)

Ecris-nous un e-mail : asyl-ak@amnesty-regensburg.de

Langue, école, études

Apprendre l'allemand à Regensburg

Cours d'intégration

Qu'est-ce qu'un cours d'intégration ?

Dans un cours d'intégration, les gens apprennent l'allemand.

Un cours d'intégration comporte deux parties :

- Cours d'allemand
- Cours d'orientation

Le cours d'intégration se termine par deux examens :

- Deutsch-Test für Zuwanderer
- Vivre en Allemagne

Tu réussis les deux examens :

- Tu obtiens le certificat du cours d'intégration.

Qui peut suivre un cours d'intégration ?

Tu es un citoyen allemand :

- Migrant avec un permis de séjour en Allemagne
 - Citoyen de l'UE et résidant en Allemagne
 - demandeur d'asile avec de bonnes perspectives de séjour
 - réfugié reconnu ou bénéficiant de la protection subsidiaire
- ⇒ Alors tu peux suivre un cours d'intégration.

Tu trouveras plus d'informations en plusieurs langues ici : [BAMF](#)

IMPORTANT : Les cours d'intégration ne sont pas destinés aux enfants et aux jeunes.

Ils doivent être inscrits dans les écoles.

Demande aux services de conseil :

- Où mes enfants peuvent-ils aller à l'école ?

⇒ Regarde sur "**Conseils et aide**".

Quels sont les cours d'intégration disponibles ?

[Cours d'intégration pour tous les adultes](#) (700 heures, environ 7 mois)

[Cours d'intégration pour ABC](#) (apprendre à lire et à écrire l'alphabet latin, jusqu'à 1 200 ; environ 1 an)

[Cours d'intégration pour apprenants de deuxième écriture](#) (apprendre l'écriture latine, 1000 heures)

[Cours d'intégration pour les femmes](#) (1000 heures, un cours dure 45 minutes)

[Cours d'intégration pour parents](#) (1000 heures)

[Cours d'intégration pour adolescents et jeunes adultes](#) (1000 heures)

[Cours de soutien](#) (si tu es en Allemagne depuis longtemps, 1000 heures)

[Cours intensif](#) (500 heures)

Quand les cours d'intégration ont-ils lieu ?

- Les cours ont souvent lieu **du lundi au vendredi**.
- Le cours dure 4 ou 5 heures par jour.
- Il y a aussi des cours qui ont lieu quelques jours par semaine.
- Ces cours durent plus longtemps.
- Tu as du travail ? Il y a aussi des cours le soir et le samedi.

Comment trouver le bon cours d'intégration ?

De nombreux organismes de cours d'allemand (= écoles de langues) à Ratisbonne proposent le cours d'intégration.

Cherche ici sur **Internet**: [Chercher un cours d'intégration](#)

Demande aux **services de conseil en matière de migration**.

=> Regarde sous "**Conseil et aide**".

L'organisateur du cours d'allemand fait **passer un test**.

Ainsi, tu seras orienté vers le bon cours.

Demande aux organisateurs de cours d'allemand : de quels documents ai-je besoin ?

Combien coûte le cours d'allemand ?

- Participants **non admis** par le [BAMF](#) (auto-payants) :

458 euros par mois

- Participants **autorisés** par le BAMF (sans exonération de frais) :

229 euros par mois

- Participants **avec admission et prise en charge des frais** par le BAMF :

0 euro

⇒ Tu dois payer ? Demande à ton organisme de cours d'allemand

L'allemand pour le travail

Cours d'allemand professionnel (=apprendre l'allemand pour ton métier) :

Qu'est-ce qu'un cours d'allemand professionnel ?

Il existe des **cours** pour les professions dans les soins, la médecine, la bureautique et la technique.

1. Le cours te prépare à un métier.
2. Le cours t'aide à trouver une formation ou un emploi.
3. Le cours s'appuie sur ton cours d'intégration.

Qui peut participer au cours d'allemand professionnel ?

- Tu maîtrises déjà bien ou très bien l'allemand(B1, B2OU C1).
- Tu es inscrit(e) comme demandeur(se) d'emploi (auprès de l'agence pour l'emploi) et/ou tu reçois des allocations de chômage.
- Tu reçois de l'argent du Jobcenter.
- Tu es étranger, immigré, citoyen de l'UE, Allemand issu de l'immigration.
- Tu es un réfugié : Demande à ton conseiller de l'agence pour l'emploi ou du Job-Center.
⇒ **L'agence pour l'emploi ou le Job-Center décident si tu peux participer.**

Comment peux-tu t'inscrire ?

Demande à ton conseiller de l'agence pour l'emploi ou du Job-Center.

->Ton conseiller sait quel cours tu peux suivre.

->Ton conseiller sait où il y a des cours.

Tu trouveras plus d'informations [ici](#).

App Lunes : du vocabulaire pour ton métier

- Tu débutes dans la vie professionnelle ?
- Tu fais une formation ?
- L'examen final est imminent ?
- Alors l'app Lunes t'aide à te préparer sur le plan linguistique.

Plus d'infos et téléchargement de l'app ici : lunes.app

Allemand, première orientation pour demandeurs d'asile

Première orientation linguistique pour les demandeurs d'asile et cours ALPHA

Qui est concerné ?

Tu ne peux pas suivre un cours d'intégration ?
Tu souhaites apprendre l'allemand ?

Alors, suis ces cours :

ALPHA Asyl - Lire et écrire pour les demandeurs d'asile.

Tu n'as pas besoin de connaissances préalables.

Où se rendre ?

VHS Regensburger Land e.V.

Frau Britta Loutzenhiser-Brandt

Wann: **Montag bis Freitag** von 10.00 - 12.00 Uhr

Tel: [09401 525512](tel:09401525512)

E-Mail: britta.loutzenhiser@vhs-regensburg-land.de

Tu trouveras **les dates et informations actuelles** ici:

<https://www.vhs-regensburger-land.de/#inhalt>

Première orientation et transmission de valeurs pour les demandeurs d'asile en Bavière

Tu n'as pas besoin de connaissances préalables.

Où se rendre ?

DAA Deutsche Angestellten-Akademie GmbH

Herr Dr. Dominik Schönecker

Tel: [0941 297867 28](tel:094129786728)

E-Mail: dominik.schoenecker@daa.de

Tu trouveras les dates et informations actuelles ici :

<https://daa-bayern.de/deutsch/erstorientierung>

Familienzentrum (Humboldstr. 34)

Herr Lindner

Tel: [0941/46467-112](tel:094146467112)

E-Mail: gregor.lindner@johanniter.de

Aide à l'apprentissage de l'allemand

Offre gratuite pour tous les apprenants d'allemand avec la possibilité de poser des questions et d'apprendre des autres.

Où et quand ?

Tous les lundis de 15h à 17h (sauf vacances scolaires)

Lernpunkt im BiC im KÖWE

Dr. Gessler-Straße 47, 93051 Regensburg

A partir du 21 juin : tous les mardis de 17h30 à 19h30 (sauf vacances scolaires)
BiC im Candis
Kastenmaierstraße 2, 93055 Regensburg

[Volkshochschule Regensburg](#)

Tel: [0941/507-5433](tel:0941/507-5433)

E-Mail: lernpunkt@regensburg.de

Cours de langue à Ratisbonne

Cours à la VHS Regensburg :

Il y a beaucoup de cours à la VHS. Vous trouverez des informations et des contacts [ici](#).

Cours à la VHS Regensburger Land :

Nous vous aidons volontiers à faire les demandes et vous conseillons sur le cours adéquat.
Plus d'infos et de contacts [ici](#).

Autres prestataires de cours d'intégration et autres cours de langue :

DEB

Hermann-Köhl-Str. 3

93049 Regensburg

0941 297610

Mail

Kolping

Ladehofstr. 30

93049 Ratisbonne

0941 595770

Mail

DAA

30, rue de la Paix

93053 Ratisbonne

0941 2978670

Mail

Berlitz

28, rue de la Paix

93053 Ratisbonne

0941 78520741

Mail

[IGeL](#)

[Chemin de la ruche 2](#)

93055 Ratisbonne

[0941 51040](#)

[Mail](#)

[IFP](#)

[Grasgasse 10-12](#)

93047 Ratisbonne

[0941 585410](#)

[Mail](#)

[bfz](#)

[Donaustauer Str. 115](#)

93059 Ratisbonne

[0941 402070](#)

[Mail](#)

Autres prestataires de cours d'allemand, souvent gratuits :

[Deutsch-Angebote Stand 22.01.2025.pdf](#)

Tu n'as pas trouvé de cours ?

Demande à ton conseiller du [service d'aide aux migrants](#), du [jobcenter](#) ou de l'[agence pour l'emploi](#).

École

École

IMPORTANT : en Bavière, tous les enfants doivent aller à l'école !

1. tes enfants habitent à Regensburg :

Mes enfants doivent-ils aller à l'école ?

- Oui, s'ils ont entre 6 et 16 ans.
- Oui, s'ils n'ont pas encore passé 10 ans à l'école.

⇒ Si tu n'es pas sûr, demande à ton école.

Quelles sont les écoles qui existent ?

- [Écoles primaires](#)

Les petits enfants vont dans les écoles primaires de la première à la quatrième année.
En fonction de leurs notes, les enfants fréquentent ensuite ces écoles :

- [Écoles secondaires](#)

Dans les écoles secondaires, les enfants vont de la 5e classe normalement jusqu'à la 9e

classe.

Après l'école, ils commencent un apprentissage ou vont dans une autre école.

- **Écoles secondaires**

Dans les Realschulen, les enfants vont de la 5e classe jusqu'à la 10e classe.

Après l'école, ils commencent une formation ou vont dans une autre école.

- **Gymnasien**

Dans les Gymnasien, les enfants vont normalement de la 5e classe à la 12e classe.

Après l'école, on peut faire des études.

- **Écoles spécialisées**

Les enfants qui apprennent très difficilement ou qui ont un handicap vont dans des écoles spécialisées.

⇒ Tu trouveras [ici](#) de plus amples informations sur le système scolaire en Bavière.

Où se trouve l'école ?

Chaque école a un territoire bien défini, le "**Schul Sprengel**". L'endroit où ton enfant va à l'école dépend de l'endroit où vous habitez. De nombreuses rues forment un arrondissement.

Tu dois voir à quel arrondissement appartient ta rue :

- Tu peux trouver ton **école primaire** [ici](#). Regarde sur la carte ou cherche ton adresse.
- Tu trouveras ton **école secondaire** [ici](#). Regarde sur la carte ou cherche ton adresse.
- A la **Realschule** et au **Gymnasium**, il faut savoir bien parler allemand.
Tes enfants parlent bien allemand et ont de bonnes notes ?
Demande à ton école secondaire.
Elle peut te recommander une Realschule ou un Gymnasium .

Comment inscrire mes enfants à l'école ?

1. Tu as trouvé la bonne école.
2. Appelle l'école et prends rendez-vous.
3. Dis : "Je veux inscrire mes enfants à l'école".

Voici ce que tu dois apporter **pour l'inscription**:

- Le passeport ou la carte d'identité des enfants (le cas échéant).
- Ton passeport ou ta carte d'identité.
- Certificat d'enregistrement de la ville.
- Certificat de naissance de tes enfants.

IMPORTANT : Fais l'inscription très rapidement.

Le mieux est de le faire juste après avoir inscrit tes enfants à la ville de Ratisbonne !

2. tes enfants habitent à AnKER

IMPORTANT ! Dans les établissements AnKER Bajuwarenstraße 1a, Zeißstraße 1 ou Zeißstraße 9, tu ne dois **pas** inscrire **toi-même** tes enfants à l'école.

- Les trois premiers mois, tes enfants ne peuvent pas aller à l'école.
- Les collaborateurs d'AnKER inscrivent tes enfants dans une école où ils apprennent l'allemand.
- Les collaborateurs de l'AnKER te diront où tes enfants doivent aller à l'école.

Conseil pour les jeunes

- Tu as entre 15 et 21 ans.
- Tu peux aussi aller à l'école.
- Tu vas par exemple en classe préparatoire ou en classe d'intégration professionnelle.
- Tu peux aussi obtenir un diplôme de fin d'études.

Tu trouveras les informations sur l'orientation sous [Contact et service](#).

Prends rendez-vous :

Téléphone : [\(0941\) 507-2433](tel:09415072433)

E-mail : [service.vhs\(at\)regensburg.de](mailto:service.vhs(at)regensburg.de)

Conseil pour la fin de l'école : Agence pour la compétence

- Tu as entre 14 et 27 ans.
- Tu n'as pas de travail, pas de place de formation ou pas de diplôme de fin d'études.

Tu reçois de l'aide pour

- Conseil pour l'école et le travail
- Tests d'aptitude professionnelle
- recherche d'emploi, candidature et préparation aux entretiens d'embauche
- Cours de langue et préparation professionnelle
- Recherche de stages pour les élèves
- Cours pour l'obtention du diplôme de fin d'études. Chaque année, à partir d'octobre, un cours de préparation au diplôme de fin d'études secondaires qualifiant ou réussi démarre.

Contact :

[Kompetenz-Agentur](#)

[Domplatz 3](#)

93047 Ratisbonne

Plus d'informations [ici](#).

Mots-clés : système éducatif, système scolaire, diplôme de fin d'études, formation scolaire, apprentissage, école primaire, écoles secondaires

Cours de soutien et accompagnement des devoirs

Tu as des problèmes à l'école ? Nous t'aidons à faire tes devoirs. Nous soutenons les parents, les enfants et les écoles.

Aide pour les enfants scolarisés

Arbeitskreis für Ausländische Arbeitnehmer:

[a.a.a.](#)

[Telefon](#)

[E-Mail](#)

Jugend- und Begegnungszentrum Guericke

[Guerickestraße 79d](#)

93053 Regensburg

[Telefon](#)

Sous ce lien, tu trouveras des offres de la ville de Ratisbonne pour l'aide aux devoirs et à l'école :

[Stadt Regensburg - Kinderbetreuung - Hausaufgabenbetreuung](#)

Les lieux des offres respectives sont ici :

Lern-Insel

[Humboldtstr. 34](#)

93053 Regensburg

[Telefon](#)

GRIPS im JuZ Utopia

[Kirchfeldallee 2](#)

93055 Regensburg

[Telefon](#)

Schul-Fit im JuZ Arena

[Unterislinger Weg 2](#)

93053 Regensburg

[Telefon](#)

SbS (Les étudiants forment les élèves)

Des étudiants t'aident à étudier et à faire tes devoirs. Le soutien scolaire ne coûte pas d'argent. Si tu as besoin d'aide, tu peux t'inscrire ici :

<https://studytutors.de/standorte/regensburg>

Aide pour les apprentis (Azubis)

Groupes d'apprentissage de la Jugendwerkstatt

Ici, tu reçois de l'aide en petits groupes en cas de problèmes d'apprentissage. Merci de t'inscrire au préalable auprès de nous.

[Jugendwerkstatt Regensburg](#)
[Glockengasse 1](#)
93047 Regensburg

[Telefon](#)
[E-Mail](#)

Tu trouveras de plus amples informations sous ce lien :

[Jugendwerkstatt Regensburg](#)

CampusAsyl Azubi-Tandems

Nous mettons en contact des partenaires d'apprentissage pour les apprentis de tous les métiers et de toutes les matières. Ils t'aident à l'école en allemand et dans d'autres matières :

[Webseite](#)
[E-Mail](#)

PUR Conseil

Service de consultation pour jeunes réfugiés à l'école professionnelle II

Nous conseillons les jeunes élèves ayant fui leur pays pour toutes les questions relatives aux cours, à l'école et à la formation.

PUR -Beratungsstelle für junge Geflüchtete an der Berufsschule II
[Ziegelweg 1](#)
93053 Regensburg

[Telefon](#)

Tu trouveras de plus amples informations sous ce lien :

[Stadt Regensburg - Dezentrale Soziale Dienste - PUR](#)

café des jeunes ejsa

Nous t'aidons volontiers à faire tes devoirs ou à réviser tes examens.

ejsa-Jugendcafe
[Hemauerstraße 20a](#)
93047 Regensburg

[Telefon](#)

[E-Mail](#)

Tu trouveras plus d'informations sous ce lien :

[Jugendcafé: EJSa Regensburg](#)

Mots-clés : apprentissage, devoirs, pratiquer l'allemand, formation, soutien, examens

Bienvenue à l'école : vidéos pour les parents

Le service spécialisé du département de la jeunesse de la ville de Regensburg InMigra-KiD a réalisé de nombreuses vidéos pour les parents.

Tu peux y trouver des informations sur les thèmes de la rentrée scolaire et de la vie quotidienne à l'école primaire (par ex. des thèmes comme les lettres aux parents et les réunions de parents, annoncer la maladie de l'enfant, etc.)

Tu trouveras **ici** ces vidéos en français et en plusieurs langues : [Bienvenue à l'école](#)

Tu peux trouver des sous-titres en plusieurs langues en cliquant ici :



Trouver des sous-titres



Choisir la langue

Tu trouveras le **dépliant vidéo (PDF)** avec les liens et les codes QR ici : [Dépliant "Bienvenue à l'école"](#).

Si tu as des questions, tu peux écrire au service InMigra-KiD : inmigrakid@regensburg.de

Études

Étudier en Allemagne

Tu peux étudier dans un établissement d'enseignement supérieur.

En Allemagne, il existe de nombreux types d'établissements d'enseignement supérieur. Elles s'appellent universités, écoles techniques supérieures ou encore écoles supérieures d'art. Chacune est différente. Renseigne-toi directement auprès d'elles ! La plupart du temps, il y a un bureau pour les étudiants étrangers.

Plus d'informations

Tu trouveras ici des informations générales sur les établissements d'enseignement supérieur en Allemagne :

[Allgemeine Infos zu Hochschulen in Deutschland](#)

Tu trouveras ici des informations pour les réfugiés qui souhaitent étudier :

[Studium für Flüchtlinge \(in vielen Sprachen\)](#)

Tu trouveras ici des informations sur la reconnaissance des diplômes pour tes études :

[Zeugnisse anerkennen lassen \(in vielen Sprachen\)](#)

Tu trouveras ici des informations si tu veux te préparer à l'université en général :

[Category | Academic Skills](#)

OTH Ratisbonne

OTH Regensburg (= Ostbayerische Technische Hochschule)

Je veux étudier à l'université OTH:

Que dois-je savoir ?

<https://www.oth-regensburg.de/studieren/international>

Qu'est-ce que je peux étudier ?

<https://www.oth-regensburg.de/studieren/studienganguuebersicht>

Qui peut m'aider ?

Pour les questions concernant les études :

<https://www.oth-regensburg.de/studieren/international/personen>

Email: Studienberatung@oth-regensburg.de

Pour les questions avant les études :

Quel doit être mon niveau d'allemand ?

Mes diplômes sont-ils suffisants ?

De l'argent pour les études ?

Heures de consultation :

<https://www.oth-regensburg.de/studieren/international/personen>

Email: auslandsamt@oth-regensburg.de

Conseil pour les réfugiés

Email: refugees@oth-regensburg.de

Jusqu'à quand dois-je postuler ?

Informations sur la candidature

<https://www.oth-regensburg.de/studieren/vor-dem-studium/studienbewerbung>

Date limite pour le master (MA):

Il y a de grandes différences. Demande au conseiller (=Kurskoordinator) pour le master.
Regarde sur la page d'accueil de OTH.

<https://www.oth-regensburg.de/studieren/studienganguuebersicht>

Soutien aux études

Cours d'allemand avant les études

Tu poses ta candidature à l'OTH ?

Tu peux peut-être suivre un cours d'allemand à l'université de Regensburg.

Demande au **Studien-Beratung** ou à l'**Akademisches Auslands-Amt** de l'OTH.

Tu veux étudier et tu prends des cours d'allemand à l'université de Ratisbonne ?

Demande de l'argent au [Job-Center](#) Regensburg pour le cours d'allemand.

Financement = argent pour les études

Tu peux parfois obtenir de l'argent pour tes études :

- [Bafög](#)
- [Conseils sur le Bafög](#)

Université de Ratisbonne

Tu veux étudier à l'Université de Ratisbonne :

Sous ce lien, tu trouveras un site web avec des possibilités de te faire conseiller :

<https://www.uni-regensburg.de/international/kontakt/index.html>

Pour prendre rendez-vous, envoie un e-mail à :

studierende.fluechtlinge@ur.de

Il y a des documents que tu dois apporter au rendez-vous :

- les bulletins de notes de ton école et de ton université d'origine
- les bulletins scolaires doivent également être traduits en anglais ou en allemand.

