

Spis treści

Ważne informacje dla uchodźców wojennych z Ukrainy	5
Witamy w Niemczech i Ratyzbonie: Pierwsze informacje	6
Witamy w Ratyzbonie!	6
Ratyzbona w Niemczech	6
Ważne prawa i zasady	7
Wspólne życie w Niemczech	8
Komunikacja i relacje	8
Daty, władze, dokumenty	9
O aplikacji Regensburg Integreat	10
Azyl	11
Wniosek o azyl	11
Obiekt ANKER Regensburg	14
Co to jest obiekt AnKER?	14
Doradztwo w zakresie procedury azylowej w AnKER (AVB)	14
Oferty w obiekcie AnKER	15
Mieszkam we wspólnym mieszkaniu (GU)	16
Nauka niemieckiego we wspólnym zakwaterowaniu	16
Grupy wsparcia	17
Biuro pomocy społecznej: pieniądze i świadczenia	17
Karta płatnicza dla osób ubiegających się o azyl	19
Praca i szkolenie dla osób ubiegających się o azyl	21
Staż	21
Szkolenie, nauka zawodu	22
Praca	23
Po uznaniu za uchodźcę	24
Udajesz się do urzędu imigracyjnego po nowe dokumenty	24
Pieniądze, pracę i kursy integracyjne można uzyskać w urzędzie pracy	26
Potrzebujesz konta bankowego na pieniądze	28
Potrzebujesz ubezpieczenia zdrowotnego	29
Potrzebujesz płaskiej powierzchni	30
Doradztwo i pomoc	31
Poradnictwo dla uchodźców i integracyjne	31
Czym jest doradztwo dla uchodźców i doradztwo integracyjne?	31
Poradnictwo dla uchodźców i integracji w mieście Regensburg	31
Poradnictwo dla uchodźców i poradnictwo integracyjne CVJM	32
Doradztwo dla uchodźców i integracja z Johanniter	33
Doradztwo migracyjne dla dorosłych (MBE)	34
Czym jest MBE?	34
MBE Ziomkostwa Niemców z Rosji	35
Służba Migracji Młodzieży (JMD)	36
Czym jest JMD?	36
JMD warsztatów dla młodzieży	37
JMD Katolickiej Służby Opieki nad Młodzieżą Diecezji Regensburg e.v.	37
Pomoc dla ofiar przemocy i dyskryminacji	37
B.U.D. - Doradztwo. Wsparcie. Dokumentacja dla ofiar przemocy ze strony prawicowych ekstremistów	38
Centrum antydyskryminacyjne miasta Regensburg	38
Doradztwo i pomoc dla kobiet	39
SOLWODI (Solidarność z kobietami w niebezpieczeństwie)	39

Telefon zaufania dla kobiet Regensburg	40
Schronisko dla kobiet - pomoc dla kobiet	41
Powrót do kraju pochodzenia	41
Pomoc wolontariuszy	42
Pełnoetatowi przewodnicy integracyjni miasta Regensburg	42
Sponsoring dla uchodźców	43
Campus Asylum	44
Klinika prawa uchodźczego	44
Azyl BI	45
Usługa integracji Malteser Regensburg	45
Amnesty International	45
Język, szkoła, studia	46
Nauka niemieckiego w Ratyzbonie	46
Kurs integracyjny	46
Projekt CampusAsyl "Towarzysz - Wspieraj - Zachęcaj" (BUF)	47
Niemiecki do pracy	49
Niemiecki, wstępna orientacja dla osób ubiegających się o azyl	49
Kursy językowe w Ratyzbonie	51
Szkoła	52
Szkoła	52
Korepetycje i pomoc w odrabianiu prac domowych	54
Witamy w szkole: filmy wideo dla rodziców	56
Badanie	56
Studia w Niemczech	56
OTH Regensburg	57
Wsparcie w nauce	58
Uniwersytet w Ratyzbonie	58
Praca w Ratyzbonie	58
Prawo pobytu	58
Urząd Rejestracji Cudzoziemców miasta Regensburg	59
Informacje na temat zezwoleń na pobyt od IHK	60
Wymiana pracy	60
Urząd pracy miasta Regensburg	60
Agencja zatrudnienia Regensburg	61
Uznawanie kwalifikacji	62
Uznawanie kariery i doradztwo kwalifikacyjne w bfg	62
Doradztwo IHK w zakresie uznawania kwalifikacji zawodowych	62
Uznawanie zawodów związanych z opieką zdrowotną	63
Orientacja zawodowa i samozatrudnienie	63
Doradztwo edukacyjne w centrum edukacji dorosłych (vhs) miasta Regensburg	63
Programy poradnictwa zawodowego w bfg	64
Porady dla założycieli i następców w zawodach wymagających wysokich kwalifikacji	65
Partnerstwo mentorskie Regensburg	65
Prawo pracy	65
Centrum doradztwa w zakresie sprawiedliwej integracji	66
Informacje na temat ustawy o imigracji wykwalifikowanej siły roboczej (FEG) z IHK	66
Szkolenie i staż	66
Staż	66
Chcę nauczyć się zawodu	67
Czym jest szkolenie zawodowe?	67
Szkoła zawodowa	67

Jak znaleźć pracę?	68
Kto może mi pomóc?	69
Życie w Ratyzbonie	70
Życie	70
Znajdź mieszkanie	70
Czynsz i kaucja	72
Zaświadczenie o prawie do mieszkania socjalnego	73
Relokacja	75
Ważne zasady	75
Mobilność	76
Autobus, rower, pociąg	76
Samochód i prawo jazdy	77
Parkingi w Ratyzbonie	79
Naturalizacja	79
City Pass	79
Telefon komórkowy i telefon	80
WLAN i Internet bezpłatnie w Ratyzbonie	81
Zakupy	81
Odpady, recykling, segregacja odpadów i unikanie odpadów	82
Aplikacja Waste agencji ochrony środowiska	86
Edukacja konsumencka dla uchodźców	87
Wiadomości z Ratyzbony i Niemiec	87
Dni ustawowo wolne od pracy	87
Ważne aplikacje i oferty internetowe	88
Wolontariat	91
Pełnoetatowi przewodnicy integracyjni miasta Regensburg	92
Ogólne informacje i porady dotyczące wolontariatu	93
Sponsoring dla uchodźców	93
Migrant Medicine Regensburg e.V.	94
Tłumacze-wolontariusze	94
Rada doradcza ds. integracji	95
Kluby	95
Dzieci i młodzież	95
Czas wolny	96
Sport	96
Portal sportowy miasta Regensburg	96
Sport w Ratyzbonie	96
Kluby sportowe i inne kluby; kluby migrantów	98
Biblioteka miejska	100
Sztuka i kultura	101
Kalendarz wydarzeń	101
M26 - Miejsce przez wszystkich, dla wszystkich	101
KulTür Regensburg e.V.	101
Rodzina, kobiety, dzieci i seniorzy	102
Aplikacja rodzinna "We R Family	102
Oferty dla rodzin	102
Pomoc finansowa dla rodzin	103
Opieka nad dziećmi w wieku 0-6 lat	104
Zajęcia wakacyjne i rekreacyjne dla dzieci i młodzieży	106
Oferty dla kobiet	110
Oferty dla seniorów	111

Zdrowie	112
System opieki zdrowotnej w Niemczech	112
Informacje ogólne	112
Ubezpieczenie zdrowotne	112
Lekarze	113
Szpital	114
Chory jako osoba ubiegająca się o azyl	115
Ciąża i poród	117
Antykoncepcja i planowanie rodziny	120
Konflikt w ciąży i aborcja	121
Zdrowie dzieci	122
Trauma i zdrowie psychiczne	124
Niepełnosprawność	125
Hospicjum i opieka paliatywna	125
Nagły wypadek	126
Kto może mi pomóc? Doradztwo w zakresie zdrowia i choroby	127
MiMi - Z migrantami dla migrantów (MiMi-Bayern)	128
Migrant Medicine Regensburg e.V.	129
KISS Regensburg	130
Pomoc w nagłych wypadkach	130
Policja, straż pożarna, pogotowie ratunkowe, ośrodek zatruc	130
Pogotowie medyczne, pogotowie farmaceutyczne	131
Pomoc dla kobiet i dzieci	131
Telefon zmartwień (w przypadku kryzysów psychologicznych)	132

Ważne informacje dla uchodźców wojennych z Ukrainy

Ważna informacja:

Jesteś obywatelem Ukrainy i posiadasz zezwolenie na pobyt zgodnie z § 24 AufenthG, które jest ważne co najmniej do 1 lutego 2025 r.? **Zezwolenie to jest automatycznie przedłużane do 4 marca 2026 roku.**

Oznacza to, że **Twoje zezwolenie pozostanie automatycznie ważne do 4 marca 2026 roku.** Nie otrzymasz żadnego dodatkowego powiadomienia ani nowego zezwolenia. Nie musisz umawiać się na spotkanie w urzędzie imigracyjnym. Urzędy ds. zasiłków i centra doradcze są o tym informowane.

Więcej informacji można znaleźć na [stronie internetowej](#) i w aplikacji "Germany4Ukraine".

Wjazd

Uchodźcy z Ukrainy mogą normalnie wjechać do kraju bez wizy i swobodnie się po nim poruszać. Potrzebują jedynie paszportu biometrycznego. Jest on ważny do 90 dni.

Uchodźcy z Ukrainy nie muszą ubiegać się o azyl. Muszą ubiegać się o zezwolenie na pobyt w celu tymczasowej ochrony. Rodzina osób uprawnionych do ochrony jest również uprawniona do ochrony.

Rejestracja, zezwolenie na pobyt, zezwolenie na pracę

Znalazłeś zakwaterowanie lub mieszkanie? Zarejestruj to w **Urzędzie ds. Integracji i Migracji**.

Otrzymasz również zezwolenie na pobyt od Urzędu ds. Integracji i Migracji.

Chcesz pracować? Udaj się do Urzędu Integracji i Migracji. Możesz tam uzyskać pozwolenie na pracę.