Tu trouveras ici le service d'orientation :

[Universität Regensburg](#)

International Office (im Verwaltungsgebäude)

[Universitätsstr. 31](#)

93053 Regensburg

Travailler à Regensburg

Droit de séjour

La loi sur le séjour des étrangers (AufenthG) est une loi pour les personnes qui ne sont pas originaires de l'UE.

Elle régit :

- l'entrée (quand on vient en Allemagne)
- le séjour (si l'on reste en Allemagne)
- le droit au travail

La loi régleme qui peut venir et rester en Allemagne. **Les citoyens de l'UE** peuvent voyager et vivre dans tous les pays de l'**UE**.

Service des étrangers de la ville de Regensburg

Le service des étrangers est responsable des décisions concernant ton séjour et d'autres mesures et questions juridiques.

Elle le fait en vertu de la loi sur le séjour, l'activité professionnelle et l'intégration des étrangers sur le territoire fédéral (AufenthG). Il en va de même pour les dispositions relatives au droit des étrangers dans d'autres lois des services compétents. Elle est le premier interlocuteur pour toutes les questions relatives aux cas relevant de ces domaines.

Après ton arrivée en Allemagne, tu dois **déclarer ton logement à la ville de Ratisbonne**.

Quand puis-je faire cette déclaration ?

Lundi, mardi, jeudi et vendredi : de 08:00 à 10:30 heures.

IMPORTANT : Durant ces heures, tu peux venir **sans rendez-vous**!

Tu ne peux entrer qu'après un contrôle d'accès.

Merci de venir avec un interprète si tu ne parles pas allemand.

Après ton arrivée en Allemagne, tu dois **demande ton permis de séjour**.

Pour obtenir ton permis de séjour, tu as besoin d'un **rendez-vous**.

Pour obtenir un rendez-vous, appelle, envoie un e-mail ou une lettre.

IMPORTANT : Beaucoup de gens appellent.

Conseil : appelle avant 8h00 et après 10h30.

N'appelle que ce numéro : Tél : [0941 507 - 2777](tel:09415072777)

IMPORTANT : Inscris cette information dans ton e-mail ou ta lettre :

- De quoi as-tu besoin ? **"J'ai besoin d'un permis de séjour"**

- Ton nom de famille et ton prénom

- Ta date de naissance

- De quel pays tu viens

- Ton adresse

Envoie le courriel à cette adresse : aaa@regensburg.de

Envoie la lettre à cette adresse :

Service de l'intégration et de la migration

Département des affaires des étrangers

[Maximilianstr. 26](#)

93047 Regensburg

Tu peux **venir chercher** ton **titre de séjour terminé** sans rendez-vous.

Quand : Lundi, mardi, jeudi et vendredi : de 08:00 à 10:30 heures.

Mots-clés : **service des étrangers, bureau des étrangers, titre de séjour, documents, formulaires, résidence, inscription, permis de séjour, titre de séjour, permis d'établissement, autorisation de séjour, permis de travail, certificat de bonne conduite, regroupement familial, naturalisation, séjour étudiant, séjour, passeport, visa, visa**

Informations sur le permis de travail et l'assurance de la main-d'œuvre qualifiée de la CCI

Tu as besoin d'un permis de séjour si tu veux travailler en Allemagne.

Il existe des titres de séjour pour les professions académiques et non académiques.

Nous t'expliquons également des règles particulières. Nous te montrons des exemples de la vie quotidienne sur ce thème.

Tu as besoin d'aide ? Tu peux aussi venir nous voir ou nous appeler. Tu nous trouveras ici :

IHK Regensburg pour le Haut-Palatinat/Kelheim

[D.-Martin-Luther-Str. 12](#) | 93047 Regensburg

Tel. [+49 941 5694-258](tel:+499415694258) | Fax +49 941 5694-5258

schessl@regensburg.ihk.de

Tu trouveras plus d'informations ici :

<https://www.ihk.de/regensburg/fachthemen/fachkraefte>

[Facebook](#)

[Instagram](#)

Mots-clés : **personnel qualifié, loi sur l'immigration de personnel qualifié, activité professionnelle, titre de séjour, dispositions relatives au séjour**

Service de l'emploi

Aide de l'agence pour l'emploi et du Jobcenter

Les collaborateurs de l'**agence pour l'emploi** (= Arbeits-Amt) et du **Jobcenter** t'aident :

- si tu es au chômage
- si tu cherches un emploi ou une formation
- si tu cherches un travail ou une formation dans la région de Ratisbonne
- si tu souhaites obtenir une qualification professionnelle ou suivre une formation continue (= en apprendre davantage sur un métier).

Conseil: demande simplement un rendez-vous à l'agence pour l'emploi ou au Jobcenter. Tu y recevras des conseils et du soutien

Centre d'emploi de la ville de Ratisbonne

Tu reçois **l'allocation chômage II** ?

Le Job-Center t'aide à suivre des cours d'allemand, à travailler et à suivre une formation :

- Ton conseiller cherche avec toi un cours de langue.
- Ton conseiller cherche avec toi un métier.
- Ton conseiller cherche avec toi un emploi.

Contact :

[Jobcenter](#) Ville de Ratisbonne

Dans le [parc industriel D83](#)

93059 Regensburg

Téléphone : [0941/64090-0](tel:0941/64090-0) => puis sélectionner 1

Télécopieur : [0941/64090 444](tel:0941/64090 444)

jobcenter-Regensburg@jobcenter-ge.de

Horaires d'ouverture :

lundi/mardi/mercredi/vendredi -> 08:00-12:00

jeudi -> 08:00-12:00 ainsi que 13:00-16:30

Mots-clés : ALG II, Hartz IV, conseil, orientation professionnelle, recherche d'emploi, prestations, cours de langue, emploi

Agence pour l'emploi de Ratisbonne

Les nouveaux immigrés **ayant accès au marché du travail** peuvent contacter l'agence pour l'emploi. Tes données personnelles sont enregistrées. Ensuite, tu obtiendras un rendez-vous avec le spécialiste compétent.

Dans la [bourse de l'emploi de l'Agence fédérale pour l'emploi](#), tu trouveras la plupart des postes vacants en Allemagne. Tu peux ainsi par exemple

- chercher des emplois en Allemagne et à l'étranger.
- créer et gérer un profil personnel.
- postuler à des emplois en ligne.
- recevoir des offres d'emploi appropriées par e-mail si tu le souhaites.

Adresse :

Agence pour l'emploi de Ratisbonne

[Galgenbergstr. 24](#)

93053 Regensburg

Appelle-nous :

Lun. - Ven. de 08:00 - 18:00 heures

Pour les salariés : [0800 4 5555 00*](tel:08004555500).

*Cet appel est gratuit.

[Site web de l'agence pour l'emploi de Regensburg](#)

Mots-clés : emploi, travail, activité professionnelle, offres d'emploi, conseil, placement, consultation, Bundesagentur für Arbeit

Reconnaissance des qualifications

Ton diplôme professionnel obtenu à l'étranger peut être reconnu en Allemagne. Tu auras ainsi de meilleures chances de trouver un emploi en Allemagne.

Tu as obtenu à l'étranger un diplôme reconnu par l'État d'une durée d'au moins un an ? Alors cette procédure t'est ouverte.

Selon la profession, d'autres organismes sont compétents. Tu peux te faire conseiller au préalable sur la procédure et le dépôt de la demande.

Tu trouveras plus d'informations ici :

[Reconnaissance en Allemagne.](#)

[ANABIN, le portail d'information sur les diplômes étrangers.](#)

Tu peux également obtenir de l'aide sur ce thème auprès du [service de conseil aux migrants](#).

Mots-clés : certificat, qualification, diplôme, reconnaissance, conseil, professionnels

Conseil en reconnaissance professionnelle et en qualification du bfz

Si tu as un diplôme professionnel ou un diplôme scolaire d'un autre pays, tu peux venir à la consultation. Lors de la consultation de reconnaissance et de qualification, nous t'aidons à faire reconnaître ton diplôme.

N'hésite pas à nous contacter :

Inna Olbricht

Téléphone : [0941/40207-15](tel:09414020715)

Email : inna.olbricht@bfz.de

Andreas Dick

Téléphone : [0941/40207-60](tel:09414020760)

Email : andreas.dick@bfz.de

[Donaustauer Str. 115](#), 93059 Regensburg

Tu trouveras plus d'informations ici : www.bfz.de

Conseil en reconnaissance professionnelle de la CCI

En Allemagne, il existe 350 métiers de formation en alternance et de nombreuses possibilités de formation continue.

La chambre de commerce et d'industrie offre des conseils gratuits. Tu y trouveras des informations sur les métiers. Nous regardons ensemble quel métier correspond à ton diplôme. C'est ce qu'on appelle un métier de référence.

Nous t'aidons aussi avec les documents de demande.

Voici comment nous contacter :

Tanja Graf

IHK Regensburg pour le Haut-Palatinat/Kelheim

[D.-Martin-Luther-Str. 12](#)

93047 Regensburg

Téléphone : [0941/5694-362](tel:09415694362)

Courrier électronique : graf@regensburg.ihk.de

Internet : www.ihk-regensburg.de/anerkennung

Reconnaissance des professions de santé

Tu as travaillé à l'étranger dans le domaine de la santé ? Tu as suivi une formation ou des études dans ce domaine ?

Tu peux alors faire reconnaître cette profession en Allemagne.

Tu trouveras plus d'informations et de contacts ici, auprès de l'Office régional des soins :

[Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse - Bayerisches Landesamt für Pflege](#)

Orientation professionnelle et travail indépendant

Il y a beaucoup d'offres :

La VHS te conseille. Elle t'aide à postuler ou si tu veux créer une entreprise. Elle a aussi des infos sur les diplômes scolaires.

Le bfz propose aussi des offres spéciales pour les migrants. Tu reçois des informations sur l'orientation professionnelle. Tu peux t'entraîner à postuler ou suivre un cours de langue pour le travail.

Tu veux créer ta propre entreprise ? La chambre des métiers t'aide à le faire.

Mots-clés : conseil, qualification, nouveau métier, reconversion, candidature, formation, marché du travail, entrée dans la vie active, cours de langue professionnels, conciliation de la vie familiale et professionnelle.

Conseil en formation de l'université populaire (vhs) de la ville de Regensburg

Tu as des questions sur la formation et la formation continue ?

Les centres de formation (BiC) du KÖWE et de Candis proposent un conseil individuel en matière de formation et de profession.

Les thèmes abordés par ces conseils sont les suivants :

Profession et travail :

- Que veux-tu faire professionnellement ? Quelles sont les possibilités ?
- Aide pour les candidatures (check de candidature)
- Retour à l'emploi : comment y arriver ? Ou veux-tu travailler à ton compte ?
- Comment peux-tu bien combiner travail et famille ?
- Conseils pour apprendre : Comment apprends-tu le mieux ?

Apprendre à apprendre :

- Mieux apprendre à lire et à écrire
- Rattraper le retard scolaire
- Apprendre seul ou en petits groupes
- Apprentissage informatique et numérique sur place

Le service de conseil en formation t'aide à trouver une formation continue adaptée. Il te montre également comment payer ta formation continue. Tu obtiens des informations sur de nombreuses offres de formation dans la région.

Service-Team

Téléphone [0941 / 507-2433](tel:0941_507-2433)

E-mail : service.vhs@regensburg.de

www.vhs-regensburg.de

<https://www.facebook.com/volkshochschuleregensburg>

Offres d'orientation professionnelle du bfz

Le bfz aide les nouveaux arrivants à s'orienter professionnellement grâce à de nombreuses offres.

Par exemple, il y a :

Orientation professionnelle pour les réfugiés (BOF)

- o Orientation professionnelle et choix d'un métier
- o cours de langue pour le travail
- o Exercice de candidature
- o Tests pratiques dans des ateliers et des salles de travaux pratiques
- o Phase en entreprise pour essayer des métiers

Conseil pour les personnes issues de l'immigration

- o Intégration professionnelle
- o Coaching social
- o Préparation de documents pour la candidature

Qualification orientée vers la pratique avec formation linguistique professionnelle (PQS)

- o Transmission de la langue pour le métier et de connaissances spécialisées avec des parties pratiques
- o Aide au démarrage dans le travail
- o Bon de formation nécessaire.

Contact

[bfz Regensburg](#)

[Im Gewerbepark D 65](#)

93059 Regensburg

[Téléphone :](#)

[0941 402070](#)

[Mail :](#)

info-r@bfz.de

Conseil pour les créateurs et les successeurs dans l'artisanat

Si tu souhaites créer une entreprise et devenir artisan, la Chambre des métiers peut te conseiller.

Les conseils sont gratuits.

Tu trouveras plus d'informations sur ce lien :

[Chambre des métiers de Basse-Bavière-Palatinat supérieur](#)

Partenariat de mentoring Ratisbonne

Redémarrer ta carrière avec un diplôme de l'étranger

Tu as un diplôme universitaire d'un autre pays ? Tu souhaites reprendre ton activité professionnelle en Allemagne ? Tu habites dans la région de Ratisbonne ? Avec un mentor de ta profession, tu peux clarifier de nombreuses questions pratiques et professionnelles et te constituer un réseau professionnel.

Qu'est-ce que le partenariat de mentoring ?

Le partenariat de mentoring aide les personnes qui viennent d'arriver en Allemagne et qui ont un diplôme professionnel obtenu à l'étranger. Il les aide à trouver un emploi en Allemagne.

Tu trouveras ici plus d'informations sur l'inscription et le programme : [Informations sur le partenariat de mentoring à Ratisbonne](#)

Tu peux t'inscrire directement ici en tant que mentee : [Formulaire d'inscription pour le partenariat de mentoring à Ratisbonne](#)

Prendre contact avec nous :

Gabriela Wolosz
Collaboratrice du projet de partenariat de mentoring à Ratisbonne
Porte à porte - Projets d'intégration gGmbH

Téléphone : [0821 90799739](tel:082190799739)

Courrier électronique : gabriela.wolosz@tuerantuer.de

Adresse du bureau : [Obermünsterstraße 1, 93047 Regensburg](#) (rendez-vous possibles sur rendez-vous, le lundi et le vendredi)

Droit du travail

Le droit du travail est une loi. Il dit ce qui est important au **travail** .

Par exemple, le droit du travail :

- Le contrat de travail,
- le salaire,
- les congés payés,
- Licenciement,(mettre fin au travail)
- Inégalité de traitement.

Il existe de nouvelles façons de travailler en Allemagne pour les professionnels étrangers. Si tu as besoin d'aide, demande aux services spécialisés dans la migration ou à ces organismes.

Tu y trouveras des informations sur les différents thèmes. Il y a plusieurs langues : allemand, anglais et arabe.

Mots-clés : lois, droits des travailleurs, travail intérimaire, contrat de travail

Service de consultation Intégration équitable

Tu trouveras ici toutes les informations sur tes droits en tant que travailleur. Si tu connais tes droits, tu peux te protéger contre l'exploitation et les préjudices.

Nous conseillons les migrants qui ont un travail, qui suivent une formation ou un stage. Nous te conseillons également si tu souhaites travailler et si tu as des questions.

Les conseils sont gratuits et confidentiels.

Tu trouveras plus d'informations sur le lien suivant :

<https://www.faire-integration.de/>

Informations sur la loi sur l'immigration de main-d'œuvre qualifiée (LIM) de la CCI

Depuis le 1er mars 2020, une loi pour les migrants bien formés est en vigueur en Allemagne.

Elle s'appelle Einwanderungsgesetz für Fachkräfte.

Cette loi régleme l'immigration de main-d'œuvre qualifiée en provenance de l'étranger.

Tu as des questions sur les permis de travail ou la reconnaissance des professions ?

Tu trouveras des informations et des contacts sur le lien suivant :

[Fachkräfteeinwanderungsgesetz \(FEG\) - IHK Regensburg für Oberpfalz / Kelheim](#)

Formation et stage

Stage

Faire un stage = tester un travail. Tester un métier.

Faire un stage, c'est bien :

Tu peux décider : Quel est le bon métier pour moi ?

Tu découvres un métier/un travail.

Tu peux faire un seul stage.

Tu peux aussi faire plusieurs stages. Tester différents métiers.

Tu trouveras ici des options : [Offres de stages à Regensburg](#)

Mots-clés : formation, candidature, marché du travail, profil professionnel, orientation professionnelle, recherche d'emploi

Je veux apprendre un métier

Qu'est-ce qu'une formation professionnelle ?

Quelles sont les possibilités de suivre une formation ?

Qu'est-ce qu'une formation en entreprise ?

Tu cherches un métier.

Tu cherches un employeur (= une entreprise).

Tu conclus un contrat avec le donneur d'emploi.

Tu travailles dans l'entreprise et tu étudies à l'école professionnelle.

Tu reçois de l'argent.

Tu as droit à des vacances.

Tu dois passer des examens à la fin.

Formation professionnelle scolaire

Certaines professions ne peuvent être apprises qu'à l'école.

Par exemple :

Infirmier en gériatrie, infirmier en pédiatrie, infirmier en santé publique.

La formation dure entre 2 et 3 ans.

Qu'est-ce qu'une formation en école ?

Tu vas à l'école pendant deux à trois ans.

Tu fais des stages.

Tu as des vacances.

Tu n'es pas payé (exceptions : infirmier en gériatrie / infirmier en santé publique).

Pour certaines formations scolaires, tu dois payer l'argent de l'école.
Tu dois passer des examens à la fin.

Quels sont les avantages d'une formation ?

Avec une formation, tu as plus de chances de trouver un bon travail et de gagner de l'argent.

Tu peux continuer à te former.

Après ta formation, tu peux continuer à aller à l'école, passer ton baccalauréat et étudier.

École professionnelle

Tu trouveras ici des informations sur Berufsschulen en Bavière.

Il s'agit d'écoles dans lesquelles tu peux apprendre un métier.

<https://www.km.bayern.de/lernen/schularten/berufs...>

Vous trouverez ici tous les Berufsschulen à Regensburg :

<https://www.regensburg.de/leben/bildung-u-wissens...>

Beratungsstelle BMAF

[Haidplatz 8](#)

93047 Regensburg

[Telefon](#)

[Email](#)

Comment trouver un métier ?

Quelles sont les conditions requises pour une formation ?

(=Qu'est-ce que tu dois savoir faire/avoir ?)

- Diplôme scolaire : tu as moins de 21 ans ? Tu n'as pas de diplôme reconnu ? Tu peux obtenir ton diplôme dans une école professionnelle.
- Tu dois bien maîtriser l'allemand (au moins B1, mieux B2).
- Tu dois vivre en Allemagne depuis au moins trois mois.

Avant de commencer la formation, tu dois demander l'autorisation aux autorités compétentes en matière d'étrangers.

⇒Quatre étapes vers ton métier :

Étape 1 :

Tu te renseignes sur les différents métiers.

Tu trouves des informations :

sur Internet : [Planet Beruf](#) et [Berufenet](#)

dans le centre d'information sur les métiers (BiZ) de l'[agence pour l'emploi de Regensburg](#)

Deuxième étape :

Tu parles avec le service d'orientation professionnelle de l'agence pour l'emploi.

-> Prends rendez-vous pour cela.

En cas d'urgence, tu peux aussi parler à l'équipe du service d'orientation professionnelle pendant les heures d'ouverture.

Tu peux aussi demander à l'[agence de compétences](#).

Troisième étape :

Tu te décides pour un métier.

Étape 4 :

Tu cherches une place d'apprentissage.

-> Tu trouves des places d'apprentissage sur la [bourse de l'emploi de l'agence pour l'emploi](#).

-> Tu postules auprès d'entreprises pour une place d'apprentissage.

-> Tu trouves des informations sur les lettres de candidature sur [Planet Beruf](#).

-> Tu peux préparer ta candidature sur un ordinateur au [BiZ](#) (Berufs-Informationen-Zentrum).

Tu trouveras **ici** une [vidéo](#).

La vidéo explique la formation en Allemagne.