Kontakt:

Urząd Integracji i Migracji

Wydział Spraw Cudzoziemców

[Maximilianstr. 26, 93047 Regensburg](#)

Pocztą: auslaenderangelegenheiten@regensburg.de

Godziny otwarcia:

Poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek: 08.00-10.30. Oraz po wcześniejszym umówieniu

Doradztwo, pomoc na całe życie

Potrzebujesz pomocy? Masz pytania? Poradnia dla uchodźców Ci pomoże! Na przykład przy poszukiwaniu mieszkania i w innych kwestiach.

Usługi doradcze są wymienione alfabetycznie według nazwisk:

- Od A do L: [Poradnia miasta Regensburg](#) jest do Twojej dyspozycji.
- Od M do Z: [Poradnia Johanniter](#) służy pomocą.

Wsparcie finansowe i pośrednictwo pracy

Uchodźcy z Ukrainy mają prawo do zasiłku obywatelskiego, jeśli spełniają określone wymagania. Wszystkie ważne informacje można znaleźć [tutaj](#).

Wsparcie finansowe / pomoc medyczna dla osób starszych i dzieci bez opieki

Republika Federalna Niemiec zapewnia tymczasowe zakwaterowanie w nagłych wypadkach, świadczenia na pokrycie kosztów utrzymania i opiekę medyczną. O świadczenia można ubiegać się w Urzędzie Spraw Społecznych. Wszystkie ważne informacje można znaleźć [tutaj](#).

Informacje dotyczące uczęszczania do szkoły

Ukraińskie dzieci i młodzież, które chciałyby uczęszczać do szkoły, powinny skontaktować się z [najbliższą szkołą](#) wraz z rodzicami. Dane są tam najpierw rejestrowane i przekazywane grupie sterującej. Dzieci i młodzież są następnie przydzielane do szkoły, która oferuje odpowiedni program powitalny. Dzieci i młodzież, które uciekły, są **prawnie zobowiązane do uczęszczania do szkoły po trzech miesiącach**. Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Więcej informacji i pomoc

[Regensburg pomaga - Ukraina](#)

Witamy w Niemczech i Ratyzbonie: Pierwsze informacje

Witamy w Ratyzbonie!

[Pozdrowienia od burmistrza!](#)

[W Ratyzbonie mówimy po niemiecku. I w wielu innych językach.](#)

Ratyzbona w Niemczech

Witamy w Ratyzbonie!

Ratyzbona to duże miasto liczące ponad 160 000 mieszkańców.

[W Ratyzbonie jest wiele do zobaczenia.](#)

Ratyzbona to stare miasto.

Ratyzbona ma 2000 lat.

Ratyzbona została założona przez Rzymian.

Wiele budynków z czasów średniowiecza można tu zobaczyć do dziś.

Dunaj to rzeka.

Dunaj przepływa przez miasto.

Jednym z mostów jest Kamienny Most.

Most ma 870 lat.

Ratyzbona leży w najbardziej wysuniętym na północ punkcie Dunaju.

Ratyzbona znajduje się w Bawarii, w **powiecie Górny Palatynat**.
Bawaria jest częścią Niemiec, na południu.
Górny Palatynat jest częścią Bawarii.

W Ratyzbonie mieszka wielu chrześcijan.
Muzułmanie, Żydzi, inni wierzący i osoby bezwyznaniowe również mieszkają w Ratyzbonie.
Wszyscy żyją razem w pokoju.

Regensburg ma wiele szkół.

⇒ **W Ratyzbonie znajdują się następujące szkoły.**

Regensburg ma trzy uczelnie wyższe.

W Ratyzbonie znajduje się wiele dużych firm.

Na przykład przemysł samochodowy i inne firmy.

Ratyzbona to miejsce o niewielkich odległościach.

Do celu można szybko dojechać rowerem lub **autobusem**.

Istnieje aplikacja do połączeń autobusowych w Ratyzbonie.

Latem temperatura często przekracza 30°.

Zimą temperatura spada poniżej -5°.

Regensburg kocha sport!

W Ratyzbonie można uprawiać wiele sportów.

Regensburg ma duże i małe parki.

Każdy może zrelaksować się w parku lub spotkać się z przyjaciółmi.

Regensburg ma wiele ofert kulturalnych i rozrywkowych:

Teatry, koncerty, muzea, kina ...

Mieszkańcy Ratyzbony lubią często świętować!

Jest wiele wydarzeń.

Dwa razy w roku odbywa się **Dult** (Dult = mały październikowy festiwal w Ratyzbonie).

Jest wiele centrów handlowych.

Jest też wiele sklepów w centrum starego miasta.

Ratyzbona to miasto dla rodzin. Jest tu wiele atrakcji dla dzieci:

Są tu place zabaw, centra młodzieżowe, parki sportowe, baseny, teatry kukiełkowe, kursy robótek ręcznych i rękodzieła, programy kinowe dla dzieci i wiele innych.

Ceny wstępu i posiłków w restauracjach są często tańsze dla dzieci niż dla dorosłych.

Warto wiedzieć:

Woda z kranu w Ratyzbonie jest czysta.

Woda z kranu to woda pitna.

Można pić wodę z kranu.

Słowa kluczowe: zabytki, turystyka, atrakcje, zakupy, Dunaj, kraj związkowy, Bawaria, Wolne Państwo

Ważne prawa i zasady

W Niemczech obowiązuje wiele przepisów.
Przepisy są ważne.
Przepisy są takie same dla wszystkich w Niemczech.
Przepisy zapewniają bezpieczeństwo.

W Niemczech każdy musi przestrzegać prawa.
Każdy, kto nie przestrzega prawa, zostanie ukarany.

Podstawą wszystkich przepisów w Niemczech jest [Ustawa Zasadnicza](#) (= konstytucja).

Ważne informacje można znaleźć tutaj:

[Informacje dla osób ubiegających się o azyl na temat niemieckiego prawa](#) (również w języku angielskim/arabskim), na przykład na temat

- Prawo cywilne
- Prawo karne
- Małżeństwo, rodzina, wychowywanie dzieci
- Równy status kobiet i mężczyzn

[Informacje Federalnego Ministerstwa Sprawiedliwości w prostym języku.](#)

Mężczyźni i kobiety są równi w Niemczech.
Równość = nikt nie ma więcej lub mniej praw.

Słowa kluczowe: prawo, sprawiedliwość, zasady, równość, prawa

Wspólne życie w Niemczech

Komunikacja i relacje

Komunikacja

W Niemczech poznasz wielu nowych ludzi.
Rozejrzyj się wokół siebie.
Obserwuj: Jak ludzie ze sobą rozmawiają?

Powitanie

Powitanie: Dwie osoby podają sobie ręce.
Kontakt wzrokowy jest bardzo ważny!
Kontakt wzrokowy jest oznaką szacunku i bezpieczeństwa.
Ludzie Cię szanują. Ty szanujesz innych ludzi.

"Ty"

Ludzie często zwracają się do Ciebie per "Ty".
Dlaczego? Nie znają cię.
"Ona" jest uprzejma. Zawsze z nieznanymi.

Na przykład: lekarz, nauczyciel, w urzędzie...

Relacje między ludźmi

Mężczyzna i kobieta

Mężczyźni i kobiety są równi w Niemczech.

Równi = nikt nie jest lepszy ani gorszy.

Mężczyźni i kobiety mają takie same prawa w Niemczech.

Przykład: Kobiety i mężczyźni mogą pracować we wszystkich zawodach.

Jestem indywidualnością

Wszyscy ludzie są różni.

Wszyscy ludzie w Niemczech decydują indywidualnie:

Jak chcę żyć.

Co jem.

W co się ubieram.

Czym się zajmuję.

Kogo kocham.

W co wierzę.

Wszyscy ludzie w Niemczech mogą się różnić.

Szanujemy wszystkich ludzi.

Związki i rodzina

Każdy mężczyzna sam szuka swojej partnerki.

Każda kobieta sama szuka swojego partnera.

Ludzie mówią o swoich partnerach, gdy **nie są** małżeństwem:

"To jest moja dziewczyna".

"To jest mój chłopak".

Partnerzy decydują wspólnie: Czy chcemy się pobrać, czy nie?

Nie mogę poślubić dwóch osób.

Poligamia = małżeństwa poligamiczne są w Niemczech zabronione.

Kobiety i mężczyźni mogą swobodnie żyć swoją seksualnością.

Kobiety i mężczyźni powinni szanować życzenia swoich partnerów.

Należy szanować innych ludzi.

Niemcy są **krajem tolerancyjnym seksualnie**.

Mężczyzna i kobieta mogą się kochać.

Mężczyzna może kochać mężczyznę.

Kobieta może kochać kobietę.

Mężczyzna lub kobieta mogą również być sami.

Ludzie nie muszą brać ślubu.

To, jak żyjesz, jest twoją własną decyzją.

Seks w miejscu publicznym jest przestępstwem!

Seks z osobami poniżej 18 roku życia jest przestępstwem!

Seks bez zgody kobiety lub mężczyzny jest zawsze gwałtem.

Gwałt jest przestępstwem!

Słowa kluczowe: związki, uprzejmość, równość, indywidualność, partnerstwo, para, seksualność, konsensus

Daty, władze, dokumenty

Spotkania

W Niemczech masz wiele spotkań. (u lekarza, w urzędzie imigracyjnym)
Spotkanie to ważne spotkanie.
W określonym czasie i miejscu.

Przykład: spotkanie jest o 12:00.

Wszyscy przychodzą dokładnie o 12:00. 12:15 to za późno.
Jeśli ktoś przychodzi o 12:15, mówi "przepraszam".

Przykład: Twój znajomy nie może przyjść na spotkanie.

Twój znajomy informuje Cię z wyprzedzeniem: "Nie przyjdę".
Zostało wyznaczone nowe spotkanie.

Władze

Organ = urząd (urząd imigracyjny, urząd opieki społecznej, urząd ds. młodzieży itp.)

Ważne:

Kiedy urząd jest otwarty? Sprawdź godziny otwarcia.