Offres de cours de l'agence pour l'emploi de Regensburg

Tu as besoin d'une aide supplémentaire pour trouver une formation ? L'agence pour l'emploi de Ratisbonne peut t'aider :

- L'agence pour l'emploi a des cours qui te préparent à une formation.
- L'agence pour l'emploi a des cours qui te soutiennent pendant une formation.
Informe-toi auprès du service d'orientation professionnelle.

Qui m'aide ?**Agence pour l'emploi de Ratisbonne**

[Agentur für Arbeit Regensburg | Bundesagentur für Arbeit](#)

Équipe d'orientation professionnelle (moins de 25 ans)

[Telefon](#)

[Email](#)

Prenez un rendez-vous.

Centre d'information professionnelle (BiZ)

[Galgenbergstr. 24](#)

93053 Regensburg

Tu n'as pas besoin de rendez-vous.

Site internet : [Berufsinformationszentrum \(BiZ\) Regensburg | Bundesagentur für Arbeit](#)

Toutes les offres de l'agence pour l'emploi de Ratisbonne sont gratuites pour toi.

Agence de compétences de la ville de Ratisbonne

Tu as entre 14 et 27 ans ? Tu n'as pas de travail, pas de place d'apprentissage ou pas de diplôme de fin d'études ? Nous t'aidons !

[Am Domplatz 3](#), II. Obergeschoß

93047 Regensburg

[E-Mail](#)

Le site web : [Stadt Regensburg - Wir sind für Euch da!](#)

Kontakt-Stelle für Jugend und Arbeit (Centre de contact pour la jeunesse et le travail)

Tu as entre 17 et 25 ans ? Tu es inscrit au chômage auprès du Job-Center ou de l'agence pour l'emploi ? Tu peux travailler au Kontakt-Stelle für Jugend und Arbeit. Tu reçois du soutien,

[Domplatz 3](#)

93047 Regensburg

[Telefon](#)

Site web de l'association : [Stadt Regensburg - Kontaktstelle - Über uns](#)

Jugendwerkstatt Regensburg

Tu as moins de 25 ans ? Tu es nouvelle en Allemagne ? Tu es une jeune mère ? Tu n'as pas de travail, pas de formation ou pas de diplôme de fin d'études ? Tu souhaites travailler, suivre une formation (à temps partiel) et/ou obtenir ton diplôme de fin d'études et tu as besoin de coaching, d'encadrement et de soutien pour cela ? Nous t'aidons à y parvenir. Tu peux prendre rendez-vous et te faire conseiller.

[Glockengasse 1](#)

93047 Regensburg

[Telefon](#)

Le site web : [Stadt Regensburg - Dezentrale Soziale Dienste - PUR](#)

PUR - Service de consultation pour jeunes réfugiés à l'école professionnelle II

Nous te conseillons sur les questions relatives aux cours, à l'école et à la formation.

[Ziegelweg 1](#)

Salle : 3166a ou 3166b

93053 Regensburg

Site web : [Stadt Regensburg - Dezentrale Soziale Dienste - PUR](#)

Mots-clés : orientation professionnelle, école professionnelle, formation, place de formation, stage, jeunes, jeunes adultes

Vivre à Regensburg

Habiter

Trouver un logement

Je cherche un logement Que dois-je faire ?

Tu vois une offre de logement sur [Internet](#) ou dans le journal, par exemple [le Mittelbayerische Zeitung](#).

Tu peux y chercher un appartement, une colocation, une chambre ou une maison :
[WG-Gesucht](#)

-> Tu appelles. Tu prends rendez-vous pour visiter l'appartement.

-> Tu visites l'appartement.

Tu ne parles pas encore bien allemand ?

Prends un ami qui parle bien l'allemand ou l'anglais avec toi.

Tu peux demander :

- Combien coûte le loyer ?
- Combien coûtent l'eau, l'électricité, le chauffage, le gaz, Internet ?
- ...

Le propriétaire te demande :

- Où travailles-tu ?
- Combien d'argent gagnes-tu ?
- ...

Le bailleur répond :

Tu obtiens l'appartement ou tu n'obtiens pas l'appartement.

Tu obtiens l'appartement :

Signer le contrat de location.

Le contrat de location est **important**.

Il faut bien le lire !

J'ai un appartement : que dois-je faire maintenant ?

Tu dois immédiatement coller ton nom sur la boîte aux lettres du nouvel appartement.

Tu recevras des lettres importantes.

Trouver des appartements à Ratisbonne est difficile.

Qui peut m'aider ?

1. vivre ensemble Bienvenue

Ici, les réfugiés reçoivent de l'aide pour trouver un logement : A quoi dois-je faire attention ? De quels documents ai-je besoin ? Comment fonctionne la vie dans une communauté d'habitation (WG) ? Les conseils sont également disponibles en arabe.

Ici, tu peux chercher une chambre dans une colocation :

<https://zusammenleben-willkommen.de/>

2. les sociétés de construction de logements

Les sociétés de construction de logements peuvent t'aider.

Les sociétés de construction de logements ont une liste d'appartements.

Tu dois te rendre dans une société de construction de logements et t'inscrire.

Si un appartement d'une société de construction de logements est libre, tu reçois une lettre.

La lettre indique quel appartement est libre et ce que tu dois faire.

Tu veux aller dans une société de construction de logements ?

Tu as besoin d'une carte d'autorisation de logement.

La carte d'autorisation de logement coûte 7,50€.

La carte d'autorisation de logement est valable un an.

Tu peux obtenir un **certificat d'autorisation de logement** ici :

[Amt für Stadtentwicklung \(Office du développement urbain\).](#)

Il y a des personnes qui peuvent t'expliquer ce que tu dois faire. Tu trouveras [ici](#) de plus amples informations.

Tu as un certificat d'autorisation de logement.

Tu es inscrit sur une liste d'attente.

Un appartement est libre : tu reçois un message avec un rendez-vous. Tu peux visiter l'appartement.

Ou : aucun appartement n'est libre.

Tu dois encore attendre.

Tu trouveras ici des sociétés de construction de logements à Ratisbonne :

⇒ [Sociétés de construction de logements Ratisbonne](#)

⇒ **S** [ociétés de construction de logements Ratisbonne](#)

Courtiers

Il existe des offres de logements proposées par des courtiers.

Un courtier est un intermédiaire.

Un agent immobilier cherche un logement pour toi.

Un agent immobilier est payé pour son travail.

Chercher un appartement avec un agent immobilier coûte plus cher.

Mots-clés : Logement, recherche de logement, société de logement, déménagement, logement social, certificat de réservation, certificat d'autorisation de logement (WBS), logement bon marché, déclarer son domicile, adresse

Loyer et caution

1. tu travailles, tu gagnes de l'argent et tu as trouvé un logement ?

Tu dois payer toi-même le loyer.

Tu paies de l'argent au propriétaire chaque mois.

Tu payes de l'argent pour :

- Logement
- Eau
- Électricité
- Chauffage
- Élimination des déchets

Qu'est-ce que la caution ?

Tu paies **une fois** de l'argent au propriétaire.

Une caution, c'est beaucoup d'argent.

Ensuite, tu ne dois plus payer la caution.

La caution est une garantie pour le bailleur.

Demande à ton bailleur :

"Combien de caution dois-je payer ?"

Quand est-ce que je récupère la caution ?

Tu déménages. Rien n'est cassé dans l'appartement.

Le bailleur te restitue la caution.

2. tu travailles et tu ne gagnes pas beaucoup d'argent ?

Tu peux demander de **l'argent pour le logement** .

Qu'est-ce que l'argent du logement ?

L'argent logement est une aide financière.

Tu peux recevoir de l'argent chaque mois pour ton logement.

Tu peux faire une demande d'allocation logement.

Tu fais la demande auprès de l'office social :

Où ?

[Service des affaires sociales](#)

⇒ [Service des allocations de logement](#)

⇒ Tu trouveras ici les formulaires pour la [demande d'allocation logement](#)

L'office social dit :

Tu reçois l'allocation logement

ou : tu n'as pas droit à l'allocation logement.

3. tu reçois de l'argent du Job-Center et tu as trouvé un logement ?

Le Job-Center peut te donner de l'argent pour ton logement.

Tu as trouvé un logement ?

Dis-le au Job-Center :

"J'ai trouvé un appartement".

Montre le contrat de location au Job-Center.

Le Job-Center dit :

Tu peux emménager dans l'appartement.

ou : Tu ne peux **pas** emménager dans l'appartement.

Parce que : L'appartement est trop grand...

Parce que : L'appartement est trop cher...

Tu n'as pas d'argent pour payer la caution ?

Le Job-Center peut te prêter de l'argent pour la caution.

Le Job-Center te donne alors moins d'argent pendant un certain temps.

Exemple :

Ta caution est de 200 €.

Le Job-Center te prête 200 €.

Tu dois maintenant rembourser les 200 € au Job-Center.

Comment rembourser l'argent ?

Par exemple :

Tu reçois normalement 150 € du Job-Center.

Maintenant : Tu reçois 130 € du Job-Center pendant 10 mois.

Le Job-Center te verse chaque mois 20 € de moins.

Ensuite, tu recevras à nouveau 150 € du Job-Center.

Mots-clés : prise en charge des frais, frais de logement, garantie de loyer, loyer froid, loyer chaud, loyer net.

Permis de logement pour les logements sociaux

Il existe des appartements particuliers à Ratisbonne. Le loyer est particulièrement avantageux. L'État aide à ce que le logement ne soit pas trop cher. Ces appartements sont appelés logements sociaux. Vous pouvez louer un tel appartement si vous gagnez peu d'argent. Vous avez besoin d'une attestation pour pouvoir louer l'appartement. Cette attestation s'appelle "Wohnberechtigungsschein". Le mot court pour cela est WBS.

Quelle est la différence entre le certificat d'autorisation de logement et l'avis de préemption ?

En fonction de vos revenus, vous êtes placé dans un échelon. Si vous tombez dans la catégorie de revenus II ou III, un WBS vous sera délivré. Grâce à lui, vous pouvez postuler vous-même pour un logement adapté.

Si vous êtes dans la catégorie de revenus I, vous recevrez un avis de présélection. Vous serez alors proposé par l'office au bailleur d'un logement.

Veillez noter que :

La langue officielle est exclusivement l'ALLEMAND. Pour une compréhension sûre, apportez un interprète ! Vous et les autres personnes de votre ménage devez respecter certaines limites de revenus pour pouvoir obtenir un WBS ou une pré-notification.

De quels documents avez-vous besoin ?

- Demande
- Déclaration de revenus de l'ensemble du ménage
- carte d'identité ou passeport
- le cas échéant, titre de séjour ou certificat de fictivité
- le cas échéant, carte d'invalidité grave
- le cas échéant, acte de mariage
- le cas échéant, carnet de maternité
- justificatifs de revenus des 12 derniers mois
- Motif de l'urgence avec justificatifs correspondants.

Plus d'infos et les formulaires sont disponibles ici :

<https://www.regensburg.de/leben/wohnen-u-bauen/ge...>

Demande remplie à :

Amt für Stadtentwicklung
[D.-Martin-Luther-Str. 1](#)
93047 Regensburg

Soit par courrier, soit par [e-mail](#), soit en la déposant directement dans la boîte aux lettres située en face de la salle d'attente.

E-Mail: wohnungswesen@regensburg.de

Quels sont les frais ?

L'établissement d'un certificat d'autorisation de logement ou d'un certificat de réservation est en principe payant.

WBS I + II et VB : 7,50 € / WBS III : 15,00€.

Vous recevrez une facture après le traitement complet de votre demande.

Indications concernant le traitement des demandes d'autorisation de logement et d'aide supplémentaire

Jusqu'à nouvel ordre, les demandes ne peuvent être envoyées que par courrier ou par e-mail.

Une présentation personnelle n'est possible qu'après avoir pris rendez-vous (par téléphone ou [en ligne](#)).

Formulaire en ligne : <https://formulare.regensburg.de/frontend-server/f...>

Contact

[Téléphone](#)

[E-mail](#)

Mots-clés : logement, développement urbain, logement social, droit au logement, WBS, avis de préemption

Déménagement

Déménagement

- Ton appartement est trop petit ?
- Ton appartement ne te plaît plus ?
- Ton appartement est trop cher ?

Tu peux déménager (= aller dans un autre appartement).

Un déménagement demande beaucoup d'efforts.

Tu dois penser à beaucoup de choses :

- Tu dois communiquer ta nouvelle adresse à ton employeur.
- Tu dois communiquer ta nouvelle adresse à l'administration fiscale.
- Tu dois communiquer ta nouvelle adresse à ta banque.

Il y a encore beaucoup d'autres choses.

⇒ Tu trouveras ici une liste :

[Checkliste Umzugsplaner INTERNET.pdf](#)

Tu peux aussi imprimer la liste.

Tu as encore des questions ou besoin d'aide ?

Demande aux bureaux des citoyens :

1. bureau des citoyens centre-ville

[Stadt Regensburg - Rechts- und Regionalreferat - Bürgerzentrum](#)

2. bureau des citoyens Nord

[Stadt Regensburg - Rechts- und Regionalreferat - Bürgerzentrum](#)

3. bureau des citoyens Burgweinting

[Stadt Regensburg - Abteilung Bürgerbüros und Fundwesen - Bürgerbüro Burgweinting](#)

Tu reçois de l'argent du Job-Center et tu veux déménager ?

⇒ **D** emande à ton conseiller du Job-Center !

Règles importantes

En Allemagne, il existe des règles importantes lorsque tu habites dans un appartement ou une maison.

Dans chaque maison, il y a un règlement intérieur. Dans le règlement intérieur, il y a des règles.

Entre 13.00 et 15.00 heures, c'est la pause de midi. Entre 22h00 et 6h00, c'est le repos nocturne. Il ne faut pas faire de bruit pendant cette période.

Tous les résidents doivent respecter le repos nocturne.

Tous les habitants doivent trier les déchets. Regarde sur "Leben in Regensburg" pour plus d'informations.

Mots-clés : tri des déchets, recyclage, silence de nuit, heures de repos, voisins, communauté d'habitation

Mobilité

Bus, vélo, train

Il y a beaucoup de possibilités à Ratisbonne. Les distances sont courtes. Tu peux te rendre partout rapidement.

Tu trouveras ici des informations importantes sur le trafic en Allemagne.

[German Road Safety | German Road Safety](#)

Vélo

Tu peux faire du vélo ou aller à pied. À Ratisbonne, tu peux rouler à vélo presque partout.

Beaucoup de gens font du vélo à Ratisbonne. Beaucoup de gens roulent aussi dans le centre-ville. Sois prudent et fais attention aux piétons. Tu trouveras plus d'informations ici :

[Stadt Regensburg - Fahrrad - Radfahren in der Altstadt](#)

Bus

Il y a beaucoup de bus à Ratisbonne. Il y a beaucoup d'arrêts. Tu peux prendre le bus presque partout. Chaque bus a un horaire. Tu trouveras plus d'informations ici.

[RVV - Ihr Regensburger Verkehrsverbund](#)

Télécharge le **RVV App** télécharge le guide. Tu y trouveras les horaires, tu pourras acheter des billets et trouver les arrêts :

[Die RVV-App: Auskünfte und Handy-Tickets - Regensburger Verkehrsverbund](#)

Avec le Stadt-Pass, les billets coûtent moins cher. Tu trouveras ici de plus amples informations à ce sujet :

[Stadt-Pass - Stadt Regensburg | Integreat](#)

Si tu voyages sans billet valable, tu devras payer 60 euros.

Taxi

Il y a beaucoup de taxis à Ratisbonne. Tu peux appeler un taxi. Le chauffeur te conduira et te dira le prix à la fin. Tu trouveras **plus d'informations et de contacts ici** :

[Taxi Regensburg - Taxi Zentrale Regensburg](#)

Train (Bahn)

Il y a plusieurs gares à Ratisbonne. La gare principale est ici :

[Bahnhofstr. 18](#)

93047 Regensburg

De nombreux trains partent de Regensburg vers d'autres villes et pays.

Tu dois acheter un billet. Tu peux le faire en ligne, via l'application DB ou sur place au guichet. Tu y trouveras aussi les horaires.

Il existe de nombreux billets différents. Tu ne peux pas voyager avec tous les billets dans tous les trains. Tu n'es pas sûr du billet que tu dois acheter ? Demande au personnel de la gare !

Si tu voyages sans billet, tu dois payer 60 euros.

Bus longue distance

De nombreux bus longue distance circulent aussi à Ratisbonne. Les bus longue distance desservent d'autres villes ou pays.

Tu peux acheter les billets en ligne **avant le voyage**. Tu peux aussi acheter des billets auprès du chauffeur de bus. Mais seulement s'il y a encore des places libres.

Sans billet, tu ne peux pas monter dans le bus.

Les bus longue distance partent aussi de la gare centrale.

Mots-clés : transports en commun, transports publics, règles de circulation, code de la route, horaires, ligne de bus, transport local, transport interurbain, ticket de bus, abonnement mensuel

Voiture et permis de conduire

Qu'est-ce qu'un véhicule automobile ?

Véhicule automobile signifie "véhicule à moteur".

Un véhicule à moteur est par exemple un :

- voiture
- camion
- Moteur-roue
- scooter

Permis de conduire

Tu veux conduire un véhicule en Allemagne ? -> Tu as besoin d'un permis de conduire.

Tu veux passer un permis de conduire à Regensburg ? -> Tu as besoin d'une résidence principale à Regensburg.

-> Tu dois passer deux examens :

- Examen théorique
- Examen pratique

Les examens et le permis de conduire coûtent de l'argent.

[Demande à ton auto-école.](#)

Tu as déjà un permis de conduire ?

Consulte cette [liste](#).

Tu viens d'un pays de cette liste ?

-> Dans ce cas, tu ne dois plus passer de permis de conduire.

Tu dois faire réécrire ton permis de conduire.

Tu obtiendras un nouveau permis de conduire.

Tu viens d'un autre pays ?

-> Tu dois repasser ton permis de conduire.

Renseigne-toi à ce sujet :

[Office de l'ordre public et de la circulation routière](#)

Tu trouveras [ici](#) de nombreuses informations sur le permis de conduire en Allemagne.

Tu peux étudier pour l'examen théorique et pour l'examen pratique.

Il existe des livres et des fiches d'apprentissage dans de nombreuses langues.

Regarde [ici](#) ou demande à ton auto-école.

Immatriculation de véhicules

Tu souhaites acheter un véhicule à moteur et le conduire ?

-> Tu dois immatriculer ton véhicule (= enregistrement).

-> Tu obtiens une plaque d'immatriculation.

Tu veux immatriculer un véhicule ?

Tu as besoin de nombreux documents :

- Assurance
- certificat d'immatriculation
- Certificat d'immatriculation

Renseigne-toi sur le sujet :

[Service d'immatriculation des véhicules](#)

TÜV

TÜV signifie "Technischer Überwachungs-Verein" (association de contrôle technique).

Le TÜV contrôle si ton véhicule est en panne.

Tu dois passer régulièrement le TÜV.

Regarde l'autocollant (plaquette) sur ta plaque d'immatriculation.

C'est écrit dessus :

Quand dois-tu passer le TÜV ?

Tu y trouveras également une [liste](#).

Le TÜV dit :

Ton véhicule est sûr ou

Ton véhicule n'est plus sûr. Tu dois le faire réparer.

Le TÜV a de nombreux stands à Ratisbonne.
Tu trouveras ici un [aperçu](#).
Tu as des questions sur le TÜV ?
Appelle-nous !

Mots-clés : véhicule à moteur, voiture, permis de conduire, examen de conduite, code de la route, assurance automobile,

Places de parking à Regensburg

Il y a beaucoup de places de parking à Ratisbonne.

Certaines places sont gratuites.
Parfois, tu dois payer quelque chose.

Tu trouveras [ici](#) une liste de toutes les places de parking.

La liste indique :

- Quelles sont les places de parking disponibles ?
- Quand les parkings sont-ils ouverts ?
- Combien coûtent les places de parking ?
- Où se trouvent les parkings ?
Et bien plus encore.

Tu trouveras [ici](#) une liste des places de stationnement pour les motos.

Tu trouveras [ici](#) une liste des places de stationnement pour les vélos.

Tu trouveras [ici](#) une liste des places de stationnement pour les personnes handicapées.

Naturalisation

La naturalisation permet aux étrangers de devenir allemands. Pour cela, ils doivent remplir des conditions. Ce dont on a besoin exactement pour cela varie toujours. Un conseil est utile.
Veuillez apporter votre passeport ou une autre preuve.

Tu trouveras plus d'informations ici : [Le chemin vers le passeport allemand](#)

Conseil et contact à Ratisbonne :

[Bürgerzentrum](#)

[D.-Martin-Luther-Straße 3, 93047 Regensburg](#)

[Téléphone](#)

[E-mail](#)

[Demande en ligne et autres infos](#)

Les [services spécialisés dans la migration](#) conseillent également sur la naturalisation.

Mots-clés : allemand, nationalité, demande, passeport, carte d'identité

Passeport de la ville

Connais-tu le Stadt-Pass ?

À Ratisbonne, il existe un "Stadt-Pass".

Le Stadt-Pass n'est **pas** une carte d'identité.

Le Stadt-Pass ne coûte **pas** d'argent.

Avec le Stadt-Pass, beaucoup de choses coûtent moins cher :

Par exemple :

- prendre le bus
- Cours VHS
- Clubs de sport
- musées
- ...

Beaucoup de gens peuvent obtenir le Stadt-Pass.

Par exemple, tu peux :

- Tu es client du Job-Center.
- Tu es client de l'office social.
- Tu reçois de l'argent pour le logement.
- Tu reçois de l'argent en vertu de la loi sur les prestations des demandeurs d'asile.
- ...

Tu veux un pass pour la ville ?

Tu dois prendre rendez-vous :

[Office des affaires sociales](#)

[Johann-Hösl-Straße 11b](#)

93053 Regensburg

Téléphone : [0941 507-1502](tel:09415071502)

Email : sozialamt@regensburg.de

Le bureau des affaires sociales te dit :

Tu obtiens un Stadt-Pass ou non.

Tu habites dans le district de Ratisbonne ?

Tu ne peux pas demander un Stadt-Pass. Mais il existe un ["Landkreis-Pass"](#). Renseigne-toi auprès du Landratsamt.

Tu trouveras toutes les informations sur le Stadt-Pass [ici](#).

Téléphone portable et téléphone

Tu veux téléphoner en Allemagne ?

- Tu peux acheter un téléphone portable avec une carte SIM.
- Tu peux aussi acheter une seule carte SIM sur .

- Pour la carte SIM, tu dois indiquer ton adresse.
- Tu dois indiquer ton compte bancaire.

Tu veux téléphoner dans ton pays d'origine ?

Avec la carte SIM allemande, c'est souvent **cher**.

Il existe de nombreuses offres pour ton pays d'origine.

Demande à ton conseiller dans le magasin de téléphonie mobile.

Tu trouveras de nombreuses informations supplémentaires sur ce site :

<https://www.test.de/Telefonieren-ins-Ausland>

Quels sont les contrats de téléphonie mobile ?

Il existe différents contrats de téléphonie mobile.

Regarde [ici](#).

Tu n'es pas obligé de conclure un contrat avec des frais fixes par mois.

Tu peux aussi acheter une carte prépayée.

Lis attentivement le contrat et demande à ton conseiller dans le magasin de téléphonie mobile !

Tu ne sais pas encore bien lire l'allemand ? Prends quelqu'un avec toi !

Tu dois **tout** comprendre. Ce n'est qu'ensuite que tu pourras signer.

Pourquoi dois-je TOUT comprendre dans le contrat ?

1. Tu dois lire le contrat.

-> Il y est écrit ce que tu peux faire avec ton téléphone portable (appels, SMS, Internet).

Exemple: "Le téléphone est **un outil de** travail : Dans ton contrat, il est écrit "tu ne peux téléphoner qu'en Allemagne".

Tu téléphones à l'étranger (= pas en Allemagne).

Tu dois payer beaucoup d'argent.

L'entreprise prend l'argent sur ton compte bancaire.

Mots-clés : téléphone mobile, téléphone portable, contrat de téléphonie mobile, carte SIM, téléphone portable prépayé, tarifs téléphoniques, forfait, roaming, frais de téléphone mobile, frais téléphoniques

WLAN et Internet gratuits à Ratisbonne

Parfois, tu peux utiliser Internet sans argent.

Tu trouveras ici quelques hotspots WLAN à Ratisbonne :

[Hotspots Telekom](#)

[Hotspots Vodafone](#)

[Freifunk Regensburg](#)

Dans certains cafés, il y a aussi un accès WLAN gratuit. Renseigne-toi dans le café.

Il y a aussi [Internet](#) à l'université et à la Fachhochschule.

Le "[Bayern WLAN](#)" est gratuit pour tous. Le Bayern WLAN est également disponible dans le centre-ville et dans les lieux publics.

Mots-clés : internet libre, cybercafé, wifi gratuit, wifi

Shopping

Il y a beaucoup de magasins à Ratisbonne.

Tu peux acheter des vêtements, de la nourriture, des boissons, des téléphones portables....

De nombreux magasins sont ouverts :

Lundi à samedi: 08:00-20:00 heures.

Certains magasins ferment plus tôt le samedi.

Le dimanche, les magasins sont fermés.

Il existe à Ratisbonne des "[dimanches ouverts à la vente](#)".

Les "dimanches ouverts à la vente" ont lieu deux fois par an :

Ces jours-là, les magasins sont également ouverts le dimanche.

Consigne

Tu veux acheter une boisson dans une bouteille ou une canette ?

Tu dois payer une consigne.

La consigne coûte 8, 15 ou 25 centimes.

Tu rends la bouteille :

Tu récupères la consigne (= l'argent de la bouteille).

Tu peux rendre la bouteille dans n'importe quel magasin proposant des boissons.

Marchés aux puces

Il y a plusieurs marchés aux puces à Ratisbonne.

Tu peux y acheter des objets.

Les objets sont d'occasion. Ces objets sont souvent moins chers.

Tout le monde peut vendre et acheter au marché aux puces.

Tu veux vendre quelque chose ?

Demande d'abord au gérant du marché aux puces.

Tu dois payer une taxe.

Tu trouveras [ici](#) de nombreux marchés aux puces à Regensburg.

À Ratisbonne, il y a un "Teilbar".

Tu peux y déposer des objets usagés.

Tu peux y prendre des objets usagés.

Les choses dans le "Teilbar" ne coûtent pas d'argent.

Il y a beaucoup d'autres choses dans le "Teilbar".

Regarde [ici](#) pour plus d'informations.

Mots-clés : Shopping, Second Hand, Heures d'ouverture, Acheter à bas prix

Déchets, recyclage, tri sélectif et prévention des déchets

Déchets

Les déchets sont des ordures.
Les déchets sont des choses dont on n'a plus besoin.
Ou des choses qui sont cassées.
Nous jetons ces choses.

Les déchets doivent être jetés dans une poubelle. Les déchets ne doivent **pas** être jetés par terre ou par la fenêtre.

Recyclage

Certains types de déchets peuvent encore être utilisés.
On dit de ces déchets qu'ils sont des matériaux de valeur.

Les déchets sont transformés en quelque chose de nouveau.
Le papier usagé est transformé en papier neuf.
Le verre usagé est transformé en verre neuf.
Les déchets biologiques deviennent du biogaz et du compost.
Le métal usagé est transformé en métal neuf.

[Regarde ici pour plus d'informations.](#)

Pour le recyclage, tu dois collecter les déchets séparément.
C'est ce qu'on appelle le tri sélectif.

Trier les déchets

Trier les déchets est bon pour la nature.

A Ratisbonne, tu dois trier les déchets :
Papier, verre, plastique, déchets biologiques, déchets résiduels.
Tu dois jeter tes déchets dans les différentes poubelles, conteneurs, sacs :

papier → poubelle verte

verre → conteneur à verre

Emballage plastique et emballage métallique (boîtes de conserve) → sac jaune

Déchets biologiques → bac biologique brun

Déchets résiduels → poubelle noire

Les déchets résiduels sont : la viande crue, les couches, les mouchoirs de poche.





Tu trouveras plus d'informations [ici](#).

Les poubelles vertes et noires font partie de ton logement.

Les bio-bacs bruns se trouvent dans les lieux publics de la ville. **Tu trouveras un plan [ici](#). Ou dans l'[application déchets](#) sous Points de collecte.**

Tu paies la poubelle noire (déchets résiduels) avec ton loyer.

La poubelle verte (papier) est gratuite.

Les poubelles sont vidées. [Les dates sont ici](#).

En mars, tu reçois un rouleau de sacs jaunes.

Les sacs jaunes sont gratuits.

Tu n'as plus de sacs jaunes ?

Tu dois indiquer **ta** rue [en ligne](#) .

Tu recevras un coupon (= bon pour des sacs jaunes).

Avec ce coupon, tu peux aller chercher **des sacs jaunes**[ici](#) .

Les réfrigérateurs, les meubles, l'huile, les batteries de voiture, les déchets de construction, les déchets toxiques, la télévision, la radio... ne sont pas des déchets ordinaires.

Tu dois apporter les réfrigérateurs, les meubles, l'huile, la télévision ... à différentes stations.

Tu peux déposer beaucoup de ces choses gratuitement.

Tu peux déposer ces objets ici :

[Office de l'économie circulaire, de la propreté urbaine et de la gestion de la flotte.](#)

Markomannenstraße 3

93053 Regensburg

Téléphone [0941 507-1702](#)

Tu peux aussi demander à ton propriétaire ou au maître de maison.

Les piles, les appareils électriques (lampes, radio, TV, ordinateur, téléphone portable...) et les déchets encombrants (par ex. meubles, tapis, matelas) ne sont pas des déchets normaux.

Les piles doivent être déposées dans les magasins.

Tu peux déposer les piles (par exemple celles des télécommandes ou des lampes de poche) dans de nombreux magasins.

Dans les magasins, il y a une "boîte verte".

La "boîte verte" est destinée aux piles.

Tu ne dois **pas** jeter les piles dans la poubelle normale !

Tu peux déposer les lampes (par ex. les lampes LED) dans les magasins.

Dans les magasins, il y a une "boîte bleue".

La boîte bleue est destinée aux lampes.

Tu ne dois pas jeter les lampes dans la poubelle normale !

Les appareils électriques (radio, TV, ordinateur, téléphone portable...) peuvent être déposés ici :

[Office de l'économie circulaire, de la propreté urbaine et de la gestion de la flotte.](#)

Markomannenstraße 3

93053 Regensburg

Téléphone [0941 507-1702](tel:0941 507-1702)

Tu trouveras des informations précises sur tous les déchets et les stations dans le [guide des déchets](#).

Tu ne sais pas quel déchet doit être mis dans quelle poubelle ? Tu as des questions ?

Un [conseiller ou une conseillère en déchets](#) peut t'aider !

Prévention des déchets

Beaucoup de déchets sont mauvais pour l'environnement.

Il est important d'éviter les déchets.

Conseils pour éviter les déchets :

1. Achète des produits réutilisables

Les produits réutilisables peuvent être utilisés plusieurs fois.

Ces produits sont bons pour l'environnement.

Les boissons et le lait sont disponibles dans des emballages réutilisables.

Ce sont des bouteilles en verre que l'on peut utiliser plusieurs fois.

Tu veux boire du café en route ?

Emporte ton propre gobelet à cet effet.

2. Achète des choses sans emballage

L'emballage est mauvais pour l'environnement.

Achète des fruits et des légumes sans emballage.
Utilise un sac en tissu pour faire tes courses.

3. Réparer au lieu de jeter

Tu peux réparer les choses qui sont cassées. Par exemple les appareils électriques.
Tu peux réutiliser les choses et économiser de l'argent.
Tu peux chercher [ici](#) des magasins qui réparent des objets.

4. Emprunte des choses ou achète des choses d'occasion

Emprunte des choses dont tu n'as besoin qu'une seule fois. Par exemple, des livres et des DVD de la bibliothèque municipale ou de Werk-Zeuge.

Achète des choses d'occasion. C'est bon pour l'environnement et cela permet d'économiser de l'argent.

Tu peux acheter des objets sur les marchés aux puces. Tu peux acheter des choses dans des magasins d'articles d'occasion.

Mots-clés : déchets, tri des déchets, recyclage, déchets, élimination des déchets, sac jaune, point vert, prévention des déchets, réduction des déchets

Application déchets de l'Office de l'environnement

Comment l'application déchets peut-elle t'aider ?

Déchets = ordures, par exemple plastique ou papier.

L'appli déchets te dit **quand** les déchets sont ramassés.

Les déchets sont toujours collectés le **même jour de la semaine**.

Si c'est un autre jour, l'application déchets l'indique.

Que peut faire l'application déchets :

1. rappel : l'appli te dit quand les déchets seront ramassés.
2. des points de collecte : Tu trouves des endroits où tu peux déposer d'autres déchets (déchets biologiques, verre, vieux vêtements, déchets verts).
3. l'ABC des déchets : il indique où tu peux jeter les différents types de déchets.

Lien vers la version web de l'application déchets: [Application déchets](#)

Tu trouveras également l'application déchets sur [Google Store](#) **et** [Apple Store](#) **pour ton téléphone portable.**

Plus d'infos [ici](#) sur le site de la ville de Ratisbonne.

Mots-clés : déchets, déchets, élimination des déchets, déchets résiduels, verre usagé, vêtements usagés, recyclage, déchets biologiques

Éducation à la consommation pour les réfugiés

Ici, vous trouverez des conseils et de l'aide sur :

- Contrats de téléphonie mobile
- Contrats d'achat
- Assurances
- Location
- Banques
- et plus encore

Nous contacter :

Email : verbraucherbildung@ebw-regensburg.de

[Site web](#)

[Infos de la centrale des consommateurs pour les réfugiés et les personnes qui les aident.](#)

Assurances

Vous trouverez des informations sur différentes assurances sur ces sites.

<https://www.dieversicherer.de/versicherer/versich...>

-un peu plus bas sur cette page :

<https://www.verbraucherzentrale-rlp.de/leichte-sp...>

Ici, il y a des informations avec plus de détails :

<https://www.verbraucherzentrale-rlp.de/wissen/gel...>

Nouvelles de Regensburg et de l'Allemagne

Tu trouveras [ici](#) de nombreuses informations actuelles sur la ville. Tu peux aussi nous trouver dans [les médias sociaux](#).

Tu trouveras d'autres informations actuelles dans les journaux. Il y a le [Mittelbayerische Zeitung](#), le [Regensburger Zeitung](#) ou encore [regensburg-digital](#).

Tu trouveras des nouvelles d'Allemagne en langage simple [ici](#) et [ici](#) (vidéos).

Jours fériés

Les supermarchés et les magasins sont **fermés** les jours fériés à Ratisbonne. Il y a différents jours fériés en Allemagne. Ils ne sont pas les mêmes dans tous les Länder.

Voici une liste des jours fériés importants en Bavière :

- Nouvel An - chaque année le 01 janvier
- Rois mages - chaque année le 06 janvier
- Vendredi saint - Vendredi avant Pâques
- Lundi de Pâques - Lundi après Pâques : 01.04.2024
- Fête du travail - Chaque année le 01 mai
- Ascension - 39 jours après Pâques (c'est un jeudi). toujours un jeudi)
- Lundi de Pentecôte - 49 jours après Pâques
- Fête-Dieu - 59 jours après Pâques (c'est toujours un jeudi)
- Assomption de la Vierge Marie - chaque année le 15 août
- Jour de l'unité allemande - Fête nationale en Allemagne. Chaque année, le 03 octobre.
- Toussaint - Le 01 novembre de chaque année.
- Premier jour férié de Noël - Premier jour après la veille de Noël, le 25 décembre.
- Deuxième jour férié de Noël - Deuxième jour après la veille de Noël, 26 décembre.

Tu trouveras [ici](#) une liste de tous les jours fériés pour la Bavière.

Mots-clés : Jour férié, Fête nationale, Jours chômés

Apps et offres Internet importantes

Apps et offres Internet pour arriver et vivre en Allemagne

L'application : [Ankommen](#)

Tu ne parles pas encore allemand ou pas encore très bien allemand ?

Avec "Ankommen", tu apprends ce qui est très important pour le quotidien (= la vie) en Allemagne.

L'appli : [Miniila](#)

Dans l'appli, tu trouveras des informations importantes et des offres d'aide près de chez toi sur différents thèmes. Par exemple : santé, WiFi, nourriture...

L'application est disponible en anglais, français, arabe, farsi, tigrinya et allemand.

L'appli : [mbeon](#)

Tu as besoin d'aide ou de conseils ?

"mbeon" peut t'aider en ligne pour de nombreuses questions relatives à l'arrivée en Allemagne, par exemple sur des thèmes comme le travail et la profession, l'apprentissage de l'allemand, la santé et le logement.

Conseils en ligne - c'est aussi simple que ça :

- > Télécharger l'application
- > choisir la langue
- > Poser des questions
- > Un conseiller ou une conseillère répondra en allemand ou en anglais dans les 48 heures.

Il n'y a pas de consultation **le week-end et les jours fériés** .

L'offre Internet : [JMD4you](#)

jmd4you est le service de consultation en ligne des services de migration pour les jeunes issus de l'immigration âgés de 12 à 27 ans.

Tu peux poser des questions en ligne aux conseillers du JMD, par exemple sur l'école, la formation, le travail, les loisirs. Les conseils sont anonymes et gratuits.

Le site est disponible en allemand, [en russe](#) et [en turc](#).

Le site Internet : [WDRforyou](#)

Sur WDRforyou, tu trouveras des informations importantes sur la vie en Allemagne, des nouvelles et des divertissements.

Le portail en ligne propose des contributions dans les domaines suivants :

"Docu et actualités", "Informations sur l'Allemagne", "Sport et divertissement" et "Enfants", WDRforyou est disponible en allemand, [anglais](#), [arabe](#) et [farsi](#).

Le site Internet : [Handbook Germany](#)

Handbook Germany donne des réponses de A à Z sur la vie en Allemagne à travers des vidéos et des textes. Avec des conseils importants sur l'asile, le logement, la santé, le travail et la formation, ainsi que sur la garderie, les études et bien d'autres choses encore. Le site existe en [arabe](#), [farsi](#), [pachto](#), [français](#), [turc](#), [anglais](#) et [allemand](#).

Le site internet : [Fluechtlingshelfer](#)

Tu y trouveras des informations sur de nombreux sujets : Procédure d'asile, travail, formation, logement et bien plus encore. Il y a aussi du matériel pour apprendre l'allemand. Beaucoup de textes sont en allemand simple.

Le site Internet : [Mein Weg nach Deutschland](#)

Mein Weg nach Deutschland propose de nombreuses informations sur la vie quotidienne en Allemagne sous forme de textes audio dans les rubriques "Vivre en Allemagne" et "Trouver de l'aide". Sous la rubrique "Deutsch üben", on trouve également des petits films et des photos avec des exercices et des jeux pour apprendre et pratiquer l'allemand.

Apps pour apprendre l'allemand :

L'app : [SerloABC](#)

Cette app gratuite permet d'apprendre facilement l'alphabet latin. Le BAMF recommande l'appli comme complément aux cours d'alphabétisation.

L'app : [Deutschtrainer A1](#)

Vous pouvez :

- apprendre des mots et des phrases
- écouter des textes

- faire des jeux

L'appli : [Duolingo](#)

Tu peux apprendre l'allemand :

- sans connaissances préalables (= tu ne connais pas encore l'allemand)
- avec des connaissances préalables (= tu sais un peu d'allemand).

Pour apprendre l'allemand avec Duolingo, tu dois avoir un bon niveau **d'anglais** .

L'app : [Phase6 hallo Deutsch](#)

L'app est destinée aux enfants et aux adolescents.

Tu peux te préparer à l'école avec cette appli.

Tu peux écouter des phrases/mots et regarder des images.

L'app : [WillkommensABC](#)

L'app est pour les enfants.

Tu apprends l'alphabet.

Il y a beaucoup d'images. Tu apprends ainsi des mots allemands.

L'app : [Einstieg Deutsch](#)

Tu apprends des phrases pour le quotidien (= la vie) en Allemagne et des mots importants.

Sur Internet, tu peux apprendre l'allemand :

1. apprendre l'allemand pour les réfugiés : [Goethe-Institut](#)

Le site Internet est disponible sur :

- Allemand
- anglais
- français
- Arabe
- Farsi

2. offres de cours sous : [Apprendre l'allemand en ligne](#)

Ici sont rassemblés de nombreux sites Internet différents (gratuits) pour apprendre l'allemand.