Godziny otwarcia = Możesz przyjść.

Przynieś ze sobą dokumenty:

Na przykład: paszport, dowód przybycia, certyfikat fikcji, zezwolenie na pobyt (EAT)....

Dokumenty

Przykład: pisma, formularze, umowy...

Dokumenty są ważne w Niemczech.

W Niemczech otrzymasz wiele nowych dokumentów.

W listach, u lekarza, w urzędach...

Często trzeba podpisywać dokumenty:

U lekarza: informacje, wyjaśnienia

W urzędzie: formularz, oświadczenie

Mieszkanie i telefon komórkowy: umowa

Zawsze uważnie czytaj dokumenty!

Nie rozumiesz dokumentu? [Masz pytania?](#)

Podpisujesz umowę.

Musisz wywiązać się z umowy.

Twój podpis = zobowiązanie.

Pisma, dokumenty i umowy są ważne! Nie wyrzucaj ich.

Słowa kluczowe: biurokracja, spotkania, dokumenty, poczta, urzędy, punktualność

O aplikacji Regensburg Integreat

Witamy w Ratyzbonie!

Aplikacja Integreat pomaga w życiu w Ratyzbonie.

Aplikacja jest w uproszczonym języku.

Aplikacja jest zawsze skierowana do kobiet i mężczyzn.

Aplikacja jest również dostępna w języku **angielskim, arabskim, francuskim, rosyjskim, serbskim, hiszpańskim i innych językach.**

Aplikacja zawiera informacje na wiele tematów:

Zdrowie, rodzina, nauka niemieckiego, szkoła, praca ,czas wolny ,mieszkanie, azyl...

Aplikacja pomaga znaleźć odpowiednią **osobę kontaktową.**

Aplikacja stara się zapewnić wszystkie ważne informacje i adresy.

Jednak wiele tematów zmienia się przez cały czas.

Aplikacja stara się aktualizować wszystkie informacje.

Sprawdzaj aplikację raz za razem!

Z aplikacji można korzystać w trybie offline.

Aplikacja aktualizuje się automatycznie w trybie online.

Wskazówka:

Aplikacja jest pomocna.

Aplikacja Integreat Regensburg nie zastępuje doradztwa!

Wiele osób i instytucji współpracuje przy tworzeniu aplikacji:

Integreat, Miasto Regensburg, CampusASYL, Caritas, KJF, Jugend-Werkstatt, wielu organizatorów kursów językowych....

Masz jakieś pytania? Masz coś do powiedzenia zespołowi App Team Regensburg?

Napisz e-mail lub zadzwoń:

Miasto Regensburg

[Urząd ds. integracji i migracji](#)

E-mail: aim@regensburg.de

Telefon: [0941 507 - 3772](tel:09415073772)

App Team Regensburg życzy powodzenia w integracji w Regensburgu!

Słowa kluczowe: Kontakt, Opinie, Pytania, Sugestie, Krytyka

Azyl

Wniosek o azyl

Jak przebiega procedura azylowa?

Procedura azylowa w Niemczech jest skomplikowana.

O przyznaniu azylu decyduje [Federalny Urząd ds. Migracji i Uchodźców \(=BAMF\).](#)

[Film](#) wyjaśnia procedurę azylową:

(Języki: niemiecki, angielski, albański, arabski, francuski, perski)

Ten [film](#) z Bawarskiej Rady ds. Uchodźców zawiera więcej informacji:

(Języki: niemiecki, angielski, arabski, perski, francuski, rosyjski, hiszpański, turecki).

[Broszura](#) wyjaśnia prawa i obowiązki w procedurze azylowej:

(Języki: niemiecki, angielski, arabski, albański, perski, francuski)

Jak uzyskać azyl?

- Właśnie przybyłeś do Niemiec.

Musisz zarejestrować się w agencji rządowej, na przykład na policji, w urzędzie imigracyjnym, ośrodku recepcyjnym, ośrodku AnkER.

Możesz zarejestrować się na granicy lub w innym miejscu.

- Zostaniesz teraz **zarejestrowany**.

Twoje dane osobowe zostaną zapisane.

Na przykład: Imię i nazwisko, wiek, język, kraj pochodzenia.

Wszystko zostanie zapisane.

Zostaniesz sfotografowany i pobierzemy od Ciebie odciski palców.

==> Zarejestruj się tylko raz!

==> Otrzymasz dowód przybycia .

Dowód przybycia jest bardzo ważny! Dowodzi, że jesteś uprawniony do pobytu w Niemczech.

Przechowuj go w bezpiecznym miejscu!

- Teraz udasz się do **ośrodka AnkER** lub innego **ośrodka przyjmującego**.

Tutaj będziesz mieszkać z innymi osobami ubiegającymi się o azyl.

Otrzymasz pieniądze na jedzenie, środki higieniczne i inne artykuły pierwszej potrzeby.

Tutaj otrzymasz pomoc w przypadku choroby.

- Być może będziesz musiał przenieść się do innego kraju związkowego.

Ubieganie się o azyl

Just say it: Ważne informacje [dotyczące ubiegania się o azyl](#).

Just say it: Ważne informacje [o dacie przesłuchania](#).

- **Wniosek** o azyl składa się w AnkER Centre lub Arrival Centre.
Zostaniesz poinformowany, kiedy możesz złożyć wniosek o azyl.
Wniosek o azyl składasz osobiście.
Pomoże Ci w tym tłumacz.
- Teraz musisz poczekać na **osobistą rozmowę w BAMF**.
To najważniejsze spotkanie!
Rozmowa jest rodzajem przesłuchania.
Pomoże Ci w niej tłumacz.
Tutaj wyjaśnisz, dlaczego przyjechałeś do Niemiec.
Możesz przynieść ze sobą dowody.
Pokazują one, dlaczego uciekłeś do Niemiec.
Na przykład: zdjęcia, listy, dokumenty.
Zastanów się dokładnie nad tym, co mówisz.

Możesz wcześniej zasięgnąć porady .
Zajrzyj do sekcji "[Doradztwo i pomoc](#)".

[Ważne informacje](#) dotyczące przesłuchania

(Języki: niemiecki, angielski, albański, amharski, arabski, perski, francuski, kurdyjsko-kurmandzi, macedoński, paszto, rosyjski, serbski, somalijski, tigrinia, turecki, urdu).

Twój wniosek o azyl zostanie rozpatrzony

Po rozmowie będziesz musiał poczekać.

BAMF rozpatrzy Twój wniosek o azyl.

Może to zająć trochę czasu.

Następnie otrzymasz **list od BAMF**.

Czy możesz pozostać w Niemczech?

=> **Tak!**

Twój wniosek o azyl zostanie rozpatrzony pozytywnie.

Otrzymasz **pozytywną decyzję**.

Otrzymasz jedno z czterech zezwoleń na ochronę.

Są to: **Prawo do azylu**, **ochrona uchodźcy**, **ochrona uzupełniająca**, **zakaz deportacji**.

=> **Nie!**

Twój wniosek o azyl został odrzucony.

Otrzymasz **negatywną decyzję i groźbę deportacji**.

[Co możesz zrobić, jeśli odpowiedź brzmi "nie"?](#)

To trudne.

Masz bardzo mało czasu!

Dlatego szukaj pomocy!

Kto może Ci pomóc? Prawnik: Zaprawnika trzeba zapłacić.

Pracownik socjalny: Zadaniem pracownika socjalnego jest udzielenie ci pomocy.

Nie musisz płacić żadnych pieniędzy. [Zobacz "Doradztwo i pomoc"](#). **Wolontariusze:**

Są to osoby, które pomagają dobrowolnie. Nie musisz płacić żadnych pieniędzy.

Spójrz [na "Doradztwo i pomoc"](#).

Co jeszcze możesz zrobić? Możesz dobrowolnie opuścić Niemcy.

Oznacza to, że wracasz do kraju pochodzenia bez przymusu.

Czasami za taki wyjazd otrzymuje się pieniądze.

Istnieją różne oferty.

Wyszukaj swój kraj [tutaj](#) i dowiedz się więcej.

Co się stanie, jeśli nie wyjedziesz? Nie masz już pozwolenia na pobyt w Niemczech. W związku z tym możesz zostać **deportowany**. Oznacza to, że urząd imigracyjny i policja zmuszą Cię do opuszczenia kraju. Odbiorą Cię z miejsca zakwaterowania, a następnie zawiozą prosto **na lotnisko**, skąd będziesz musiał odlecieć do kraju pochodzenia.

Czasami policja zabiera Cię również do **ośrodka deportacyjnego**. Musisz czekać w specjalnym **więzieniu**, aż zostaniesz przewieziony do kraju pochodzenia.

Deportacja nie zawsze jest możliwa.

Na przykład:

Jeśli nie możesz zostać deportowany do kraju pochodzenia, ponieważ toczy się tam wojna. Jeśli kraj pochodzenia nie chce Cię przyjąć. Jeśli nie masz paszportu kraju pochodzenia. Jeśli jesteś bardzo chory. => Jeśli nie możesz zostać deportowany z ważnych powodów, otrzymasz **pobyt tolerowany**.

Oznacza to, że możesz pozostać w Niemczech przez określony czas.

=> Tutaj znajdziesz [więcej informacji](#) na temat pobytu tolerowanego.

Więcej informacji na temat wniosku o azyl:

[Aplikacja "Ankommen"](#) informuje również o azylu.

(Języki: niemiecki, angielski, arabski, francuski, perski)

Słowa kluczowe : wniosek o azyl, **dowód przybycia, przesłuchanie, deportacja, zakaz deportacji, zatrzymanie w oczekiwaniu na deportację, zezwolenie na pobyt, obowiązek opuszczenia kraju, dobrowolny wyjazd, negatywna decyzja w sprawie azylu, negatywna decyzja w sprawie azylu, prawo do pobytu, tolerowanie, uchodźca, ochrona uchodźców, uznanie za uchodźcę, przesłuchanie, rejestracja ,ochrona uzupełniająca**

Obiekt ANKER Regensburg

Co to jest obiekt AnKER?