Ces cours sont disponibles :

- Cours de grammaire
- Cours de vocabulaire
- Lire/ écouter/ parler
- Cours pour débutants

3. différentes offres sous : [Académie Asylplus](#)

Tu y trouveras des cours de A1 à C2.

Tu peux aussi passer des tests d'évaluation (= test : quel est mon niveau en allemand ?).

4. cours en ligne : [50Sprachen.com](#)

Ici, il y a beaucoup de langues différentes.

50Sprachen.com existe aussi sous forme d'appli.

5. cours et vidéos/ radio : [Deutsche Welle](#) Toujours de nouveaux cours.

Cours recommandés (= quels cours sont bons ?).

Cours de A1 à C.

Cours interactifs (= pour participer).

6. portail d'apprentissage en ligne : [Je veux apprendre l'allemand](#)

Tu apprends l'alphabet.

Il y a des cours de A1 à B1.

Tu apprends des choses sur : la langue et la profession.

"Ich will Deutsch lernen" existe aussi comme [app](#).

7. apprendre l'allemand avec le [portail des anciens étudiants d'Allemagne](#).

Il y a des cours interactifs (= pour participer).

Tu peux :

- écouter des textes
- lire des textes
- regarder des vidéos
- te préparer aux examens (= tu vois : que dois-je apprendre pour un test d'allemand ?)

8. portail en ligne : [Deutsch Info](#)

Ici, il y a :

- Cours
- Grammaire
- un dictionnaire
- une communauté (tu es en contact avec d'autres personnes)

9. langue et musique : [WelcomeGrooves](#)

Apprendre l'allemand par la musique : mots, phrases, culture

Des tutoriels sur Youtube :

[Cours d'allemand pour débutants](#)

Leçons d'allemand

Bénévolat

Qu'est-ce que le bénévolat ?

Aider les autres sans être rémunéré.

Parfois, tu reçois un dédommagement pour tes dépenses (= un peu d'argent).

Aider rend heureux

Tu es arrivé en Allemagne et tu as peut-être reçu de l'aide.

D'autres personnes ont été là pour toi. Tu peux faire de même.

Il existe différents programmes d'aide.

Par exemple : [interprétariat](#), [guides d'intégration](#), [parrainages](#), [médecine pour migrants](#), [conseil d'intégration](#).

Le bénévolat a de nombreux avantages

Tu peux aider. Aider rend heureux.

Tu peux rencontrer de nouvelles personnes.

Tu peux apprendre de nouvelles choses.

Tu peux mettre tes compétences en pratique. Tu peux par exemple parler ta/tes langue(s).

Tu peux rendre quelque chose à l'Allemagne.

Tu fais bonne impression auprès des autorités.

Tu peux faire du bénévolat même si tu n'as pas de permis de travail.

Mots-clés : bénévolat, aider, faire du bien, travail bénévole

Pilotes d'intégration à plein temps de la ville de Ratisbonne

Les pilotes d'intégration aident les volontaires et les bénévoles dans le domaine de l'asile et de l'intégration à Ratisbonne.

Ils aident également les migrants à s'engager eux-mêmes dans le bénévolat.

Tu [trouveras ici](#) les principales tâches des pilotes d'intégration.

Nous t'invitons à venir nous parler. Nous pourrions ainsi discuter de tes idées et de tes souhaits concernant les domaines dans lesquels tu pourrais t'engager.

Contact:

Nadine Sandner-Neumann et Iris Wittmann
Service de l'intégration et de la migration
Maximilianstraße 26
93047 Ratisbonne

Tél. : (0941) [507-7776](tel:507-7776) ou [507-7774](tel:507-7774)

Courrier électronique: aim-integrationslotsen@regensburg.de

Nous nous occupons du travail bénévole dans le domaine de l'asile et de l'intégration. Les bénévoles aident bénévolement et pendant leur temps libre. Ils ne sont généralement pas payés pour cela. Ils aident parce que cela leur fait plaisir.

Quelles sont nos tâches ?

Nous coordonnons et soutenons le bénévolat. Nous servons d'intermédiaires pour les personnes intéressées, les associations et les bénévoles. Nous mettons les offres en réseau. Nous organisons des formations. Nous aidons à la recherche d'un logement. Nous aidons les bénévoles à répondre à leurs questions. Nous faisons du travail de relations publiques.

Contact

Ville de Ratisbonne, Service de l'intégration et de la migration

[Maximilianstr. 26, 93047 Regensburg](#)

[E-mail](#)

[Téléphone](#)

[Site web](#)

Ce poste est soutenu par des fonds de l'État libre de Bavière.

Mots-clés : bénévolat, volontaires, aide, offres, formations

Informations générales et conseils sur le bénévolat

[KoBE Ratisbonne](#)

Nous aidons et conseillons sur tous les sujets relatifs au bénévolat.

[Agence du bénévolat de Ratisbonne](#)

Tu t'intéresses à un travail bénévole ? Nous te conseillons et te mettons en relation.

[Pilotes d'intégration de la ville de Regensburg](#)

Nous nous occupons du travail bénévole dans le domaine de l'asile et de l'intégration.

Parrainages pour les personnes en fuite

Tu aimerais aider d'autres personnes ?

Aider les personnes réfugiées qui viennent d'arriver à Ratisbonne ou qui y vivent depuis longtemps.

Il y a plusieurs façons de vous aider.

- montrer la ville
- pratiquer l'allemand
- cuisiner ensemble
- faire du sport
- passer son temps libre ensemble
- aider aux devoirs
- accompagner les rendez-vous avec les autorités
- aider à la recherche d'un logement

La ville de Ratisbonne sert d'intermédiaire pour les parrainages et apporte son soutien en cas de questions ou de problèmes. Il existe par exemple des tables rondes pour les parrains et de

nombreuses informations lors d'entretiens individuels ou par e-mail.

Contact :

Ville de Ratisbonne, Service de l'intégration et de la migration

[Maximilianstraße 26, 93047 Regensburg](#)

[E-mail](#)

[Téléphone](#)

[Site web](#)

Mots-clés : bénévolat, parrainage, aider, aide aux réfugiés

Migrantenmedizin Regensburg e.V. (médecine pour les migrants)

L'association s'occupe de la santé des réfugiés. Beaucoup d'entre nous étudient la médecine, la psychologie ou une discipline sociale. Des personnes issues du milieu médical ou des interprètes bénévoles peuvent également apporter leur aide.

C'est ce que nous faisons :

Aide personnelle au cas par cas :

Nous t'aidons à obtenir des soins médicaux. Par exemple, parce que tu as une maladie chronique. Nous t'aidons à gérer ta maladie. Nous prenons des rendez-vous chez le médecin ou cherchons un interprète.

Service de consultation médicale :

Consultation ouverte sur des questions médicales.

Quand ? Tous les jeudis de 16 à 18 heures.

Où ? Dans le logement communautaire de la [Dieselstraße 3](#).

On peut aussi y prendre rendez-vous chez le médecin et trouver des interprètes.

Il n'y a pas de consultation pendant les vacances semestrielles.

Vous trouverez des informations ici :

<https://www.migramed.de/>

ou

[sur Instagram](#)

Ecris-nous un e-mail à info@migramed.org

Mots-clés : migrants, santé, système de santé, bénévolat, aide, informations, médecine, conseil, assistance

Interprètes bénévoles

Aide aux personnes qui ne parlent pas encore bien l'allemand. Les interprètes peuvent traduire. Par exemple pour les administrations, le médecin, les consultations et bien d'autres rendez-vous.

Tu parles bien l'allemand et une autre langue ? (par exemple le russe, l'arabe, l'ukrainien, le persan...)

Tu veux aider d'autres personnes ? N'hésite pas à t'inscrire chez nous. Tu peux t'inscrire ici. Nous te contacterons ensuite pour convenir d'un premier rendez-vous. Nous t'expliquerons alors comment tout se passe.

Contact :

[Ville de Ratisbonne Service de l'intégration et de la migration](#)

[Maximilianstraße 26](#)

93047 Regensburg

[E-mail](#)

[Téléphone](#)

[Plus d'informations sur Internet.](#)

Mots-clés : Traduction, Bénévolat, Connaissances linguistiques, Soutien

Comité consultatif sur l'intégration

Le conseil d'intégration:

Le conseil d'intégration s'occupe des intérêts des migrants à Ratisbonne.

Il aide à ce que tous soient traités de la même manière et puissent bien vivre en Allemagne.

Il y a plusieurs types d'intégration :

- Politique : participer aux élections
- Culturelle : connaître et montrer d'autres cultures.
- Économique : trouver du travail et gagner de l'argent.

Le conseil d'intégration représente les immigrés dans la ville. Il aide aussi leurs **enfants** et **leurs familles**.

Il donne des conseils à la ville et réunit des associations et des organisations de migrants.

Le conseil d'intégration fait aussi [des événements](#) pour l'intégration, par exemple :

- la semaine interculturelle
- des manifestations contre le racisme
- et bien d'autres encore.

Tu peux nous trouver ici :

[Comité consultatif pour l'intégration](#)

[Maximilianstraße 26](#)

93047 Ratisbonne

Téléphone : [\(0941\) 507-3772](#)

E-mail : integrationsbeirat@regensburg.de

Associations

Associations

Une association est un groupe de personnes.
Les gens font quelque chose ensemble.

Par exemple : le sport, le jardinage, la musique, la pêche.

Tout le monde peut y aller et participer.

Une liste des associations à Ratisbonne se trouve [ici](#).

Enfants et adolescents

Encadrants bénévoles

Tu aimes travailler avec les enfants et les jeunes ?
Nous recherchons des jeunes **âgés de 18 à 27 ans**.
Tu passes la période des vacances (en été) avec des enfants et des jeunes de 6 à 16 ans.

Tu es intéressé(e) ? Inscris-toi ici :

[Stadt Regensburg - Ehrenamtliche Betreuerinnen und Betreuer für Kinder- und Jugendfreizeiten - Betreuerin/Betreuer sein](#)

Jugendbeirat

Tu **as entre 14 et 17 ans**?
Tu veux t'engager pour ta ville et pour tous les jeunes ?
Alors tu peux te faire élire pour le conseil consultatif des jeunes au sein du conseil municipal.
L'élection a lieu tous les deux ans.

Au sein du conseil consultatif de la jeunesse, tu peux t'engager **politiquement** pour les intérêts des enfants et des jeunes.
Il y a aussi différents projets.

Site web : [jugendbeirat Regensburg | stadt. jugend. politik.](#)

Loisirs

Sport

Ici, tu trouveras des informations sur le sport et les loisirs autour de Ratisbonne.

Portail sportif de la ville de Ratisbonne

Tu trouveras ici tout ce qui concerne le sport à Ratisbonne. Des informations sur les clubs. Les lieux importants. Contacts et horaires. [Fais-y un tour !](#)

Mots-clés : clubs de sport, football, basket-ball, tennis, natation, terrain de sport, piscine

Sport à Ratisbonne

OÙ peux-tu faire du sport gratuitement à Ratisbonne ?

QUOI peux-tu faire ?

Halle 37 de la ville de Ratisbonne - gratuit

Tu peux faire du sport gratuitement dans le hall des sports de loisirs.

Tu peux y aller sans inscription.

Tu peux participer partout.

Tu peux emmener ta famille et tes amis.

Tu peux tester de nombreux sports différents.

Tu peux aussi y chiller.

Horaires d'ouverture :

Du lundi au vendredi de 14:00 à 20:00 heures.

Adresse : :

[Dieselstraße 7, 93093 Regensburg.](#)

Sport im Park - gratuit

Sport im Park est une offre sportive pour les citoyens âgés.

Tu peux y participer gratuitement.

Tu peux participer sans t'inscrire.

Tu n'as pas besoin d'une tenue de sport particulière.

Les offres sont proposées dans les différents parcs de Ratisbonne.

L'offre a lieu chaque année du 2 mai au 31 octobre.

Tu trouveras [ici](#) les informations actuelles et le programme.

Regensburg goes fit - gratuit

Tu fais du fitness en plein air.

Tu peux faire du yoga, de la zumba, du functional training et de l'energy dance.

L'offre a lieu chaque été de juin à juillet.

Quand ? Tous les dimanches à 16h jusqu'à 19h.

Des entraîneurs professionnels sont là pour toi.

Tu trouveras [ici](#) les informations actuelles et le programme.

Campus Asyl fait du sport - gratuitement

Tu peux faire du sport gratuitement chez Campus Asyl.

Tu peux y aller sans inscription.

Tu peux faire du sport :

- Nager
- Faire du vélo
- danser
- jouer au foot-ball
- beaucoup d'autres choses

Tu trouveras [ici](#) les informations actuelles et le programme.

Autres possibilités de sport en plein air - gratuit

Tu peux aussi faire du sport tout seul.

Ou avec des amis.

Tu peux voir [ici](#) où tu peux faire ces types de sport :

Le football, le roller, le tir au bâton, le beach-volley, le fitness et la pétanque.

Si tu as des enfants, tu peux aller sur les terrains de jeu.

Tu peux te faire des amis sur les terrains de jeux.

Il y a beaucoup d'aires de jeux à Ratisbonne.

Il y a des possibilités de jeu très différentes.

[Ici](#), tu peux voir où se trouvent les aires de jeux.

Dans les aires de jeux, il y a souvent des terrains de football et des bancs.

C'est très bien.

Comme ça, tout le monde s'amuse !

Jogging

Tu peux faire du jogging partout dans la ville.

C'est normal.

Fais attention aux règles de circulation !

En Allemagne, il existe de nombreuses règles importantes pour la circulation.

Tu dois respecter ces règles.

Autres possibilités de sport

Il y a d'autres salles et terrains de sport à Ratisbonne.

Ils appartiennent souvent à une **association**. Regarde sous " [Associations sportives](#)".

Il faut devenir membre d'une **association**.

Cela coûte souvent de l'argent.

Tu peux alors pratiquer différents types de sport.

Renseigne-toi auprès d'un club près de chez toi.

Cherche [ici](#) un club pour toi.

Intégration des femmes par le sport et le plaisir

En tant que femme, tu peux participer immédiatement au projet [FIT Regensburg](#).

Il s'agit d'offres sportives avantageuses, surtout pour les femmes issues ou non de l'immigration.

Tu peux faire de la zumba, du fitness féminin, du body-forming ou de la relaxation musculaire progressive.

Tu peux faire du vélo gratuitement.

Les offres sportives sont parfois accompagnées d'un encadrement pour les enfants.

Parfois, il y a un coin de jeu pour les enfants.

Salles de fitness et prestataires de cours

Tu peux aussi très bien faire du sport en dehors des clubs de sport.

Tu peux aller dans des salles de fitness.

Ces offres sont payantes.

Souvent, tu dois conclure un contrat.

Cela signifie que tu dois payer de l'argent pendant au moins un an.

Lis bien le contrat !

Cherche "studio de fitness" sur Internet.

Le sport professionnel à Ratisbonne

Il y a aussi du sport professionnel à Ratisbonne !

Par exemple, il y a le sport :

- Football-Ball
- Base-ball
- Hockey sur glace
- Tennis ...

⇒ Regarde les clubs professionnels : Spitzen-Sport Regensburg. Tu [y](#) trouveras de nombreuses informations sur les clubs.

Clubs sportifs et autres clubs ; clubs de migrants

A Ratisbonne, il y a beaucoup de **salles de sport** et **de terrains de sport**.

Ils appartiennent souvent à une **association**.

Il faut devenir membre d'un club.

Cela coûte généralement de l'argent.

C'est moins cher pour les enfants.

Pour les réfugiés reconnus de moins de 18 ans, c'est moins cher.

Le montant que tu dois payer varie.

Tu peux tester gratuitement presque tous les clubs de sport.

Renseigne-toi directement !

Tu trouveras [ici](#) tous les clubs de sport à Regensburg.

Attention !

Tu es un réfugié reconnu de moins de 18 ans ?

Tu peux recevoir de l'argent pour une association.

Tu dois remplir une demande avec ton club de sport.

Renseigne-toi auprès d'eux !

Associations sportives de migrants

Des personnes ayant une expérience de migration ont fondé des associations sportives.

On y parle aussi dans sa langue maternelle.

Ils font partie des **auto-organisations de migrants** (MGO).

Ces clubs existent à Ratisbonne :

FC Kosova Regensburg

Association de football

[Von-Donle-Straße 6](#)

93055 Ratisbonne

Courrier électronique : fitim@ademaj.de

[Site web](#)

SV Türk Genclik Regensburg e.V ==> ne figure pas dans la liste ci-dessus

Club de football

[Schlesische Str. 7](#)

93073 Neutraubling

Courrier électronique : muratdindar@hotmail.com, sv-tuerkgenclik@hotmail.com

[Site web](#)

SV Donau e.V.

Club de football

[Prüfeninger Str. 83a](#)

93049 Ratisbonne

Courrier électronique : netscho.novakovic@hotmail.de

Club serbe Donau Regensburg e.V.

Club de football

Pas de club fixe

Courrier électronique : pajo-sachenbacher@web.de

[Site web](#)

Titan e.V.

Club russe d'arts martiaux

[Bukarester Straße 9](#)

93055 Ratisbonne

Courrier électronique : titan.e.v@web.de

Autres clubs

Il existe d'autres associations à Ratisbonne.

Celles-ci s'occupent de musique, de culture, de la protection des animaux, du jardinage, de l'aide aux autres, ...

Tu trouveras [ici](#) d'autres associations à Ratisbonne.

Autres associations de migrants

Des personnes avec une expérience de migration ont également fondé d'autres associations.

Celles-ci s'occupent souvent de la culture, de la langue et de la religion du pays d'origine.

Elles s'occupent également d'éducation et d'intégration.

Elles font partie des auto-organisations de migrants (MGO).

Tu trouveras [ici](#) un aperçu.

Bibliothèque municipale

Dans une bibliothèque, tu peux emprunter des livres, des CD, des DVD, des jeux et bien d'autres choses encore, ou les utiliser directement sur place. Il y a aussi beaucoup de médias dans d'autres langues.

Tu peux y étudier en toute tranquillité.

Tu peux y utiliser des ordinateurs.

Tu peux t'entraîner à lire.

Tu peux t'y détendre.

Cela ne coûte pas cher. C'est gratuit pour les enfants. Il existe des tarifs avantageux pour les demandeurs d'asile, les étudiants, les bénéficiaires de l'aide sociale et d'autres groupes. Tu peux aussi profiter gratuitement de nombreuses offres sans être membre.

La bibliothèque organise aussi régulièrement des manifestations gratuites. Beaucoup d'entre elles sont destinées aux enfants et aux familles. Tu en trouveras la liste [ici](#).

Emplacements

[Bibliothèque municipale Am Haidplatz \(centrale\)](#)

[Haidplatz 8](#)

[Téléphone](#)

[E-mail](#)

[Bibliothèque de quartier NORD](#)

[Rue Hans-Hayder 2](#)

[Téléphone](#)

[E-mail](#)

[Bibliothèque de quartier EST](#)

[Alfons-Auer-Straße 18](#)

[Téléphone](#)

[E-mail](#)

[Bibliothèque de quartier SUD](#)

[Rue Dr.-Gessler 47](#)

[Téléphone](#)

[E-mail](#)

[Bibliothèque de quartier BURGWEINTING](#)

dans le BUZ

[Friedrich-Viehbacher-Allee 3](#)

[Téléphone](#)

[E-mail](#)

[Bibliothèque de quartier CANDIS](#)

[Rue Kastenmaier 2](#)

[Téléphone](#)

[E-mail](#)

Mots-clés : bibliothèque, livres, lecture, apprendre l'allemand, internet, ordinateur

Arts et culture

Calendrier des manifestations

Quels événements ont lieu QUAND et OÙ ?

Cherche les [événements](#) ici dans l'app ! Ou dans le [calendrier des manifestations](#) de Ratisbonne !

Tu trouveras plus d'infos sur la culture à Ratisbonne [ici](#)!

M26 - Un lieu de tous, pour tous

La M26 est un lieu d'art et de culture ouvert à tous. Il y a des ateliers, de la musique et des expositions. Presque toutes les offres sont gratuites.

Le contact :

[Maximilianstraße 26, 93047 Regensburg.](https://www.m26kultur.de)

Lundi, mardi et mercredi, le Community Cafe est ouvert de 8h30 à 12h30.