AnKER jest skrótem. Oznacza on **przybycie, decyzję i repatriację**.

AnKER to domy, w których początkowo mieszkają osoby ubiegające się o azyl.

Wiele ważnych organizacji znajduje się bezpośrednio na miejscu. Na przykład Federalny Urząd ds. Migracji i Uchodźców (BAMF), poradnia dla uchodźców i integracji lub urząd opieki społecznej.

AnKER w Regensburgu jest prowadzony przez [rząd Górnego Palatynatu](#) .

Słowa kluczowe: wstępne przyjęcie, tranzyt, ośrodek kotwiczący, azyl

Doradztwo w zakresie procedury azyłowej w AnKER (AVB)

Dla kogo przeznaczone jest doradztwo w zakresie procedury azyłowej?



[Obiekt ANKER Regensburg](#)



[Obiekt ANKER Regensburg.](#)

Na czym polega doradztwo w zakresie procedury azylowej? Doradcy wyjaśniają procedurę azylową w Niemczech.
Pomagają przygotować się do rozmowy w sprawie azylu.

To ważne:

- Możesz zwrócić się do doradców ze swoimi pytaniami.
- To, co powiesz tutaj, pozostaje prywatne.
- Doradztwo jest bezpłatne.

Pracownicy Caritas i Johanniter są do Twojej dyspozycji:

Poniedziałek, czwartek i piątek: od 9:00 do 12:00

Poniedziałek, wtorek i środa: od 14:00 do 16:00

Możesz zarejestrować się na wizytę w poradni procedury azylowej: w [poradni dla uchodźców i integracji w AnKER](#).

Słowa kluczowe: azyl, procedura, doradztwo, AVB, ANKER, przesłuchanie, wywiad

Oferty w obiekcie AnKER

Co oferuje placówka AnKER przy Bajuwarenstraße 1a?

Campus-Asylum oferuje

Sport i gry dla dzieci

Taniec dla dzieci

Warsztat rowerowy (= naprawiasz swój rower)

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Program Caritas

Dla dzieci w wieku od 3 do 5 lat Rano: od poniedziałku do czwartku od 9 do 11 rano.

Co: Zabawa, rozmowa, rękodzieło

Dla dzieci w wieku od 6 do 7 lat

Popołudnia: od poniedziałku do czwartku od 1 do 3 po południu

Co: Przygotowanie do szkoły

Kontakt: Budynek gospodarczy, parter, fioletowe wejście

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

Email: p.kampermann@caritas-regensburg.de

Oferta Ekumeniczna grupa pomocy

Komora na ubrania: Tutaj możesz dostać ubrania.

Ubrania nic nie kosztują.

Kiedy jest otwarta? Zapytaj pracowników **AnKER**.

Ile odzieży można zabrać?

Zapytaj personel w komorze odzieżowej.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Co jest dostępne w oddziale AnKER przy Zeiðstr. 1?

Oferta azylu na terenie kampusu

Izba odzieżowa:

Można tu otrzymać ubrania.

Ubrania nie kosztują żadnych pieniędzy.

Ubrania można odbierać raz w miesiącu.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Co oferuje oddział AnKER przy Zeiðstr. 9?

Oferta Campus-Asylum

Spotkanie w wieży:

Spotykamy się, aby pić herbatę, rozmawiać, śpiewać, tworzyć muzykę i grać w gry.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Mieszkam we wspólnym mieszkaniu (GU)

Nauka niemieckiego we wspólnym zakwaterowaniu

Chcesz nauczyć się niemieckiego?

Ubiegasz się o azyl w Niemczech?

Masz wiele możliwości. Sprawdź [język, szkołę, studia](#).

Ucz się niemieckiego w centrum wspólnego zakwaterowania:

[Mentorzy językowi](#)

Przyjeżdża do Ciebie osoba z Regensburga.

Osoba ta uczy się i mówi z Tobą po niemiecku.

Zapytaj doradców społecznych ds. azylu w mieście Regensburg:

Urząd ds. Integracji i Migracji, [Wydział Poradnictwa dla Uchodźców i Integracji oraz Wolontariatu Społecznego](#).

Numer telefonu to [0941 507-7772](tel:09415077772)

Można tam dzwonić:

Poniedziałek: 08:30-12:00

Wtorek: 08:30-12:00

Środa: 08:30-12:00

Czwartek: 08:30-12:00 i 15:30-17:30

Piątek: 08:30-12:00

Grupy wsparcia

W niektórych ośrodkach wspólnego zakwaterowania istnieją grupy wsparcia dla mieszkańców. Helferkreis = grupa ludzi. Osoby te pomagają dobrowolnie. Nie są ekspertami.

Opiekun w ośrodku wspólnego zakwaterowania powie Ci:

Gdzie można znaleźć grupę pomocy.

Biuro pomocy społecznej: pieniądze i świadczenia

Urząd opieki społecznej

Pieniądze i zasiłki (= rzeczy potrzebne do życia) można uzyskać w urzędzie opieki społecznej. Idziesz do biura pomocy społecznej.

Składasz wniosek o zasiłek i pieniądze w urzędzie opieki społecznej.

Urząd opieki społecznej poinformuje Cię, czy otrzymasz pieniądze i zasiłki, czy nie.

Jakie dokumenty muszę ze sobą zabrać?

- Dowód tożsamości, potwierdzenie przybycia, zezwolenie na pobyt lub zezwolenie na pobyt tolerowany
- Jeśli mieszkasz w ośrodku AnkER: dowód osobisty
- Jeśli posiadasz: Umowa najmu
- Jeśli posiadasz: Wyciągi bankowe z ostatnich 3 miesięcy
==> WAŻNE: Zachowaj wszystkie wyciągi bankowe!
- Jeśli potrzebujesz: przyjaciela mówiącego po niemiecku lub angielsku

Jesteś w biurze pomocy społecznej

W urzędzie opieki społecznej zostanie Ci przydzielony doradca.

Otrzymasz list od doradcy.

W liście będzie napisane:

- Imię i nazwisko doradcy.
- Numer telefonu doradcy.
- Termin spotkania z doradcą.
- Termin spotkania jest podany w liście.

WAŻNE: Należy uważnie czytać wszystkie pisma z urzędu pomocy społecznej!

Ważne: Zasady obowiązujące w urzędzie opieki społecznej

W urzędzie pomocy społecznej należy podać informacje o sobie.
Na przykład:

- Małżeństwo
- Separacja z małżonkiem
- Narodziny dzieci
- Śmierć członka rodziny
- Przeprowadzka do innego mieszkania lub zakwaterowania
- Rozpoczęcie praktyki zawodowej
- Rozpoczęcie pracy
- Pobyt w szpitalu
- Otrzymujesz pieniądze od przyjaciół
- Posiadasz konto bankowe
==> **Nie jesteś pewien, co powiedzieć?**
==> **Zapytaj swojego doradcę!**

Co otrzymam z urzędu opieki społecznej?

Mieszkasz w centrum AnKER w Regensburgu:

Otrzymasz **świadczenia rzecz** owe (= rzeczy, których potrzebujesz):

Żywność

Artykuły gospodarstwa domowego

Artykuły higieniczne (np. szampon, pasta do zębów lub tampony)

Bony na odzież

Bilety na autobus

Urząd opieki społecznej opłaca również zakwaterowanie i ogrzewanie.

Otrzymujesz pieniądze

na zdrowie (np. na leki)

na czas wolny (= kieszonkowe)

Mieszkasz we wspólnym mieszkaniu (GU):

Otrzymujesz **świadczenia rzecz** owe (= rzeczy, których potrzebujesz):

Rzeczy dla gospodarstwa domowego

Urząd opieki społecznej płaci również za mieszkanie i ogrzewanie.

Otrzymujesz pieniądze: na jedzenie

na ubrania

na artykuły higieniczne (np. szampon, pastę do zębów lub tampony)

na zdrowie (na przykład na leki)

na czas wolny (= kieszonkowe)

==> WAŻNE: Potrzebujesz konta bankowego!

Zobacz także "Azyl"

=> "Po uznaniu za uchodźcę"

=> "Potrzebujesz konta bankowego **na pieniądze**"

Czy jesteś w ciąży? Masz dziecko?

Możesz ubiegać się o więcej pieniędzy i zasiłków.
Zapytaj doradcę w biurze pomocy społecznej.

Gdzie znajduje się urząd opieki społecznej?

Dla osób ubiegających się o azyl: Amt für Soziales (= Sozial-Amt)

[Bajuwarenstr. 1 A](#)

93053 Regensburg

Godziny otwarcia:

Od poniedziałku do piątku: od 08:00 do 11:30

Możesz umówić się na spotkanie w innym terminie.

Zapytaj swojego doradcę!

Kontakt: E-mail: Sozialamt-asyl@regensburg.de

Numery telefonów dla mieszkańców placówki AnKER:

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

Numery telefonów dla rodzin o nazwach A - Ge:

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

Numery telefonów dla nazw rodzin Gf - Moh:

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

Numery telefonów dla nazwisk rodowych Moi - Z:

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

Informacje na temat urzędu opieki społecznej dla osób ubiegających się o azyl można znaleźć [tutaj](#).

Dla wszystkich innych (nie ubiegających się o azyl): Amt für Soziales (= Sozial-Amt)

[Johann-Hösl-Str. 11 A+B](#)

93053 Regensburg

Informacje o godzinach otwarcia i dane kontaktowe można znaleźć [tutaj](#).

Słowa kluczowe: urząd, świadczenia socjalne, pomoc finansowa, zezwolenie, powiadomienie, wnioski, przedłużenie, ciąża i poród, świadczenia rzeczowe, zdrowie

Karta płatnicza dla osób ubiegających się o azyl

Czym jest karta płatnicza?

Karta płatnicza przypomina kartę bankową.

Kartą płatniczą można płacić w sklepach i wypłacać gotówkę.

Świadczenia wynikające z ustawy o świadczeniach dla osób ubiegających się o azyl (AsylbLG) są przenoszone na kartę płatniczą jako saldo kredytowe.
Można wydać tylko tyle pieniędzy, ile znajduje się na karcie.

Informacje o karcie płatniczej w kilku językach można znaleźć tutaj:

<https://bezahlkarte.eu/>

Kto może otrzymać kartę płatniczą?

Wszystkie osoby w wieku 14 lat i starsze, które otrzymują świadczenia na mocy ustawy o świadczeniach dla osób ubiegających się o azyl (AsylbLG), otrzymują kartę płatniczą.

Gdzie mogę otrzymać kartę płatniczą?

Jeśli otrzymujesz świadczenia, otrzymasz list z Biura Świadczeń Socjalnych (ASL).

Będzie on zawierał wszystkie informacje i termin odbioru karty.

Ile pieniędzy mam na karcie?

Saldo można sprawdzić online na stronie

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

oraz w aplikacji karty płatniczej.

W tym celu potrzebny będzie identyfikator karty i kod PIN. Można je znaleźć w liście otrzymanym wraz z kartą płatniczą.

Czy są jakieś ograniczenia regionalne?

Kartą płatniczą można płacić tylko w autoryzowanym obszarze zamieszkania.

Obszar ten można znaleźć pod adresem

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

oraz w aplikacji karty płatniczej.

W wyjątkowych przypadkach płatność może być również dozwolona w innych lokalizacjach (na przykład, jeśli musisz odwiedzić prawnika lub urząd w innej lokalizacji).

Czy występują problemy z niektórymi transakcjami?

Tak, niektóre transakcje nie są możliwe. Na przykład, nie można używać karty płatniczej w usługach przelewów pieniężnych, takich jak Western Union lub MoneyGram.

Czy mogę wypłacić gotówkę z karty płatniczej?

Tak, z bankomatów lub przy kasie w wielu sklepach można bezpłatnie wypłacić gotówkę do kwoty 50 euro.

Każda osoba w rodzinie może wypłacić do 50 euro w gotówce. Wypłaty z bankomatów są możliwe tylko dwa razy w miesiącu. W sklepach gotówkę można wypłacać częściej.

Czy mogę przelać pieniądze za pomocą karty płatniczej?

Przelew bankowy może być autoryzowany w niektórych przypadkach.

Czy mogę płacić kartą płatniczą za pomocą polecenia zapłaty?

Tak, polecenie zapłaty jest dozwolone w niektórych przypadkach.

Dotyczy to na przykład umów na telefon komórkowy, operatorów transportu publicznego, bonów WLAN i umów na siłownię lub opłat za członkostwo w klubie sportowym.

Zgubiłem kartę płatniczą. Co muszę zrobić?

Kartę płatniczą można odzyskać online pod adresem

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

lub telefonicznie pod numerem

116116 (w języku niemieckim lub angielskim).

Gdzie mogę uzyskać pomoc?

Online pod adresem

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

a w aplikacji karty płatniczej dostępny jest czat z pomocą techniczną.

Lub telefonicznie pod numerem: [09 41 / 507 77 99](tel:09415077799)

Słowa kluczowe: karta płatnicza, gotówka, wypłata, pieniądze

Praca i szkolenie dla osób ubiegających się o azyl**Staż****Odbywanie stażu**

Podczas stażu testujesz pracę lub zawód.

Możesz odbyć kilka staży.

Uczysz się:

W czym jestem dobry? Co jest trudne.

Co jest ważne w pracy w Niemczech.

Czego oczekuje pracodawca (szef).

Czego oczekują koledzy (inni pracownicy)?

⇒ **Staż jest dobry!**

Czy możesz odbyć staż?

1. nie masz pozwolenia na pobyt (= Twoja procedura azylowa nie jest zakończona)

=> **Nie**, jeśli przebywasz w Niemczech krócej niż 4 miesiące.=> **Tak**, jeśli przebywasz w Niemczech dłużej niż 4 miesiące.

WAŻNE: Potrzebujesz **zezwolenia** (= autoryzacji) od władz imigracyjnych!

Co musisz zrobić?

- Wypełnij ten [formularz zgłoszeniowy](#).

Wniosek ten jest również ważny w przypadku stażu.

Musisz również wypełnić ten wniosek, jeśli nie otrzymujesz żadnych pieniędzy.

- Poproś o podpisanie wniosku przez pracodawcę (= szefa), u którego odbywasz staż.

- Wyślij wniosek na ten adres. Lub wrzuć wniosek do skrzynki na listy:

Urząd ds. Integracji i Migracji

Wydział Spraw Cudzoziemców

[Maximilianstr. 26](#)

93047 Regensburg

2. masz pozwolenie na pobyt (= jesteś uznanym uchodźcą)

[Zapoznaj się z sekcją "Praca w Ratyzbonie"](#).

Gdzie mogę znaleźć staż? Staże w Ratyzbonie można znaleźć [tutaj](#).

Możesz również zapytać bezpośrednio szefa.

Słowa kluczowe: szkolenie, aplikacja, rynek pracy, profil zawodowy, orientacja zawodowa, wybór kariery

Szkolenie, nauka zawodu

Program szkolenia zawodowego

Podczas praktyk zawodowych uczysz się wszystkiego o zawodzie.

Z. Np. sprzedawca, stolarz, murarz, fryzjer, ślusarz, piekarz...

- Praktyki trwają od 2 do 3,5 roku.
- Większość czasu spędza się w firmie.
- Musisz również uczęszczać do szkoły zawodowej.
- Zarabiasz pieniądze.
⇒ Nazywa się to **kształceniem dualnym**

Niektóre praktyki odbywają się w **szkole zawodowej**.

Z. Np. asystent pielęgniarstwa, pielęgniarka pediatryczna, asystent ds. żywienia i opieki...

- Takie szkolenie trwa od 1 do 3 lat.
- Większość czasu spędza się w szkole.
- Do firmy idzie się **tylko** na szkolenie praktyczne.
- **Nie** zarabia się żadnych pieniędzy.

⇒ **Praktyka zawodowa jest dobra!**

⇒ **Stajesz się specjalistą (= ekspertem) w swoim zawodzie!**

Więcej informacji: [Tutaj](#) znajdują się filmy dotyczące wielu zawodów.

WAŻNE : Potrzebujesz **zezwolenia** (= autoryzacji) od władz imigracyjnych!

Co musisz zrobić?

- Wypełnij [ten formularz zgłoszeniowy](#).
- Poproś o podpisanie wniosku przez pracodawcę (= szefa).
- Wrzuć wniosek do skrzynki na listy.

Adres:

Urząd ds. Integracji i Migracji

Departament Spraw Cudzoziemców

[Maximilianstr. 26](#)

93047 Regensburg

2 . posiadasz zezwolenie na pobyt (= jesteś uznanym uchodźcą) **WAŻNE:** Nie **potrzebujesz** zezwolenia z Urzędu Rejestracji Cudzoziemców!

Kto pomoże Ci znaleźć praktykę?

1.

P [racownicy](#) Izby Rzemieśniczej Dolnej Bawarii i Górnego Palatynatu (HWK).

Istnieje ponad [130 zawodów szkoleniowych](#) w rzemiośle.

Przegląd można znaleźć [tutaj](#).

2.

P [racownicy](#) (= doradcy szkoleniowi) Izby Przemysłowo-Handlowej Dolnej Bawarii i Górnego Palatynatu (IHK) Istnieje ponad 250 zawodów szkoleniowych w przemyśle i handlu

Przegląd można znaleźć [tutaj](#).

Kto może pomóc w przypadku problemów podczas szkolenia?

1. Pracownicy HWK i IHK (patrz wyżej)

2. Campus Asyl z projektem [tandemowym dla stażystów](#)

Napisz e-mail na adres: azubi-tandems@campus-asyl.de

Słowa kluczowe: rynek pracy, szkolenie dualne, praktyka zawodowa, szkolenie w szkole, wniosek o pozwolenie na szkolenie, kwalifikacje zawodowe, kwalifikacje, wykwalifikowany pracownik, korepetycje

Praca

Czy możesz pracować?

Przebywasz w Niemczech od 1 do 3 miesięcy.

⇒ Nie masz **jeszcze** pozwolenia na pracę.

Przebywasz w Niemczech od ponad 3 miesięcy.

Posiadasz zezwolenie na pobyt tolerowany. Twoje zezwolenie na pobyt tolerowany zawiera adnotację "**Praca zarobkowa niedozwolona**".

⇒ **Nie** możesz pracować.

Twoje zezwolenie na pobyt lub zezwolenie na pobyt tolerowany stwierdza:

"Zatrudnienie tylko po uzyskaniu zezwolenia władz imigracyjnych"

⇒ **Możesz pracować.**

Nawet w trakcie **procedury azylowej**.

Nawet z **pozwoleniem** na pobyt tolerowany.

WAŻNE: Potrzebujesz pozwolenia na **pracę** od władz imigracyjnych!

Tak to działa:

- Znajdujesz pracę.
 - Twój szef wypełnia [wniosek](#) o zatrudnienie.
 - Twój szef podpisuje wniosek.
 - Wysyłasz wypełniony wniosek do Urzędu Rejestracji Cudzoziemców.
- Wyślij **go pocztą elektroniczną na adres:** aaa@regensburg.de

Lub wyślij list na adres:

Urząd ds. Integracji i Migracji

Wydział Spraw Cudzoziemców

[Maximilianstraße 26](#)

93047 Regensburg

- Urząd Imigracyjny sprawdzi Twój wniosek i powie:

⇒ **Tak**, możesz pracować ⇒ Otrzymasz pozwolenie na pracę.

⇒ **Nie**, nie możesz pracować.

Jesteś pracownikiem wykwalifikowanym

W tym przypadku obowiązują inne zasady.

Zapytaj [agencję pracy](#) w Regensburgu.

Słowa kluczowe: praca zarobkowa, rynek pracy, praca, pozwolenie na pracę, pozwolenie na pracę, pozwolenie na pobyt, poszukiwanie pracy, przepisy dotyczące pracy

Po uznaniu za uchodźcę

Udajesz się do urzędu imigracyjnego po nowe dokumenty

Gdzie?