Samedi 14 - 17:00 Ateliers participatifs gratuits pour tous à partir d'environ 10 ans.

www.m26kultur.de

kontakt@m26kultur.de

Mots-clés : culture, théâtre, concerts, musique, art, exposition, cinéma

Association KulTür Regensburg

Tu as peu d'argent ? Mais tu aimerais aller au théâtre ou à des concerts ? Tu aimerais mieux connaître la culture locale ? Tu ne peux pas te permettre d'acheter des billets pour des manifestations ?

KulTür propose des offres gratuites. Pour les personnes ayant peu de moyens. Aussi pour les demandeurs d'asile et les réfugiés.

Contact :

KulTür Regensburg e.V.

[Obermünsterstr. 1](https://www.kultuer-regensburg.de)

93047 Regensburg

Mardi, mercredi et jeudi de 9h à 12h. Jeudi de 13 à 16 heures.

Service de billetterie : [0941 3820 1669](tel:094138201669)

Direction du projet : [0176 534 10 876](tel:017653410876)

www.kultuer-regensburg.de

post@kultuer-regensburg.de

Mots-clés : culture, théâtre, concerts, musique, art, exposition, cinéma

Université populaire de Ratisbonne

L'université populaire (Volkshochschule, VHS) est une école dans laquelle les adultes peuvent suivre des cours. Les cours sont très variés.

On y trouve des cours pour apprendre les langues, l'informatique, le sport, l'art et bien d'autres choses encore.

Toute personne qui le souhaite peut y participer et les prix sont généralement abordables. La VHS aide les gens à apprendre de nouvelles compétences ou à se perfectionner.

Il existe 845 universités populaires en Allemagne. Souvent, une VHS a plusieurs sites, il y a près de 3000 points de contact en Allemagne.

La plupart des cours et des manifestations de l'université populaire de Regensburg ont lieu au Thon-Dittmer-Palais sur la Haidplatz, dans la Scheugässchen ou dans les BildungsCenters du KÖWE et du Candis.

Vous pouvez vous informer sur le programme actuel via la page d'accueil de la VHS Regensburg.

<https://www.vhs-regensburg.de/>

Musées de Ratisbonne

Pour les amateurs d'art et d'histoire, les musées et galeries de la ville de Ratisbonne sont à recommander.

En suivant ce lien, vous trouverez un aperçu des musées de la ville :

<https://www.regensburg.de/museen/die-museen>

Théâtre de Ratisbonne

Tu aimes aller au théâtre ?

Tu trouveras ici des informations sur les nombreux événements et lieux de représentation !

<https://www.theaterregensburg.de/start/index.html>

Famille, femmes, enfants et personnes âgées

Application familiale "We R Family"

L'application familiale de Ratisbonne est spécialement conçue pour les familles et les futurs parents. Elle a été développée par l'Office de la jeunesse et de la famille. Elle est multilingue !

Dans l'app, tu trouveras :

- un calendrier des manifestations, des cours et des offres pour les enfants, les jeunes et les parents.
- des numéros de téléphone en cas d'urgence et des adresses importantes.
- de nombreuses **informations** importantes pour les familles.

Tu peux adapter l'app à tes propres besoins.

Les lettres aux parents de l'Office bavarois de la jeunesse du Bayerischer Erziehungsratgeber sont également reliées à l'app.

[Lien direct vers l'app.](#)

Offres pour les familles

Centres familiaux

Qu'est-ce qu'un centre familial ?

C'est un lieu où tu peux aller avec tes enfants. Il y a aussi d'autres parents et enfants. Dans le centre familial, il y a différentes offres pour toi et ton enfant. Par exemple des cours, des manifestations et des actions.

Tu as des problèmes ? Tes enfants ont un problème ? Le centre familial t'aide. Il y a de l'aide et des conseils sur place.

Tu trouveras plus d'infos et de contacts ici.. :

[Stadt Regensburg - Dezentrale Soziale Dienste - Familienstützpunkte](#)

Projets de quartier

Qu'est-ce qu'un projet de quartier ?

Un projet de quartier réalise différentes actions, projets et manifestations. Tu as des problèmes ? Ta famille a un problème ? Le projet de quartier peut t'aider. Il y a de l'aide pour les jeunes, des offres de prise en charge, des conseils pour les parents et bien plus encore.

Tu trouveras plus d'informations et de contacts ici :

[Stadt Regensburg - Dezentrale Soziale Dienste - Stadtteilprojekte](#)

Maison intergénérationnelle

La maison intergénérationnelle est là pour TOUS. Tout le monde est le bienvenu : Enfants, jeunes, familles, parents, personnes âgées.

Tu trouveras plus d'informations et de contacts ici :

[Stadt Regensburg - MGH](#)

Mots-clés : conseil, aide, éducation, échange, cours, offres, jeux, lieu de rencontre, famille, quartier

Aides financières pour les familles

En Allemagne, les familles bénéficient d'une protection particulière.

Cette protection implique de soulager financièrement les familles et de les soutenir.

En Bavière, il existe des prestations familiales spécifiques pour les jeunes familles.

Il existe aussi à Ratisbonne différentes aides financières (= argent).

Tu trouveras les informations sur le lien suivant :

[Stadt Regensburg - Rat und Hilfe - Finanzielle Hilfen](#)

Pour que les familles soient soulagées. Et avoir plus de temps pour leurs enfants.

Allocations familiales

En Allemagne, il existe des allocations familiales pour presque chaque enfant. Tu reçois des allocations familiales si ton domicile et ta résidence habituelle se trouvent en Allemagne. Tes enfants doivent également habiter et vivre ici.

Remarque pour les demandeurs d'asile : tu ne peux pas recevoir d'allocations familiales pendant la procédure d'asile. Cela n'est possible que lorsque tu as reçu une réponse **positive** du BAMF. À partir de ce moment-là, tu peux demander des allocations familiales.

Tu trouveras des informations sur les allocations familiales ici :

- [Ministère fédéral de la Famille, des Personnes âgées, des Femmes et de la Jeunesse](#)
- [Ministère bavarois de la famille, du travail et des affaires sociales](#)
- [Agence fédérale pour l'emploi](#)

Tu trouveras ici la demande d'allocations familiales :

[Die wichtigsten Merkblätter, Formulare und Anträge der Familienkasse zum Download | Bundesagentur für Arbeit](#)

Allocation parentale

De nombreux parents souhaitent s'occuper de leur enfant après la naissance. Pour cela, ils ne travaillent pas pendant un certain temps.

Ou alors ils ne travaillent qu'à temps partiel. Temps partiel signifie : tu travailles moins de 30 heures par semaine.

Chaque mois, tu reçois au moins 300 euros. Mais cela peut aussi être plus.

Il y a en effet des différences. Celui qui gagnait beaucoup avant la naissance de son enfant : Il reçoit plus d'argent parental.

Ceux qui ne gagnaient pas autant : Il reçoit moins d'argent parental.

Tu reçois normalement l'argent des parents pour 12 mois.

Tu reçois l'allocation parentale si tu as ton domicile et ton lieu de séjour en Allemagne. Tu as besoin d'un permis de séjour. Tu dois habiter avec ton enfant.

Remarque pour les demandeurs d'asile : tu ne peux pas recevoir l'allocation parentale pendant la procédure d'asile. Cela n'est possible qu'une fois que tu as reçu une réponse **positive** du BAMF.

Tu trouveras des informations sur l'allocation parentale ici :

[Leichte Sprache - Familienleistungen | ZBFS - Zentrum Bayern Familie und Soziales](#)

[Elterngeld - BMFSFJ](#)

Ici, tu peux demander l'allocation parentale en ligne :

[Herzlich willkommen - Elterngeld Onlineantrag](#)

Allocation familiale

En Bavière, il existe une allocation familiale pour les parents d'enfants d'un ou deux ans. Les parents reçoivent 250 euros par mois et par enfant. À partir du troisième enfant, ils reçoivent 300 euros par mois. L'allocation familiale est versée indépendamment du revenu.

Si ton enfant est né à partir du 1er octobre 2015, tu recevras des allocations familiales.

Tu reçois l'argent familial si tu as ta résidence habituelle en Bavière et que tu y habites. Tu dois vivre avec ton enfant. Tu dois élever toi-même ton enfant.

Tu trouveras des informations sur l'argent familial ici :

[Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales](#)

[Zentrum Bayern Familie und Soziales \(ZFBS\)](#)

La demande d'allocation parentale en Bavière vaut, en cas d'octroi de l'allocation parentale, également comme demande d'allocation familiale.

Si tu as déjà reçu l'allocation parentale, tu ne dois pas faire de demande.

Si tu n'as pas reçu d'allocation parentale, tu dois introduire une demande. Tu trouveras la demande ici.

[familiengeldantrag.pdf](#)

Mots-clés : prestations financières, allocations familiales, aide aux familles, allocations parentales

Accueil des enfants de 0 à 6 ans

Accueil des enfants de 0 à 6 ans

Quoi ?

Tu amènes ton enfant dans une maison avec beaucoup d'enfants et d'adultes (= gardiens).

Ton enfant y reste sans ses parents.

Les animateurs s'occupent de ton enfant.

Ton enfant peut y jouer, bricoler, apprendre et plus encore !

Tu récupères ton enfant plus tard.

Quand cela se passe-t-il ?

Du lundi au vendredi. Le matin ou le matin et l'après-midi.

Pas le samedi ni le dimanche.

Combien coûte la garde d'enfants ?

Cela varie beaucoup. Renseigne-toi auprès de l'établissement.

⇒ Tu trouveras de plus amples informations ici : [Garde d'enfants à Ratisbonne](#)

Types de garde d'enfants

1. crèche ou "Krabbel-Stube".

Quoi ? Un groupe d'enfants (12 ou moins).

Pour qui ? Les bébés et les enfants jusqu'à l'âge de 3 ans.

Qui s'occupe des enfants ? Plusieurs adultes.

Où se rendre ? Tu trouveras une liste ici : [Crèches pour enfants à Regensburg](#)

2. garde d'enfants à la journée :

Mère de jour :

Quoi ? Un petit groupe.

Pour qui ? Pour les enfants de 0 à 6 ans.

Qui surveille ? Un adulte.

OU

Nids d'accueil de jour pour enfants :

Quoi ? Environ 10 enfants par groupe.

Pour qui ? Les enfants de 1 à 3 ans.

Qui s'occupe des enfants ? 1 à 3 adultes.

Demande ici :

[Office pour l'accueil de jour des enfants](#)

[Soins de jour pour enfants](#)

[Domplatz 3](#)

93047 Ratisbonne

Sous ce lien, tu trouveras également des numéros de téléphone et des adresses e-mail.

3. jardin d'enfants

Quoi, un jardin d'enfants. Plusieurs groupes dans une maison. Parfois, ton enfant peut y rester toute la journée (= prise en charge toute la journée).

Pour qui ? Les enfants de 3 à 6 ans.

Qui garde les enfants ? Plusieurs adultes.

Où se rendre ? Tu trouveras ici une liste : [Jardins d'enfants à Ratisbonne.](#)

Conseil : comment trouver près de chez moi

- une crèche/un jardin d'enfants ?
- une crèche de jour ?
- un jardin d'enfants ?

⇒ Recherche avec le [Kita-Planer Regensburg!](#)

Mots-clés : garde d'enfants, Kita, jardin d'enfants, Kiga, établissement de garde d'enfants, crèche, Krabbelstube, assistante maternelle, éducation, développement de l'enfant, encouragement, promotion du langage, parents qui travaillent

Offres de vacances et de loisirs pour les enfants et les jeunes

Centre de jeunes (JuZ)

Tu veux jouer, faire de la musique, de l'escalade ou du skateboard après l'école ? Il y a certainement un centre de jeunes près de chez toi. Tu peux y rencontrer d'autres enfants et jeunes :

[Stadt Regensburg - Jugend - Jugendzentren](#)

Sites

JuZ Fantasy

[Taunusstraße 5](#)

93051 Regensburg

[Telefon](#)

[E-Mail](#)

Site internet : [Stadt Regensburg - JUZ Fantasy](#)

JuZ Arena

[Unterislinger Weg 2](#)

93053 Regensburg

[Telefon](#)

[E-Mail](#)

Site web : [Stadt Regensburg - JUZ Arena](#)

JuZ Utopia

[Kirchfeldallee 2](#)

93055 Regensburg

[Telefon](#)

[E-Mail](#)

Site web : [Stadt Regensburg - JUZ Utopia](#)

JuZ Königswiesen

[Dr.Gessler-Str. 22](#)

93051 Regensburg

[Telefon](#)

[E-Mail](#)

[Stadt Regensburg - JUZ Königswiesen](#)

Jugendzentrum Kontrast

[Vilshofer Str. 14](#)

93055 Regensburg

[Telefon](#)

[E-Mail](#)

[Startseite - Jugend- und Familienzentrum Kontrast](#)

Zentrum für junge Kultur W1[Weingasse 1](#)

93047 Regensburg

[Telefon](#)[E-Mail](#)site web : [Stadt Regensburg - W1 - Das W1](#)**Jugendtreff Don Bosco**[Hans-Sachs-Str. 4](#)

93049 Regensburg

[Telefon](#)[E-Mail](#)Site web : [Don Bosco Regensburg - Don Bosco](#)**EJSA Jugend-Cafe**[Hemauerstr. 20a](#)

93047 Regensburg

Téléphone [0941 58612155](#)Courrier électronique : juca@ejsa-regensburg.deTéléphone : [0941 58612140](#)Email : schueca@ejsa-regensburg.deSite web : [Jugendcafé: Ejsa Regensburg](#)**Katholische Jugend-Stelle Regensburg Stadt**

Diözesanzentrum St. Emmeram

[Emmeramsplatz 10](#)

93047 Regensburg

1er étage, chambre 135

Téléphone [0941 597-2339](#)Courriel : regensburg-stadt@jugendstelle.deSite web : [Katholische Jugendstelle Regensburg-Stadt](#)**2ème bus de jeu**Tu **as entre 6 et 14 ans** et tu souhaites jouer l'après-midi ?Tu peux venir de mai à octobre au **Spiel-Bus** venir.

Le bus de jeux est un camion rempli d'objets ludiques pour de nombreux jeux.

Le bus de jeux est accompagné d'adultes sympathiques qui font des activités avec les enfants.

Le site web :

[Stadt Regensburg - Zentrum Guericke](#)**Demandez :**[Spielbus](#)[Ostengasse 29](#)

93047 Regensburg

Téléphone [0941 507-5553](tel:0941 507-5553)

Courrier électronique :

spielbus@Regensburg.de

3. actions de vacances et rencontres internationales

Tu **as entre 6 et 16 ans** et tu veux t'amuser pendant les vacances ?

Tu peux vivre plein de belles choses pendant toutes les vacances.

Tu dois t'inscrire.

Les actions coûtent de l'argent.

Plus d'infos sur Internet.

[Stadt Regensburg - Jugend - Ferien und Freizeit](#)

Contact :

[Amt für kommunale Jugendarbeit](#)

Margit Lungauer

[Domplatz 3](#)

93047 Regensburg

Chambre 232

Téléphone : [0941 507-1552](tel:0941 507-1552)

Email : Lungauer.Margit@Regensburg.de

4. passeport vacances

Tu **as entre 6 et 15 ans** et tu restes à Ratisbonne pendant les vacances d'été ?

Achète le [Ferien-Pass](#) pour 1 euro.

Le passeport vacances n'est pas une carte d'identité.

Tu obtiens des entrées gratuites et à prix réduit et tu peux acheter une autorisation de baignade ou une autorisation de bus.

Demande :

[Office du travail communal pour la jeunesse](#)

Doris Stecher

[Domplatz 3](#)

93047 Regensburg

Téléphone : [0941 507-1554](tel:0941 507-1554)

Email : Stecher.Doris@Regensburg.de

5. maison intergénérationnelle

Point de rencontre pour tous :

Enfants, jeunes, familles, mères, seniors

Quoi ?

- Jeux de théâtre
- Offres d'aide
- soutien au quotidien

- aide mutuelle
- Formation
- Location de salles à des groupes
- Café avec des prix avantageux et sans obligation de consommer = tu ne dois rien acheter.

Demandez ce que vous voulez :

Mehr-Generationen-Haus

[Ostengasse 29](#)

93047 Regensburg

Site web : [Stadt Regensburg - MGH](#)

6. mini-Regensburg

Tu **as entre 8 et 14 ans**?

Tu habites dans la ville ou l'arrondissement de Ratisbonne ?

Alors passe l'été dans la ville de jeux pour enfants Mini-Regensburg :

[Mini-Regensburg 2025 - Mini Regensburg 2025](#)

Il y a de nombreuses stations de jeu, par exemple :

- Cinéma
- menuiserie
- Musée
- Université
- Kauf-Haus
- Atelier de couture
- Radio Mini-Regensburg

Demandez :

Amt für kommunale Jugend-Arbeit

Rosemarie Wöhr

[Domplatz 3](#)

93047 Regensburg

Téléphone : [0941 507-1551](tel:09415071551)

Email : Woehrl.Rosemarie@Regensburg.de

Site web : [Stadt Regensburg - Direktorium 2 - Kommunale Jugendarbeit](#)

7. place de jeux

Les terrains de jeu sont destinés aux enfants et aux jeunes à partir de **6 ans**.

Sur le terrain de jeu, tu peux jouer au volley-ball, au basket-ball ou au football.

Pour les petits enfants, il y a des bacs à sable, des jeux avec de l'eau ...

Tu peux jouer de 9.00 heures jusqu'à la tombée de la nuit, au plus tard jusqu'à 20:00 heures.

Chercher un terrain de jeu sur Internet :

8. lieux de loisirs pour les jeunes

A Regensburg, il y a **deux** centres de loisirs pour jeunes.

Tu peux y passer la nuit avec un groupe, cuisiner toi-même et te baigner.

Ils sont destinés en priorité aux organismes d'aide à la jeunesse, au travail et à l'éducation des jeunes, mais aussi aux particuliers.

⇒ [Jugend-Frei-Zeit-Stätte Haslbach](#)

⇒ [Jugend-Frei-Zeit-Stätte Schwalbennest](#)

Demande :

[Amt für kommunale Jugend-Arbeit](#)

Margit Lungauer

[Domplatz 3](#)

93047 Regensburg

Téléphone : [0941 507-1552](#)

Email : Lungauer.Margit@Regensburg.de

⇒ **Tu trouveras ici d'autres organisateurs d'actions de vacances !**

[Stadt Regensburg - Ferien und Freizeit - Weitere Veranstalter von Ferienaktionen](#)

Mots-clés : centre de jeunesse, loisirs, offres de loisirs, offres de vacances, jeux, sport, divertissement

Offres pour les femmes

Intégration des femmes par le sport en s'amusant

En tant que femme, tu peux participer immédiatement au projet FIT Regensburg.

Il s'agit d'offres sportives avantageuses (pour les femmes avec ou sans arrière-plan d'immigration) :

[Stadt Regensburg - Sport- und Freizeitangebote - Sport für Frauen](#)

Tu peux faire de la zumba, du fitness féminin, du body-forming ou de la relaxation musculaire progressive.

Tu peux faire du vélo gratuitement.

Parfois, les offres sont accompagnées d'une garde d'enfants.

Parfois, il y a aussi un coin de jeu pour les enfants.

Tu peux t'informer ici :

Landrats-Amt – Gesundheits-Amt

Gerlinde Axmann

Téléphone : [0941 4009761](#)

Email : sozialdienst@lra-regensburg.de

Offres pour les femmes à CampusAsyl e.V.

Les femmes réfugiées peuvent participer à de nombreux projets différents à CampusAsyl.

Il y a aussi des projets réservés aux femmes.

Tous les projets de CampusAsyl sont gratuits.

Par exemple : des cours de langue avec encadrement des enfants, des cours de vélo, des cours de sport, des cours d'informatique, MotherSchools ou des rencontres pour femmes "Parlons-en !

Tu trouveras les projets ici :

[Frauenförderung | CampusAsyl e.V.](#)

Tu veux participer ?

Tu peux envoyer un e-mail à : info@campus-asyl.de

Ou tu peux écrire un message WhatsApp à : [017695286077](https://wa.me/017695286077)

Offre pour les femmes et les filles issues de l'immigration d'IN VIA Regensburg e.V.

Chez IN VIA, tu peux rencontrer d'autres femmes, échanger des idées, faire des excursions ensemble.

Tu peux aussi participer à un projet d'intégration "Leben in Bayern" et en apprendre plus sur la Bavière.