Urząd ds. Integracji i Migracji

[Departament Spraw Cudzoziemców](#)

[Maximilianstraße 26](#)

93047 Regensburg

Kiedy?

Poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek: od 08:00 do 10:30.

WAŻNE: W tym czasie można przyjść **bez wcześniej** szego umówienia się!

WAŻNE: Można to zrobić tylko w ten sposób:

- Odebrać wypełnione elektroniczne zezwolenie na **pobyt**.
- **Zameldować** się samodzielnie. Ponieważ właśnie przeprowadziłeś się do Regensburga.
- **Wyrejestrować** się. Ponieważ wyprowadzasz się z Ratyzbony.
- Zamelduj się **ponownie**. Ponieważ przeprowadzasz się do innego mieszkania w Ratyzbonie.

Potrzebujesz czegoś jeszcze?

Masz inne pytanie?

WAŻNE: Musisz **zadzwoić, napisać e-mail** lub **list**.

WAŻNE: W razie potrzeby zostaniesz umówiony **na** spotkanie.

Pracownicy urzędu imigracyjnego umówią Cię na spotkanie.

Zadzwoń:

Dzwoni wiele osób.

Linia jest często zajęta.

Wskazówka: Należy dzwonić **przed godziną 8.00** i **po godzinie 10. 30**.

Dzwoń tylko wtedy, gdy jest to bardzo ważne!

Dzwonić tylko pod ten numer: Tel: [0941 507 - 2777](tel:09415072777)

Napisz e-mail lub list: WAŻNE: Napisz pytanie tylko raz!

Jeśli będziesz pisać często, zajmie to więcej czasu.

Pracownicy będą wtedy musieli więcej sprawdzać.

Nie dzwoń do innego urzędu.

Tylko Urząd Rejestracji Cudzoziemców jest odpowiedzialny za wszystkich cudzoziemców w Ratyzbonie.

WAŻNE: Jeśli jesteś w trakcie procedury azylowej, zapytaj swojego doradcę.

Napisz tę informację w e-mailu lub liście:

- Czego potrzebujesz?
- Twoje nazwisko i imię
- Data urodzenia
- Twój adres

Wyślij wiadomość **e-mail** na adres: aaa@regensburg.de

Wyślij list na adres:

Urząd ds. Integracji i Migracji
Departament Spraw Cudzoziemców
Maximilianstraße 26
93047 Regensburg

Wybierasz się do Urzędu Imigracyjnego: Jesteś umówiony na spotkanie w Urzędzie Imigracyjnym:

Przynieś ze sobą te dokumenty:

- Zaproszenie na spotkanie.
- Jeśli posiadasz: Paszport; tytuł pobytowy
- Decyzja o azylu (= pismo z Federalnego Urzędu ds. Migracji i Uchodźców)

Co można zrobić w Urzędzie Imigracyjnym?

Wniosek o "**zezwolenie na pobyt**" składa się w urzędzie imigracyjnym
Zezwolenie na pobyt jest bardzo ważne (= dokument).

Otrzymasz małą plastikową kartę.

Zezwolenie na pobyt potwierdza, że jesteś uprawniony do przebywania w Niemczech.

Dopóki zezwolenie na pobyt nie będzie gotowe, otrzymasz "**fikcyjne zaświadczenie**".

Bardzo ważny jest "Fiktions-Bescheinigung" (= dokument).

Będziesz potrzebować "Fiktions-Bescheinigung" w urzędzie pracy i do pracy.

Elektroniczne zezwolenie na pobyt

Twoja mała karta z pozwoleniem na pobyt działa również online.

Można jej używać do **identyfikacji online**.

Szczegółowe informacje na temat elektronicznego dokumentu pobytowego można znaleźć [tutaj](#).

Informacje są dostępne w **wielu językach**.

Słowa kluczowe: Urząd Rejestracji Cudzoziemców, Urząd Rejestracji Cudzoziemców, tytuł pobytowy, zezwolenie na pobyt, wniosek, przedłużenie, dokumenty, fikcyjne zaświadczenie, wiza, wizy

Pieniądze, pracę i kursy integracyjne można uzyskać w urzędzie pracy

Urząd pracy

W urzędzie pracy zawsze jest dwóch doradców (= osób):

- Doradca ds. "**świadczeń**" (pieniądze / zasiłek dla bezrobotnych II)
- Doradca ds. "**pośrednictwa pracy**" (praca / szkolenie i kurs języka niemieckiego)

Adres: [Urząd Pracy Miasto Regensburg](#)
[Business Park D 83](#)
93059 Regensburg

www.regensburg.de/jobcenter

Godziny otwarcia:

Poniedziałek, wtorek, środa, piątek: 08:00 do 12:00

Czwartek tylko jeśli pracujesz: od 13:00 do 17:30

Można dzwonić w godzinach otwarcia.

1. zasiłki: Pieniądze z urzędu pracy

Co należy zrobić?

Zadzwoń do urzędu pracy.

Telefon: [0941 640900](tel:0941640900), a następnie wybierz 2.

Umów się na spotkanie w sprawie "**Wniosku o zasiłek**" (= zasiłek dla bezrobotnych II).

Do złożenia wniosku o zasiłek dla bezrobotnych II potrzebne są następujące dokumenty

- Paszport
- Zawiadomienie o uznaniu przez BAMF (Federalny Urząd ds. Migracji i Uchodźców)
- Certyfikat fikcji (= zielony dokument od urzędu ds. cudzoziemców)
- Zaświadczenie o członkostwie w ubezpieczeniu zdrowotnym (= pismo z zakładu ubezpieczeń zdrowotnych)
- Konto bankowe: Wyciąg bankowy, karta konta
- Umowa najmu lub dowód opłacenia czynszu

W urzędzie pracy:- Udaj się na spotkanie z dokumentami.

- Powiedz ochronie:
"Jestem umówiony na spotkanie z panią lub panem ...".
- Z doradcą składasz **wniosek** o zasiłek dla bezrobotnych II.
- W domu otrzymasz list **zatwierdzający** (=list z urzędu pracy).
- Pismo określa, ile pieniędzy otrzymasz.
- Pismo określa, jak długo będziesz otrzymywać pieniądze.

2. staż: pomoc w znalezieniu pracy, szkolenie i kurs języka niemieckiego

- Zostaniesz umówiony na drugą wizytę w urzędzie pracy.
- Pismo poinformuje Cię, kiedy musisz udać się do urzędu pracy.
- Lub: Pismo poinformuje Cię, kiedy Urząd Pracy do Ciebie zadzwoni.
- Drugie spotkanie dotyczy pracy, szkolenia i kursu językowego/kursu integracyjnego.

WAŻNE! Zostaniesz zaproszony do urzędu pracy.

=> Musisz stawić się na spotkanie!

=> Jeśli nie pójdziesz, otrzymasz mniej pieniędzy.

Na spotkanie potrzebne są następujące dokumenty:- Pismo z urzędu pracy z informacją o spotkaniu

- Paszport
- Fikcyjne zaświadczenie (= zielony dokument z urzędu ds. cudzoziemców)

W urzędzie pracy:

- Udaj się na spotkanie z dokumentami.
- Powiedz ochronie:
"Jestem umówiony na spotkanie z panią lub panem ...".
- Doradca informuje, czy możesz pracować.
- Doradca informuje, czy możesz wziąć udział w kursie języka niemieckiego.

Zasady obowiązujące w urzędzie pracy

Co musisz natychmiast powiedzieć urzędowi pracy? - Masz pracę lub szkolenie.

- Znalazłeś inne mieszkanie i chcesz się przeprowadzić.

WAŻNE! Czynsz musi być zatwierdzony przez urząd pracy!

Otrzymujesz zasiłek dla bezrobotnych II:

- Otrzymujesz pieniądze z urzędu pracy tylko przez określony czas.
- Miesiąc przed końcem tego okresu otrzymasz list.
- W liście jest napisane: Musisz złożyć nowy "Wniosek o zasiłek".
- Dokumenty do "Wniosku o zasiłek" znajdują się w liście.
- Wypełniasz dokumenty.
- Dokumenty z podpisem należy wysłać pocztą do urzędu pracy.
- Następnie otrzymasz kolejny list (= zawiadomienie o zatwierdzeniu).
- List ten informuje, do kiedy otrzymasz pieniądze.

Na spotkanie w urzędzie pracy zawsze potrzebne są: - pismo z urzędu pracy

- paszport

Słowa kluczowe: urząd, świadczenia socjalne, pomoc finansowa, zatwierdzenie, powiadomienie, wniosek, przedłużenie, kurs językowy, pośrednictwo pracy, rynek pracy, szkolenie, doradztwo, Hartz IV, Hartz 4, ALGII, ALG2

Potrzebujesz konta bankowego na pieniądze

Co to jest konto bankowe?

Tutaj można wypłacać pieniądze.

Możesz przelewać pieniądze (= wysyłać pieniądze do innych osób).

Otrzymujesz kartę EC (EC = elektroniczna gotówka).

Kartą EC można płacić w sklepach.

Możesz założyć konto bankowe w banku lub kasie oszczędnościowej.

Możesz samodzielnie wybrać bank lub kasę oszczędnościową.

Wiele [banków](#) i [kas](#) oszczędnościowych w Ratyzbonie można znaleźć tutaj.

Dlaczego potrzebuję konta bankowego?

Czy otrzymujesz pieniądze z pracy?

Czy otrzymujesz pieniądze z biura?

Czy musisz płacić czynsz?

Musisz zapłacić rachunek za telefon?

⇒Potrzebujesz konta bankowego.

Jak założyć konto bankowe?

Idź do swojego banku lub kasy oszczędnościowej.

Powiedz: "Chciałbym otworzyć konto".

Wiele osób w Niemczech posiada Bürger-Konto lub Guthaben-Konto.

Nie można zaciągać długów za pomocą konta obywatelskiego lub konta kredytowego.

Istnieją również inne konta.

Zapytaj w swoim banku.
Możesz tam pójść bez umawiania się na wizytę.