Tu trouveras le programme ici :

[Mädchen und Frauen - IN VIA Regensburg e.V.](#)

FrauenGesundheitsZentrum (centre de santé pour femmes)

Le Frauen-Gesundheits-Zentrum propose deux fois par an un programme sur la santé psychique et physique des femmes et des filles. Il y a des cours, des conférences et bien plus encore.

Tu trouveras le programme ici

[Start | FrauenGesundheitsZentrum e.V.](#)

⇒ Tu trouveras ici beaucoup d'autres offres et services de conseil pour les femmes à Ratisbonne !

[Stadt Regensburg - Frauen u. Männer - Aktuelles aus dem Büro für Chancengleichheit](#)

Mots-clés : femmes, conseil, aide, échange, cours, offres, lieu de rencontre, sport

Offres pour les seniors

A Ratisbonne, il existe de nombreuses offres pour les seniors. Tu peux y obtenir des conseils, de l'aide et du soutien. Tu trouveras une collection ici.

[Stadt Regensburg - Leben - Senioren](#)

Contact : le service d'aide aux personnes âgées :

[Seniorenamt](#)

[Johann-Hösl-Straße 11](#)

93053 Regensburg

Téléphone : [0941 507-1542](#)

Sports et loisirs

Il existe de nombreuses offres de sport et de loisirs pour les seniors. Tu peux faire des randonnées, du yoga, de la danse et bien plus encore !

Pour plus d'infos, clique ici :

[Stadt Regensburg - Aktiv im Alter - Freizeit und Bewegung](#)

Culture

Tu peux aussi faire du théâtre (pas besoin d'expérience). Ou faire de la musique. Et bien d'autres choses encore. Tu trouveras plus d'infos ici.

[Stadt Regensburg - Aktiv im Alter - Kultur](#)

Éducation

Tu parles plusieurs langues ? Rencontre d'autres personnes et parle dans ces langues ! Tu peux aussi suivre un cours d'informatique. Tu t'intéresses à la philosophie, à la littérature ou à l'art ? Clique ici pour plus d'informations :

[Stadt Regensburg - Aktiv im Alter - Bildung](#)

Certaines offres sont gratuites. D'autres sont payantes. Renseigne-toi au préalable auprès de l'office des seniors.

Mots-clés : seniors, âge, ordinateur, loisirs, sport, aide, cours, manifestations

Santé

Système de santé en Allemagne

Infos générales

Sur Internet, il y a beaucoup d'informations sur la santé en Allemagne. Beaucoup d'entre elles sont disponibles en plusieurs langues.

Comment fonctionnent les soins ? Que faire si je suis malade ? Quelle aide puis-je obtenir ?

[Ratgeber Gesundheit für Asylsuchende](#)

Santé pour tous : [Gesundheit für alle](#)
Guide en plusieurs langues.

Visite chez le gynécologue (film en plusieurs langues) :

[Gut zu Wissen Film | Besuch bei der Frauenärztin](#)

Vocabulaire dans le domaine de la santé

- [Take Care Projekt](#)
- Livre de mots en images : [Das Bildwörterbuch für Geflüchtete | Apotheken Umschau](#)

Plus d'infos dans de nombreuses langues

[Mehrsprachige Gesundheitsinformationen](#)

Mots-clés : médecin, spécialiste, vaccinations, santé, maladie, pharmacies, médecine

Assurance maladie

- Tu **dois** avoir une assurance maladie.
- Beaucoup de gens sont affiliés à une caisse d'assurance maladie publique.
- Tu dois payer **chaque mois** pour la caisse d'assurance maladie.

Les enfants ne doivent **pas** payer.

Tu es malade :

- > La caisse de maladie paie le médecin, les médicaments, l'hôpital.
- > Tu dois généralement payer en plus.

- Tu peux choisir toi-même ta caisse maladie.
- Tu peux changer de caisse maladie.

Renseigne-toi bien !

Tu as des questions ? Demande à ton conseiller au service de conseil en matière de migration.

Assurance maladie pour les demandeurs d'asile

Ta demande d'asile est acceptée OU tu es en Allemagne depuis plus de 18 mois ?

- > Tu peux obtenir une carte d'assurance maladie (carte de santé électronique).
- > Tu n'as pas besoin de faire une demande auprès du Sozial-Amt. Le Sozial-Amt vérifie automatiquement.
- > Tu reçois une lettre du Sozial-Amt.

La lettre **dit ceci**: Tu reçois une carte.

Tu peux choisir une caisse d'assurance maladie.

Tu as la carte. Avec la carte, tu vas directement chez le médecin.

Tu n'as plus besoin d'aller à la sécurité sociale.

Mots-clés : assurance maladie obligatoire, GKV, carte d'assuré, caisse maladie, frais de traitement, frais de médicaments, assurance, carte d'assurance, carte à

puce

Médecins

Médecin (docteur)

Tu peux choisir toi-même ton médecin.

Les médecins (docteurs) sont tenus au secret professionnel :

Tu peux parler de tout avec le médecin. Le médecin n'en parle à personne.

Prends avec toi chez le médecin :

- la carte d'assuré
- tes médicaments
- une feuille avec tes questions
- peut-être un interprète

Si tu as besoin de médicaments, tu recevras une **ordonnance**.

Prendre rendez-vous : Tu appelles le médecin. Demande un rendez-vous : "Je suis malade ! Je peux venir vous voir ?" Sans rendez-vous, tu dois souvent attendre longtemps.

⇒ [Sur Internet](#), tu peux trouver des médecins à Regensburg. Tu y trouveras aussi les différentes langues parlées par les médecins.

Les médecins sont normalement ouverts du lundi au vendredi.

Les heures d'ouverture varient selon les médecins. La plupart du temps, ils sont fermés le mercredi après-midi.

Médecin généraliste et pédiatre

Si tu es malade, tu vas d'abord chez le médecin généraliste. Souvent, il s'appelle aussi **médecin de famille**.

Les enfants doivent consulter un pédiatre.

Ce médecin est le premier interlocuteur pour toutes les maladies. Il t'examine et décide de la suite du traitement.

Si un traitement par un spécialiste est nécessaire, il t'y enverra. Il te donnera une **référence**.

Médecin spécialiste / spécialiste

Les médecins spécialistes sont spécialisés dans un domaine médical. Ils se chargent de la suite du traitement après avoir été envoyés par le médecin généraliste. Par exemple : gynécologue, pneumologue ou oto-rhino-laryngologiste, urologue, orthopédiste ...

Service de garde

Si tu as besoin d'un médecin la nuit ou le week-end et que ce n'est pas une urgence, tu peux appeler ici :

1.service médical de garde

uniquement le soir et le week-end

Téléphone: 116 117

2.cabinet médical de garde Regensburg

à l'hôpital des Barmherzige Brüder

[Prüfeninger Straße 86](#)

Mercredi et vendredi de 16.00 à 20.00 heures

Samedi, dimanche et jours fériés, de 8h00 à 21h00.

3.service d'urgence dentaire

uniquement le soir et le week-end

Téléphone : [0941 5 98 79 23](#)

Samedi, dimanche et jours fériés de 10.00 à 12.00 heures et de 18.00 à 19.00 heures

4.service d'urgence dentaire à l'hôpital universitaire

Téléphone : [0941 94 40](#)

Tu peux toujours appeler (24 heures sur 24). Il est prévu pour les urgences telles que les douleurs aiguës, les gonflements, les suppurations, les hémorragies secondaires et les accidents.

Mots-clés : médecin, spécialiste, cabinet, cabinet médical, transfert, bulletin de transfert, traitement médical, dentiste, médecin généraliste, médecin de famille, pédiatre, service de garde de la KV

Hôpital**Hôpital**

Un hôpital (= clinique ou dispensaire) est un établissement où l'on soigne les personnes malades.

- De nombreux médecins et infirmiers travaillent dans un hôpital.
- On ne va à l'hôpital que si l'on est très malade ou gravement blessé.
- Tu vas à l'hôpital en cas d'urgence.

Pour savoir ce qu'est une urgence , consulte la page "**Urgence**".

À l'hôpital, tu ne peux pas choisir le médecin.

Le médecin peut être une femme ou un homme.

Tu es dans une chambre avec d'autres personnes.

Tu dois payer un peu d'argent pour chaque jour passé à la clinique.

La caisse de maladie paie le reste.

Hôpitaux à Ratisbonne :

Caritas Krankenhaus St. Josef

Landshuter Str. 65

93053 Regensburg

Internet : <https://csj.de/medizin-und-pflege/kliniken>

Krankenhaus Barmherzige Brüder
Prüfeninger Str. 86
93049 Regensburg
Internet : <https://www.barmherzige-regensburg.de/>

Universitätsklinikum Regensburg
Franz-Josef-Strauß-Allee 11
93053 Regensburg
Internet : <https://www.ukr.de/>

KUNO Klinik St. Hedwig
Steinmetzstraße 1-3,
93049 Regensburg
Internet : <https://www.barmherzige-hedwig.de/>

Regensburger Kinderzentrum St. Martin
Wieshuberstr. 4,
93059 Regensburg

Internet : <https://www.kinderzentrum-regensburg.de/>

Malade en tant que demandeur d'asile

Tu es malade

I. Tu habites au centre AnkER (Bajuwarenstraße 1a, Zeißstraße 1 oder 9) ?

Ici, tu peux obtenir de l'aide si tu as besoin d'un médecin.

1. espace médical

Rends-toi dans l'**espace médical du AnkER-Zentrum** s. Là, un médecin (= docteur) ou un médecin de [Refumed](#) ou un autre médecin.

- Si tu as besoin d'un spécialiste, tu trouveras ici un médecin. [Überweisungs-Schein](#).
- Si tu as besoin d'un dentiste, tu recevras un [Zahn-Behandlungs-Schein](#) du service social.
-> Va ensuite dans le bureau de l'**office social** à la **Bajuwarenstraße 1a**.

II. Tu habites dans un logement commun ou dans ton propre appartement ?

Tu veux aller chez le médecin de famille, le pédiatre, le gynécologue, l'ophtalmologue ou le dentiste ?

⇒ Tu as besoin d'un **Kranken-Behandlungs-Schein (= papier pour le médecin)**.

La carte de soins est valable pour un trimestre (= trois mois) :

1. 1er trimestre : janvier, février, mars
2. 1er trimestre : avril, mai, juin

3. 1er trimestre : juillet, août, septembre
4. 1er trimestre : octobre, novembre, décembre

Par exemple :

Tu peux te rendre chez le médecin avec la carte de soins du 1er trimestre pour les mois de janvier, février et mars.

Pour avril, mai et juin (2e trimestre), tu as besoin d'une **nouvelle** carte de soins.

Comment obtenir le Kranken-Behandlungs-Schein?

1. Tu vas chez le [Sozial-Amt](#).
2. Tu n'as **pas** besoin de prendre rendez-vous au service social.
3. Tu vas chercher le Kranken-Behandlungs-Schein au service social.

Avec la **feuille de soins**, tu vas chez le médecin de famille, le pédiatre, le gynécologue, l'ophtalmologue ou le dentiste.

Si tu dois aller chez le spécialiste

- Le médecin dit : tu as besoin d'un spécialiste (par exemple un orthopédiste).
- Le médecin te donne une **référence (= papier pour le spécialiste)**.
- Tu prends rendez-vous chez le spécialiste.
- **Important:** prends ton ordonnance avec toi lors du rendez-vous !

Si tu dois aller à l'hôpital :

- Le médecin dit : tu dois aller à l'hôpital (= clinique).
- Le médecin te donne un **Einweisung (= papier pour la maison médicale)**.
⇒ Tu dois te rendre au service social avec ton admission.

L'office social vérifie :

1. Est-ce que tu peux aller à l'hôpital ?
2. Le service social te dit : **oui** -> tu peux aller à l'hôpital ; **non** -> tu **ne** peux **pas** aller à l'hôpital.

Regarde l'article "**Santé**".

Voici de nombreuses informations sur la santé et la maladie :

- => système de santé en Allemagne
- => Grossesse et accouchement
- => Contraception et planning familial
- => Santé des enfants
- => Traumatisme et santé mentale
- => Handicap
- => Hospices et soins palliatifs
- => Services de consultation en matière de santé
- => Urgences

Qu'est-ce que je peux faire soigner par un médecin ? Que paie le service social ?

L'office social ne te donne un certificat de traitement médical **ou** une admission à l'hôpital **que si** c'est nécessaire :

1. si c'est absolument nécessaire.
2. En cas de maladie aiguë ou de douleur aiguë.
3. Si tu as besoin des vaccins habituels et des examens médicaux préventifs.
4. si tu es enceinte : tu reçois tous les soins nécessaires.
(tu trouveras plus d'informations sur "[Schwangerschaft und Geburt](#)").
5. A la naissance : toi et l'enfant recevez tous les soins nécessaires.
(tu trouveras plus d'informations ici [Kindergesundheit](#))

Que faire en cas d'urgence (= situation inattendue dans laquelle on a besoin rapidement de l'aide d'un médecin) ?

1. Tu te rends **directement** chez un médecin ou à l'hôpital.
2. Tu y vas **sans** Einweisung ou Kranken-Behandlungs-Schein.
3. En cas d'urgence, le médecin ou l'hôpital parle directement à Sozial-Amt.

IMPORTANT:

UNIQUEMENT en cas d'urgence, tu vas chez le médecin **sans** Einweisung ou Kranken-Behandlungs-Schein .

Voici les numéros de téléphone et les règles à suivre en cas d'urgence. - >
<https://integreat.app/regensburg/de/notfall/>

Quand puis-je obtenir une carte d'assurance maladie ?

- Ta **demande d'asile** est **acceptée**.
- Tu es **en Allemagne depuis plus de 18 mois**.

Tu peux alors obtenir une carte d'assurance maladie (= carte de santé électronique) :

- Tu ne dois **pas** faire de demande auprès de l'office social.
- Le Sozial-Amt vérifie automatiquement.
- Tu reçois une lettre du Sozial-Amt.
La lettre dit : "Vous avez une carte : Tu reçois une carte.
- Tu as la carte et tu peux aller directement chez le médecin. Tu **ne dois plus te rendre au service social**.

Regarde sous "Asile".

=> "Après l'obtention du statut de réfugié".

=> "**Tu as besoin d'une assurance maladie**".

Où se trouve l'office social ?

[Amt für Soziales](#)
[Bajuwarenstraße 1A](#)

93053 Regensburg

Le téléphone : 0941 507-1502

e-mail : sozialamt-asyl@regensburg.de

Heures d'ouverture :

Du lundi au vendredi : 08:00-11:30

Mots-clés : feuille de soins, feuille de traitement, transfert, feuille de référence, médecin spécialiste, hôpital, traitement nécessaire, traitement de la douleur, carte de santé, assurance maladie

Grossesse et accouchement

Grossesse

Tu vas avoir un bébé ?

Tu es enceinte ?

Fais un test de grossesse !

Tu achètes un test de grossesse dans une [pharmacie](#) ou une [droguerie](#).

Va voir un gynécologue :

Le gynécologue s'occupe de toi et de ton enfant.

⇒ **Tu peux chercher ici [des gynécologues à Regensburg](#) !**

Tu reçois un carnet de maternité :

Le carnet de maternité contient les résultats des examens.

Le carnet de maternité est important !

Tu dois toujours emporter ton carnet de maternité chez le gynécologue.

Le carnet de maternité n'est pas une carte d'identité.

Consulte régulièrement les médecins !

Caisse de maladie

La **caisse d'assurance maladie paie les examens** pendant la grossesse.

Consulte régulièrement les médecins !

Tu as des questions ?

Demande à ton gynécologue.

Il t'aidera.

⇒ **Il y a aussi beaucoup d'informations sur Internet dans de nombreuses langues.**

Regarde à ce sujet sous "Assurance maladie" ici dans l'app.

La caisse d'assurance maladie paie également les conseils d'une sage-femme.

La sage-femme peut se rendre à ton domicile.

- Tu as des questions sur la grossesse ?
- La sage-femme t'aidera.
- Avant l'accouchement et après la naissance du bébé.

Comment la sage-femme peut-elle t'aider ?

⇒ [Informations sur le travail des sages-femmes](#)

Tu as besoin d'une sage-femme de toute urgence, mais tu ne trouves pas de sage-femme qui ait du temps à consacrer à toi et à ton bébé ? Il y a de l'aide [ici](#).

Tu cherches d'autres conseils ?

⇒ Regarde sur "Qui peut m'aider ? Conseils sur la santé et la maladie".

- Ligne d'aide "Enceinte et beaucoup de questions" : [0800 4040020](tel:08004040020)
- Lien : ["Enceinte et beaucoup de questions" dans de nombreuses langues](#)
- Lien : [Informations sur la grossesse et la naissance dans de nombreuses langues](#)

Consultation avec la sage-femme de famille

Quoi ? Tu peux poser des questions à la sage-femme : Comment nourrir le bébé ? Que puis-je faire s'il pleure ? Tu peux peser ton bébé.

Quand ? tous les mardis de 15 à 16 heures (pas pendant les vacances d'été).

Où ? Stadtteilprojekt Süd, Lore-Kullmer-Str. 161, 93053 Regensburg

Naissance

Le bébé vient au monde :

Clinique/hôpital

Il existe deux cliniques spécialisées dans l'accouchement à Ratisbonne :

- [Clinique St. Hedwig](#)
- [Josef, la maison de santé.](#)

A la maison

Tu peux aussi accoucher à la maison.

⇒ Demande à ton gynécologue.

Certificat de naissance

Qu'est-ce que le certificat de naissance ?

Le certificat de naissance est un **document important**.

Tu dois conserver le certificat de naissance.

Le certificat de naissance dit :

- Quel est le nom de l'enfant ?
- Où est né l'enfant ?
- Quand l'enfant est-il né ?
- Qui est la mère ?
- Qui est le père ?

Comment obtenir le certificat de naissance ?

Après la naissance, tu dois remplir un formulaire.

Ce formulaire s'appelle "déclaration de naissance".

Tu remplis la déclaration de naissance à l'hôpital ou à la maison de naissance.

La déclaration de naissance mentionne :

- Prénom de l'enfant
- Nom de famille de l'enfant
- Beaucoup d'autres informations sur l'enfant et les parents

Important :

La mère et le père doivent signer la déclaration de naissance.

Le certificat de naissance coûte **10€**.

Quels documents dois-je emporter ?

- Passeport
 ou permis de séjour
 ou certificat de fiction
 ou permis de séjour
- Acte de naissance de la mère
- Acte de naissance du père
- Traduction allemande du certificat de naissance de la mère et du père
 Si tu es marié(e) :
- Certificat de mariage
- Traduction française du certificat de mariage

Je n'ai pas de certificat de mariage ou de naissance !

Tu n'as pas tous les documents ?

L'hôpital ne te donnera **PAS** de certificat de naissance.

Tu dois te rendre au bureau de l'état civil.

Appelle et prends rendez-vous au bureau de l'état civil :

[Service de l'état civil](#)

[D.-Martin-Luther-Straße 3](#)

93047 Ratisbonne

Téléphone : 0941 507-1347

Courriel : Standesamt_geburt@regensburg.de

⇒ **Regarde ici pour plus d'[informations](#).**

Consultation

⇒ **Tu trouveras les offres de consultation pour femmes enceintes à Ratisbonne sous "Qui peut m'aider ? Conseils sur la santé et la maladie".**

Mots-clés : gynécologue, test de grossesse, carnet de maternité, soins prénataux, examens préventifs, sage-femme, préparation à l'accouchement, naissance, accouchement, certificat de naissance

Contraception et planning familial

Planning familial/contraception

Si tu

- ne veux pas tomber enceinte
- si tu veux te protéger des maladies sexuellement transmissibles

tu dois utiliser un moyen de contraception lors de tes rapports sexuels. Par exemple, des préservatifs.

Il existe de nombreux moyens de contraception différents. Certains coûtent plus cher que d'autres. Les moyens de contraception fonctionnent différemment. Renseigne-toi ! Si tu n'es pas sûre de savoir quel moyen de contraception est bon pour toi, demande conseil à un médecin.

Tu trouveras [ici](#) des informations sur la contraception dans de nombreuses langues.

ATTENTION!

Seuls les préservatifs peuvent te protéger du SIDA et d'autres maladies !
Aucun moyen de contraception n'est sûr à 100 % !