Jeśli potrzebujesz:

Weź ze sobą znajomego, który mówi po niemiecku lub angielsku.

Jakie dokumenty należy zabrać ze sobą?

- Paszport lub dowód osobisty
- Dowód przybycia lub zezwolenie na pobyt lub tolerancję.

Warto wiedzieć:

Istnieje **konto bankowe dla małżonków/partnerów**:

Masz męża lub żonę?

Możesz dzielić konto bankowe z mężem lub żoną.

Ważne:

Musisz uiszczać opłatę za prowadzenie konta:

Przekazujesz bankowi pieniądze za prowadzenie konta.

Zapytaj w banku, ile musisz zapłacić.

Musisz otrzymywać wyciągi z konta.

Musisz przechowywać wyciągi z konta.

Zapytaj o to swój bank lub kasę oszczędnościową!

Bank napisze do Ciebie listy.

Listy są bardzo ważne.

Musisz otworzyć wszystkie listy.

Nie rozumiesz listy?

Zapytaj swój bank lub kasę oszczędnościową!

Słowa kluczowe: finanse, gotówka, przelew bankowy, konto bieżące, konto oszczędnościowe, bankowość, Maestrocad, karta kredytowa

Potrzebujesz ubezpieczenia zdrowotnego

Czym jest ustawowe ubezpieczenie zdrowotne?

Sprawdź tutaj w aplikacji: [System opieki zdrowotnej w Niemczech](#).

Istnieje wiele kas chorych.

Kasy chorych oferują ubezpieczenie zdrowotne i kartę.

Karta to "elektroniczna karta zdrowia".

Karta jest potrzebna podczas wizyty u lekarza lub w szpitalu.

Jak znaleźć firmę ubezpieczeniową?

Wyszukaj w Internecie firmy oferujące ubezpieczenia zdrowotne. Istnieje lista wszystkich kas chorych w Bawarii: [Ustawowe kasy chorych w Bawarii](#)

Tutaj możesz również sprawdzić, które kasy chorych są dostępne w Ratyzbonie.

Wybierz kasę chorych.

Sprawdź, kiedy dana kasa chorych jest otwarta.

Najlepiej umówić się na spotkanie.

WAŻNE: Kasa chorych potrzebuje Twoich dokumentów! Przynieś je na spotkanie:

- zaświadczenie o uznaniu przez BAMF (Federalny Urząd ds. Migracji i Uchodźców)
- "Fiktions-Bescheinigung" lub elektroniczny tytuł pobytu (karta)

Słowa kluczowe: ubezpieczenie zdrowotne, ubezpieczenie zdrowotne, karta ubezpieczeniowa, leczenie, płatnik, leki, system opieki zdrowotnej, lekarz, szpital

Potrzebujesz płaskiej powierzchni

Kiedy możesz wprowadzić się do własnego mieszkania?

Jesteś uznanym uchodźcą.

Masz pismo z BAMF: "Decyzja o uznaniu".

Osoby z ośrodka **wspólnego zakwaterowania** (GU) lub ośrodka recepcyjnego mówią:

Możesz się wyprowadzić.

Możesz płacić czynsz (= pieniądze) za mieszkanie.

**Mogę się wyprowadzić. Ale nie mam pieniędzy na czynsz.
Kto może mi pomóc?**

Urząd pracy może dać ci pieniądze na czynsz:

Najpierw musisz udać się do urzędu pracy.

Później podpisujesz umowę najmu.

Urząd Pracy sprawdzi: Czy mieszkanie nie jest za duże lub za małe.

Urząd Pracy poinformuje Cię, czy otrzymasz pieniądze na mieszkanie, czy nie.

Następnie możesz podpisać umowę najmu i przeprowadzić się.

Mam mieszkanie: co muszę teraz zrobić?

Musisz natychmiast umieścić swoje nazwisko na skrzynce na listy w nowym mieszkaniu.

Będziesz otrzymywać ważne listy z urzędu pracy.

Jak szukać mieszkania?

Szukaj w sekcji "[Mieszkalnictwo](#)".

Słowa kluczowe: zakwaterowanie, poszukiwanie mieszkania, ogłoszenia o mieszkaniach, umowa najmu, dopłata do czynszu, dopłata do czynszu, mieszkania socjalne

Doradztwo i pomoc

Poradnictwo dla uchodźców i integracyjne

Czym jest doradztwo dla uchodźców i doradztwo integracyjne?

Dla kogo przeznaczone jest doradztwo?

- Wszyscy nowi migranci w ciągu pierwszych trzech lat pobytu w Niemczech
- Mieszkańcy miejsc zakwaterowania

Czym zajmuje się doradztwo?

Pomoc i doradztwo w następujących kwestiach

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

Doradztwo jest **bezpłatne**.

Słowa kluczowe: azyl, doradztwo, wsparcie, życie codzienne, integracja, sprawy społeczne, Caritas

Poradnictwo dla uchodźców i integracji w mieście Regensburg

Dla kogo przeznaczone jest doradztwo dla uchodźców i integracji w mieście Regensburg?

- Przyjechałeś z zagranicy.
- Mieszkasz teraz w Ratyzbonie.
- Mieszkasz w ośrodku wspólnego zakwaterowania (GU) w Ratyzbonie.

Gdzie?

- Jesteś nowym imigrantem **mieszkającym w Ratyzbonie**?
Udaj się do [Maximilianstr. 26](#) lub do [centrum młodzieżowo-rodzinnego Kontrast przy Vilshofener Str. 14](#) lub do centrum młodzieżowo-spotkaniowego [przy Guerickestraße 79d](#).
- Mieszkasz w **GU Dieselstr.** lub **GU Weinweg**?
Możesz udać się tam bezpośrednio po poradę.
- Mieszkasz w **GU Grunewaldstr.**?
Udaj się do centrum młodzieżowego i spotkań [przy Guerickestraße 79d](#).
- Mieszkasz przy **Plattlinger Str.** lub **Alte Straubinger Str.**?
Udaj się do [centrum młodzieżowo-rodzinnego Kontrast przy Vilshofener Str. 14](#).
- Mieszkasz w **kompleksie mieszkaniowym Benzstr.** lub w **okolicy**?
Udaj się na [Benzstr. 44](#).

Kiedy?

Oferujemy porady w następujących godzinach. Prosimy o wcześniejsze umówienie się na spotkanie:

Od poniedziałku do środy: od 08:30 do 12:00

Czwartek: od 08:30 do 13:00 i od 15:00 do 17:30

Piątek: od 08:30 do 12:00

Kontakt:

Urząd ds. Integracji i Migracji

[Departament ds. Uchodźców i Doradztwa Integracyjnego oraz Wolontariatu Społecznego Maximilianstraße 26](#)

93047 Regensburg

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

E-mail: aim7712@regensburg.de

Internet: www.regensburg.de/FIB

Poradnictwo dla uchodźców i poradnictwo integracyjne CVJM

Dla kogo przeznaczone jest doradztwo YMCA w zakresie uchodźców i integracji?

- Mieszkasz w **zachodnim okręgu Ratyzbony** (Sinzing, Lappersdorf, Nittendorf, Beratzhausen, Hemau...).
- Posiadasz dowód przybycia, zezwolenie na pobyt, tolerancję lub nie posiadasz dowodu tożsamości.
- Jesteś uprawniony do ochrony i zostałeś uznany.

Kiedy i gdzie?

Centrum wspólnego zakwaterowania Hemau

[Dietfurterstraße 51, 93155 Hemau](#)

Poniedziałek - wtorek - czwartek
otwarte godziny konsultacji od 8:00 do 17:00

Biuro CVJM

[Hemauerstraße 20a, 93047 Regensburg](#)

Poniedziałek 9:00 - 18:00 tylko po wcześniejszym umówieniu się

Środa otwarte godziny pracy 8:30 - 12:00

Środa 13:00 -16:00 tylko po wcześniejszym umówieniu się

Piątki 8:30 -14:00 tylko po wcześniejszym umówieniu się

Ratusz Kallmünz, 1 piętro

[Keltenweg 1, 93183 Kallmünz](#)

Czwartek 13:30-16:00 tylko po wcześniejszym umówieniu się

Kontakt:

Sabine Ulbrand

[0176 57855831](tel:017657855831)

Julie Lin

[017657855818](tel:017657855818)

Johannes Sok

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

E-mail: wir-beraten@cvjm-regensburg.de

E-mail: sabine.ulbrand@cvjm-regensburg.de

[Strona internetowa](#)

Doradztwo dla uchodźców i integracja z Johanniter

Dla kogo przeznaczone jest doradztwo Johanniter w zakresie uchodźców i integracji?

- Przyjechałeś z zagranicy.
- Teraz mieszkasz w Ratyzbonie.
- Mieszkasz w centrum AnkER w Ratyzbonie LUB
- Uciekłeś z Ukrainy, a Twoje nazwisko zaczyna się na M-Z.

To ważne:

Jeśli uciekłeś z Ukrainy i potrzebujesz pomocy w dotarciu do Ratyzbony, ważna jest pierwsza litera Twojego nazwiska.

- Twoje nazwisko zaczyna się na M-Z: Poradnictwo dla uchodźców i integracji Johanniter udzieli Ci porady.
- Twoje nazwisko zaczyna się na A-L: Poradnia dla uchodźców i integracji [Urzędu ds. Integracji i Migracji](#) udzieli Ci porady.

Kiedy i gdzie?

Zespół Johanniter jest do Twojej dyspozycji:

[Bajuwarenstraße 1a](#)

93053 Regensburg

Poniedziałek, czwartek i piątek: od 9:00 do 12:00

Wtorek: od 13:00 do 15:00

Środa, [Guerickestraße 87](#) / [Zeißstraße 1](#): 9:00 do 12:00.

Tłumacz języka rosyjskiego jest dostępny przy [Guerickestraße 87](#) w środy i czwartki.

Zasadniczo nie ma konieczności umawiania się na wizyty. Zespół pracuje w otwartych godzinach konsultacji. Można jednak umówić się na dodatkowe spotkania.