Coûts de la contraception

Tu as moins de 23 ans ?

La caisse d'assurance maladie en paie une grande partie. Tu ne dois payer qu'une petite partie toi-même.

À partir de 23 ans, tu dois payer pour la contraception.

Si tu as peu d'argent, la ville de Regensburg peut prendre en charge les frais de contraception. Tu dois faire une demande auprès de l'office social.
Tu trouveras des informations [ici](#).

Mots-clés : contraception, préservatifs, pilule, pilule contraceptive, maladies sexuellement transmissibles, IST, éviter une grossesse, safer sex

Conflit de grossesse et avortement

Tu es enceinte sans le vouloir ? Tu as un test de grossesse positif ?

Tu ne veux pas d'enfant pour le moment ?

Parce que tu es très jeune.

Parce que tu n'as pas d'argent.

Parce que tu n'as pas de soutien.

Parce que tu ne veux pas être maman.

Alors tu peux avorter. (= interrompre la grossesse)

En Allemagne, on **peut ne pas** vouloir d'enfant. Chaque femme a le droit de décider elle-même. Je veux être maman ou pas. En Allemagne, tu peux interrompre une grossesse.

C'est autorisé. Mais seulement si :

- c'est avant la 12e semaine
- après la 12e semaine, uniquement en cas de grand danger pour toi ou ton bébé (par ex. maladie, handicap).

Que dois-tu faire maintenant ?

- Appeler le gynécologue --> prendre rendez-vous

"Je suis enceinte, j'ai besoin d'un examen".

- aller à un centre de consultation --> prendre rendez-vous

"J'ai besoin d'une consultation concernant ma grossesse".

La consultation est **obligatoire**. La consultation est **gratuite**. Les personnes qui y travaillent veulent t'aider. Ils sont tenus au secret professionnel. Ils ne peuvent en parler à personne. Tu peux leur faire confiance.

- après la consultation --> réfléchir pendant au moins 3 jours : est-ce que je veux l'enfant ? Est-ce que je ne veux pas l'enfant ?

- Prendre rendez-vous pour un avortement ou garder le bébé.

Si ton allemand n'est pas encore très bon, le médecin ou la consultation peut réserver une interprète pour toi.

Ici, tu peux obtenir de l'aide et des informations

[pro familia Regensburg](#)

[An der Schergenbreite 1](#)

93059 Regensburg

Téléphone : [\(0941\) 70 44 55](tel:(0941)704455)

regensburg@profamilia.de

www.profamilia.de/regensburg

[DONUM VITAE en Bavière e. V.](#)

[Maximilianstraße 13](#)

93047 Ratisbonne

Téléphone : [\(0941\) 595 64 90](tel:(0941)5956490)

regensburg@donum-vitae-bayern.de

Service de santé de Regensburg Consultation en cas de grossesse conflictuelle

Altmühlstraße 3

93059 Ratisbonne

Téléphone : [\(0941\) 4009 764](tel:(0941)4009764)

Mots-clés : grossesse, grossesse non désirée, grossesse conflictuelle, avortement, conseil en matière de grossesse, aide en cas de grossesse, centres de consultation

Santé des enfants

Assurance maladie pour enfants

L'assurance maladie pour ton enfant ne coûte normalement **pas** d'argent : "assurance familiale".

Ton enfant reçoit une carte d'assuré.

Tu dois apporter la carte d'assuré de ton enfant chez le médecin.

Tu ne dois **pas** payer pour ton enfant chez le médecin.

Médecin pour enfants

Il existe des médecins spécialisés pour les enfants : les pédiatres.

Ils s'y connaissent en matière de santé des enfants.

Choisis un pédiatre pour ton enfant.

⇒ [Ici](#) tu trouves des pédiatres à Regensburg

Examens médicaux (= examens préventifs pour enfants)

Tu dois aller régulièrement chez le médecin avec ton enfant.

L'examen prénatal est bon pour la santé de ton enfant.

La caisse de maladie paie les examens de santé.

Tu reçois un carnet d'examen (jaune) -> [Le carnet jaune](#) .

Emporte le carnet d'examen avec toi lors des examens !

En quoi consistent les examens prénataux ?

Pour l'examen prénatal, tu dois prendre rendez-vous chez le médecin pour ton enfant.

Le médecin l'examine :

- Mobilité
- Habileté
- la parole et la compréhension
- comportement social

Il donne des conseils sur différents sujets :

- Vaccins
- Prévention des accidents

- santé dentaire
- alimentation
- autres problèmes et préoccupations que tu as concernant le développement de ton enfant.

Important : l'examen doit être effectué à un moment précis !

⇒ Tu peux voir [ici](#) quand ton enfant doit être examiné.

Les examens de santé sont des examens de dépistage précoce.

Cela signifie que si ton enfant est malade, la maladie peut être détectée et traitée **rapidement**.

Le médecin vérifie si ton enfant se développe correctement (par exemple : comment parle-t-il ?).

Ton enfant peut être soutenu et encouragé.

Vaccination

Le pédiatre peut vacciner ton enfant.

(Vaccination = protection contre une maladie)

Demande au pédiatre.

La caisse de maladie paie la vaccination pour les enfants.

⇒ [Vaccins recommandés](#) pour les enfants

Mon enfant est traumatisé, que puis-je faire ?

⇒ Tu trouveras ici [des informations](#) importantes pour les parents.

Il y a l'allemand, l'anglais, l'arabe, le farsi, le kurde.

Mots-clés : assurance familiale, prévention, examens préventifs, carnet d'examen jaune, carnet U, pédiatre, U1, U2, U3, U4, U5, U6, U7, U7a, U8, U9, développement de l'enfant, santé de l'enfant

Traumatisme et santé mentale

Quels peuvent être les signes d'une maladie psychique ?

- Tu ne te sens pas bien.
- Tu as des soucis.
- De mauvais souvenirs ou de mauvaises pensées.
- Tu as le mal du pays.
- Tu n'arrives pas à dormir.
- Ta concentration est mauvaise.
- Tu as souvent peur.
- Tu manges beaucoup ou très peu.
- Tu es toujours fatigué.

Les maladies psychiques sont des dépressions, des troubles anxieux, des maladies de la dépendance ou des traumatismes.

Il existe des médecins spécialisés (docteurs) pour les maladies psychiques.

Il y a de l'aide !

Un **médecin** peut t'aider. Ou un **thérapeute**. Tu peux aussi faire quelque chose toi-même.

Tu peux aussi aller voir ton conseiller en migration. Certains conseillers peuvent aussi t'aider en cas de problèmes psychiques et de traumatismes.

Informations et aide sur les traumatismes :

1. [Refugee Trauma Help](#)

Tu trouveras ici des informations dans de nombreuses langues. Tu peux t'aider toi-même.

2. [psychothérapie en ligne](#) en anglais, allemand, arabe

3. [Almhar - App pour les personnes réfugiées](#)

Informations et exercices sur les problèmes de sommeil, le stress, les symptômes dépressifs et plus encore - en arabe, anglais et farsi.

3. [livre d'images sur les traumatismes en plusieurs langues](#)

Aide pour les enfants traumatisés. Que peuvent faire les parents ?

4. [informations sur l'aide aux enfants victimes de traumatismes](#)

Un guide pour les parents en plusieurs langues

Mots-clés : maladies psychiques, santé mentale, thérapie, psychothérapie, psychologue, psychiatre, offres d'entraide, thérapie des traumatismes, traumatisme

Handicap

Toute personne doit pouvoir participer à la vie sociale. Cela vaut également pour les personnes handicapées. Il existe pour cela des conseils, des projets, une aide et un suivi spécifiques.

Tu trouveras ici de nombreuses informations et contacts à ce sujet :

[Stadt Regensburg - Leben - Inklusion](#)

Mots-clés : Inclusion, Accessibilité

Hospice et soins palliatifs

Pour les personnes gravement malades et en fin de vie, il existe différentes aides à Ratisbonne. Ainsi, les derniers moments peuvent être passés le mieux possible.

[Hier](#) tu trouveras une vidéo qui explique les soins palliatifs et les hospices en Allemagne. La vidéo est disponible en plusieurs langues.

Dans ce [Wegweiser](#) tu trouveras des informations et un aperçu des offres dans de nombreuses langues.

Cliniques

Les personnes en phase terminale sont prises en charge par des équipes spéciales dans les cliniques. Il existe parfois aussi des unités de soins spéciales. Les douleurs y sont par exemple

soulagées.

Hospice

Une personne gravement malade peut être accueillie dans un hospice dans ses derniers moments, si elle ne doit pas être hospitalisée mais ne peut pas non plus rester chez elle. Pour Ratisbonne, il existe l'hospice Johannes à Pentling.

[Johannes-Hospiz](#)
[Hölkering 1, 93080 Pentling](#)
[Telefon](#)

Association de l'hospice

Des accompagnateurs bénévoles peuvent aider. Ils sont spécialement formés et rendent visite aux malades à domicile. C'est ce qu'organise l'association de soins palliatifs de Ratisbonne :

[Hospiz-Verein Regensburg e.V.](#)
[Hölkering 1, 93080 Pentling](#)
[Telefon](#)

Soins palliatifs ambulatoires spécialisés (SAPV)

Si les personnes en fin de vie souffrent de troubles graves et compliqués, les SAPV peuvent soutenir le médecin. Un infirmier s'occupe des patients à domicile en tant que pilote, en collaboration avec les médecins. L'équipe comprend également un aumônier, un kinésithérapeute et une assistante sociale. La caisse de maladie paie cette prestation. Le contact est établi par le médecin de famille.

[PALLIAMO gGmbH](#)
[Cranachweg 16, 93051 Regensburg](#)

Un aperçu des soins à Regensburg existe [hier](#).

Urgence

Urgence

Une urgence est par exemple une maladie ou une blessure.
 En cas d'urgence, tu as besoin d'un médecin immédiatement si tu as par exemple

- tu as une très forte fièvre.
- tu t'es cassé un os.
- tu as une forte hémorragie.
- tu ne peux pas respirer.
- tu as consommé quelque chose de toxique.
- tu es inconscient(e).

En cas d'urgence, tu appelles à l'aide (= appel d'urgence) :

[Téléphone : 112](#)

L'appel d'urgence ne coûte **pas d'argent**.

Tu peux appeler le numéro d'urgence avec n'importe quel téléphone.

Une ambulance peut arriver rapidement chez toi.

Appel d'urgence - que dois-tu faire ?

Reste calme !

Écoute attentivement !

Réponds aux questions !

Tu dois dire :

- **Où** est le patient ?
- **Que** s'est-il passé ?
- **Comment** va le patient ?

Numéros de téléphone importants en cas d'urgence :

- Police, pompiers, ambulance, centre antipoison.
- Médecin de garde, pharmacie de garde
- Aide pour les femmes et les enfants
- Aide psychique
⇒ **Regardez à "Aide en cas d'urgence"**.

Police -> Téléphone : 110

Si cela est possible pour toi, tu peux aussi toujours te rendre à la clinique.

La clinique dispose d'un accueil d'urgence.

Premiers secours

Tu vois une personne en détresse :

Aide cette personne !

Tu peux sauver des vies.

Tu peux suivre un cours de premiers secours.

Dans ce cours, tu apprends comment aider les autres en cas d'urgence.

⇒ **Vidéo 1** : que dois-tu faire en cas d'urgence ? [Premiers secours](#)

⇒ **Vidéo 2** : [premiers secours](#) en cas d'urgence

⇒ Ici, tu trouveras [des cours de premiers secours](#) à Ratisbonne !

Mots-clés : service de secours, ambulance, urgence, danger de mort, premiers secours, appel d'urgence

Qui peut m'aider ? Conseils sur la santé et la maladie

Tu as un problème ? Tu as besoin de parler à quelqu'un ? Ta famille a un problème ? Tu connais quelqu'un qui a un problème ?

Tu n'es pas seul(e) !

Consultation sur la grossesse

Tu es enceinte ? Tu as besoin d'aide ou tu as des questions ? Ces services peuvent t'aider :

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

[pro familia Regensburg e.V.](#)

[Gesundheits-Amt Regensburg](#)

[Caritas Schwangerschafts-Beratung](#)

SIDA

Tu as le SIDA ? Tu as besoin d'aide ou tu as des questions sur la maladie ? Tu peux obtenir de l'aide ici :

[Aids-Beratungs-Stelle Oberpfalz](#)

[AIDS-Hilfe Regensburg e.V.](#)

[Gesundheits-Amt Regensburg](#)

Conseil psychosocial

Tu as des problèmes psychiques ? Tu as des problèmes sociaux ? Tu as besoin de conseils ? Tu trouveras de l'aide ici :

[Diakonie Regensburg](#)

[Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V.](#)

[Gesundheits-Amt Regensburg](#)

[Krisen-Dienst Horizont](#)

[Telefon-Seelsorge Regensburg](#)

Dépendance

Tu es dépendant ? Ces services peuvent t'aider :

[Sucht-Beratung der Caritas](#)

[KISS - Selbsthilfe](#)

[Gesundheits-Amt Regensburg](#)

[Anonyme Alkoholiker](#)

[DrugStop](#)

[Sucht im Alter](#)

Troubles alimentaires

Tu as des problèmes pour manger ? Tu ne peux plus manger normalement ? Tu peux trouver de l'aide ici :

[Waagnis](#)

Mots-clés : grossesse, assistance spirituelle, dépendance, conseil

MiMi - Avec les migrants pour les migrants (MiMi-Bayern)

Tu vis à Ratisbonne et tu viens d'un autre pays ? Tu veux apprendre quelque chose sur le système de santé en Allemagne ? Tu veux aider d'autres migrants à s'orienter dans le système allemand ?

Le projet MiMi-Bayern propose :

- des formations gratuites en tant que "pilote de santé" (environ 50 heures).
- Des migrants entièrement formés donnent à d'autres migrants des informations sur la santé et la maladie.

Contact : le service :

[Service de l'intégration et de la migration](#)

Maximilianstraße 26 | 93047 Regensburg

E-mail

Téléphone

Plus d'informations sur Internet.

MiMi-Bayern est un projet de l'Ethno-Medizinisches Zentrum e.V. et est soutenu par le ministère bavarois de la santé et des soins ainsi que par MSD SHARP & DOHME GMBH. Le projet existe dans de nombreux endroits en Bavière. À Ratisbonne, le projet existe depuis 2015.

Mots-clés : santé, bénévolat, maladie

Migrantenmedizin Regensburg e.V. (Médecine pour les migrants)

L'association s'occupe de la santé des réfugiés. Beaucoup d'entre nous étudient la médecine, la psychologie ou une discipline sociale. Des personnes issues du milieu médical ou des interprètes bénévoles peuvent également apporter leur aide.

C'est ce que nous faisons :

Aide personnelle au cas par cas :

Nous t'aidons à obtenir des soins médicaux. Par exemple, parce que tu as une maladie chronique. Nous t'aidons à gérer ta maladie. Nous prenons des rendez-vous chez le médecin ou cherchons un interprète.

Service de consultation médicale :

Consultation ouverte sur des questions médicales.

Quand ? Tous les jeudis de 16 à 18 heures.

Où ? Dans le logement communautaire de la [Dieselstraße 3](#).

On peut aussi y prendre rendez-vous chez le médecin et trouver des interprètes.

Il n'y a pas de consultation pendant les vacances semestrielles.

Vous trouverez des informations ici :

<https://www.migramed.de/>

ou

[sur Instagram](#)

Ecris-nous un e-mail à info@migramed.org

Mots-clés : migrants, santé, système de santé, bénévolat, aide, informations, médecine, conseil, assistance

Migrantenmedizin Regensburg e.V. (association de migrants)

L'association s'occupe de la santé des réfugiés. Beaucoup de ceux qui y apportent leur aide étudient la médecine, la psychologie ou une discipline sociale. Des personnes issues du milieu médical ou des interprètes bénévoles peuvent également aider.

C'est ce que fait l'association :

Aide au cas par cas :

- L'association te soutient en cas de problèmes médicaux. Par exemple, si tu as des maladies chroniques.
- Ils te montrent comment gérer la maladie.
- Ils prennent des rendez-vous médicaux pour toi et cherchent des interprètes.

Service de conseil médical :

- Tu peux poser des questions sur la santé.

 **Quand?** Tous les jeudis de 16 à 18 heures

 **Où?** Dans le centre d'hébergement communautaire à l'adresse Dieselstraße 3.

Important: il n'y a pas de consultation pendant les vacances semestrielles.

Tu trouveras des informations ici :

[Home | Migrantenmedizin Regensburg](#)

ou

sur Instagram [@migrantenmedizin_rgb](#)

Écris-nous un e-mail à **info@migramed.org**

Mots-clés : migrants, santé, système de santé, bénévolat, aide, informations, médecine, conseil, assistance

KISS Ratisbonne

KISS Regensburg t'aide à trouver un groupe d'entraide.

Entraide (= apprendre à s'aider soi-même)

Il existe différents groupes à Ratisbonne.

Dans l'entraide, des personnes ayant des problèmes similaires se rencontrent et parlent ensemble.

Par exemple, si tu as un problème de santé.

Ce groupe peut t'aider à aller mieux.

Tu peux prendre contact [ici](#):

[KISS Regensburg](#)

Entraide dans la ville et le district de Regensburg

Téléphone : [\(0941\) 599 388 610](#)

kiss.regensburg@paritaet-bayern.de

Aide en cas d'urgence

Police, pompiers, ambulances, centre antipoison

La police

[110](#)

[Informations sur la police en langage simple](#)

Feu :

[112](#)

Urgence médicale, accident :

[112](#)

Centre antipoison de Nuremberg

Téléphone [0911 3982451](#)

Centre antipoison de Munich

Téléphone [089 19240](tel:08919240)

règles importantes en cas d'urgence :

Tu appelles le 112.

Dis les choses importantes :

Où l'urgence/l'accident s'est-il produit ?

Que s'est-il passé ?

Combien de blessés y a-t-il ?

Quel type de blessure ?

Attends que le centre de secours te pose des questions !

Service médical d'urgence, service de pharmacie d'urgence

Service de garde des médecins

C'est tard le soir, un dimanche ou un jour férié ?

Tu ne te sens pas bien.

Tu as besoin d'un médecin ?

Ton médecin n'est pas ouvert ?

Tu peux appeler ici. Numéro : **116 117**.

Demande un médecin de garde.

Mais pas pour les urgences ! Urgence : **112**

Ou va à l'hôpital.

[Tu trouveras ici les cabinets médicaux de garde.](#)

Service d'urgence dentaire

Urgence avec une dent ?

Par exemple douleur, saignement, accident ?

Ton dentiste n'est pas ouvert ?

Où se trouve le service d'urgence ? Regarde [ici](#)

Ou bien :

[Service d'urgence dentaire à la clinique universitaire de Regensburg](#)

Service d'urgence des pharmacies

C'est la nuit, un dimanche ou un jour férié ?

Tu ne te sens pas bien. Tu as besoin d'un médicament.

Alors cherche [ici](#) une pharmacie ouverte.

Cherche ici : [Pharmacie de garde](#)

Aide aux femmes et aux enfants

Tu es une femme en détresse ?

Tu peux toujours appeler :

Téléphone : [0800 116 016](tel:0800116016)

Tu recevras de l'aide également dans d'autres langues.

Violence sexualisée

[L'association Frauen Notruf Regensburg e.V.](#)

Service de consultation pour les femmes et les filles ayant subi des violences sexuelles.

Téléphone : [0941 24171](tel:094124171)

Îles d'urgence pour les enfants

Tu as peur sur le chemin de l'école ?

Tu peux obtenir de l'aide.

Où se rendre ?

Tu vas dans un magasin d'îlot de secours sur le chemin de l'école (magasins = boutiques, médecins).

Les personnes qui s'y trouvent peuvent t'aider.

Les magasins ont un autocollant.

Sur l'autocollant, il est écrit "îlot de secours".

Les îlots de secours : Aide aux enfants

Téléphone pour les soucis

Tu es désespéré ou triste ?

Tu ne te sens pas bien en ce moment ?

Tu trouveras ici des numéros de téléphone où tu pourras parler en toute confidentialité :

Téléassistance: [0800 1110111](tel:08001110111) ou - [1110222](tel:1110222)

Téléphone de la mer : [0228 71002425](tel:022871002425)

Ligne téléphonique pour enfants et adolescents : [0800 1110333](tel:08001110333)