Kontakt i dalsze informacje [tutaj](#).

Doradztwo migracyjne dla dorosłych (MBE)

Czym jest MBE?

Dla kogo przeznaczone jest doradztwo migracyjne dla dorosłych?

- Dla obywateli UE
- Dla uznanych uchodźców
- Dla innych imigrantów

Kiedy mogę skorzystać z doradztwa migracyjnego dla dorosłych?

- Mieszkasz w Regensburgu LUB w powiecie Regensburg.
- Masz więcej niż 27 lat.
- Przebywasz w Niemczech od 1 do 3 lat.
- LUB przebywasz w Niemczech od dłuższego czasu i masz pytania, ponieważ jesteś uchodźcą lub cudzoziemcem.

Informacje na ten temat można uzyskać w Migration Counselling Service:

- Na temat przepisów ustawowych i wykonawczych w Niemczech
- O pozwoleniu na pobyt
- O urzędzie pracy, biurze pośrednictwa pracy, urzędach imigracyjnych, zakładach ubezpieczeń zdrowotnych...
- O pracy i karierze

Możesz zapytać o to:

- Co wolno mi robić z moim pozwoleniem na pobyt? Czego nie wolno mi robić?
- Jak moja rodzina może przyjechać do Niemiec?
- Jaka pomoc jest dostępna dla rodzin w Niemczech?
- Jak zdobyć pieniądze?
- Jak szukać mieszkania?
- Jak nauczyć się niemieckiego?

- Jak znaleźć pracę?
- Czy mogę odbyć praktykę?
- Czy mogę iść na uniwersytet?
- Czy mój certyfikat zostanie uznany w Niemczech?

Doradztwo migracyjne może pomóc:

- Przy łączeniu rodzin (= Twoja rodzina powinna przyjechać do Niemiec)
Co musisz zrobić? Jakie dokumenty są potrzebne?
- Potrzebujesz umówić się na spotkanie w ambasadzie.
- Nie rozumiesz formularza lub wniosku.
- Nie rozumiesz listu.
- Musisz złożyć wniosek do:
urzędu pracy, urzędu państwowego, banku, zakładu ubezpieczeń zdrowotnych, ...
- Masz problemy zdrowotne.

Niestety doradztwo migracyjne nie może pomóc:

- Wcześniej umówieniu się na spotkanie w ambasadzie.
- Znaleźć mieszkanie dla Ciebie.

Słowa kluczowe: doradztwo migracyjne, orientacja, pozwolenie na pobyt, łączenie rodzin, wyszukiwanie kursów językowych, uznawanie certyfikatów, wypełnianie wniosków, wypełnianie formularzy, informacje, pomoc migrantom, migracja, integracja, obywatele państw trzecich, Unia Europejska, Caritas

MBE Ziomkostwa Niemców z Rosji

Doradztwo migracyjne dla dorosłych imigrantów (MBE) LMDR e.V.

Gdzie: [Puricellstr. 40](#)

93049 Regensburg

Kiedy?

Obecnie nie oferujemy **otwartych godzin konsultacji** .

Doradztwo jest możliwe **tylko** po wcześniejszym umówieniu.

Godziny otwarcia to: Od poniedziałku do czwartku 8:00-16:30 i w piątki 8:00-13:00.

Można też umówić się **na inny dzień**.

Doradcy są tam codziennie.

Wtedy nie musisz czekać.

Kontakt: Puricellistraße 40 93049 Regensburg

Telefon: 0941 59983880

Internet:

P [oradnie - LmDR](#) E-mail: mbe.regensburg@lmdr.de

Stużba Migracji Młodzieży (JMD)

Czym jest JMD?

Stużba Migracji Młodzieży

Rozmowy o:

Szkoła, praca, nauka niemieckiego i życie w Regensburgu.

Pomoc przez długi okres czasu.

Zawsze możesz wrócić.

Pomoc bez względu na to, jak długo przebywasz w Niemczech.

Kto może przyjechać?

Masz od 12 do 27 lat.

Nie pochodzisz z Niemiec, ale z innego kraju (UE, Europa, świat):

Jesteś uchodźcą.

Masz dowód przybycia, tolerancję lub pozwolenie na pobyt.

Jesteś au pair

Jesteś uczniem

Jesteś studentem

Pracujesz w Niemczech

Wszystkie osoby, które nie pochodzą z Niemiec, mogą zgłosić się do JMD.

Osoby, które jeszcze nie przebywają w Niemczech, również mogą złożyć wniosek.

Przychodzisz do Młodzieżowej Stużby Migracyjnej:

Doradca:

Zawsze ta sama osoba.

Nie mówimy nic więcej.

Wszystko zostaje z daną osobą.

Mówimy po niemiecku i angielsku.

Na spotkanie należy zabrać ze sobą wszystkie dokumenty.

Rozmawiamy o

- odpowiedniej szkole
- odpowiednim kursie języka niemieckiego
- odpowiednim szkoleniu
- poprawnym mówieniu w szkole i pracy

Prosimy o punktualność!

Gdzie i kiedy?

Musisz umówić się na spotkanie.

Zadzwoń lub napisz e-mail.

Bez umówienia się możesz być zmuszony czekać.

Słowa kluczowe: doradztwo, orientacja, informacja, pomoc dla młodzieży, korepetycje, wsparcie, nauka języka niemieckiego, poszukiwanie kursu językowego, szkolenie w zakresie ubiegania się o pracę, uczniowie, studenci zawodowi

JMD warsztatów dla młodzieży

Doradzamy nastolatkom i młodym dorosłym w wieku od 12 do 27 lat.

Gdzie?

[Glockengasse 1](#)

93047 Regensburg

[Kontakt e-mail](#)

Tel: [0941 5855360](tel:0941_5855360)

[Strona internetowa z dodatkowymi informacjami](#)

Otwarte konsultacje w środy od 14:00 do 16:00 (również bez umawiania się).

Aby umówić się na spotkanie, zadzwoń lub napisz e-mail.

JMD Katolickiej Służby Opieki nad Młodzieżą Diecezji Regensburg e.v.

Zapewniamy doradztwo dla nastolatków i młodych dorosłych w wieku od 12 do 27 lat.

Prosimy o kontakt telefoniczny lub mailowy w celu umówienia spotkania.

Gdzie?

[Heiliggeistgasse 7](#)

93047 Regensburg

[Numer telefonu](#)

[Adres e-mail](#)

[Strona internetowa z dodatkowymi informacjami](#)

Pomoc dla ofiar przemocy i dyskryminacji

[Informacje na temat przemocy i tego, co możesz zrobić jako ofiara](#) (w łatwym języku).

B.U.D. - Doradztwo. Wsparcie. Dokumentacja dla ofiar przemocy ze strony prawicowych ekstremistów

B.U.D. to ogólnobawarska usługa doradcza dla osób dotkniętych prawicową, rasistowską i antysemitką przemocą. B.U.D. pomaga osobom, które zostały obrażone, zagrożone lub zaatakowane przez prawicowych ekstremistów lub rasistów, lub które były świadkami ataku.

Możesz porozmawiać z nimi o swoich obawach i sytuacji emocjonalnej. B.U.D. wyjaśni ci przebieg dochodzenia. Jeśli sobie tego życzysz, będziemy Ci towarzyszyć na policji i w sądzie. Możemy również pomóc w znalezieniu prawnika lub terapeuty.

Poradnictwo jest bezpłatne i poufne. Przyjedziemy do Ciebie. Możemy również zorganizować tłumaczy. B.U.D. jest niezależne od władz państwowych. Sam decydujesz, w jaki sposób B.U.D. może Ci pomóc.

B.U.D. - Doradztwo. Wsparcie. Dokumentacja dla ofiar przemocy ze strony prawicowych ekstremistów

info@bud-bayern.de

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

www.bud-bayern.de

Słowa kluczowe: prawicowy ekstremizm, antysemityzm, rasizm, przemoc, pomoc w sprawach karnych

Centrum antydyskryminacyjne miasta Regensburg

Co oznacza dyskryminacja?

Dyskryminacja = ktoś jest traktowany gorzej na przykład ze względu na kolor skóry, pochodzenie lub religię.

Antydyskryminacja = nikt nie powinien być traktowany gorzej na przykład ze względu na kolor skóry, pochodzenie lub religię.

Dla kogo przeznaczone jest Centrum Antydyskryminacyjne miasta Regensburg?

Czujesz się dyskryminowany przez innych (= traktowany gorzej).

Uważasz, że jesteś dyskryminowany.

Jesteś niesprawiedliwie traktowany przez innych, na przykład ze względu na swoje pochodzenie.

Czym zajmuje się Biuro Antydyskryminacyjne?

Oferuje doradztwo.

Oferuje wsparcie.

Kieruje do innych punktów kontaktowych.

Działa zgodnie z ogólną ustawą o równym traktowaniu (AGG).

Gdzie?

W biurze ds. równych szans

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

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

E-mail: Antidiskriminierungsstelle@Regensburg.de

AGG zakazuje dyskryminacji z sześciu powodów:

1. nie możesz być dyskryminowany ze względu na kolor skóry, język lub pochodzenie.
2. nie możesz być źle traktowany ze względu na płeć.
3. nie wolno dyskryminować ze względu na religię.
4. nie możesz być dyskryminowany ze względu na niepełnosprawność.
5. nie możesz być dyskryminowany, ponieważ jesteś "za młody" lub "za stary".
6. nie możesz być dyskryminowany, ponieważ jesteś np. homoseksualistą, biseksualistą lub transseksualistą.

Słowa kluczowe: rasizm, codzienny rasizm, seksizm, ableizm, dyskryminacja, centrum antydyskryminacyjne, centrum doradztwa, pomoc

Doradztwo i pomoc dla kobiet

Jesteś kobietą dotkniętą przemocą? Tutaj możesz uzyskać pomoc.

[Ogólne informacje w prostym języku.](#)

SOLWODI (Solidarność z kobietami w niebezpieczeństwie)

Co to jest SOLWODI?

Oznacza "Solidarność z kobietami w potrzebie" - solidarność z kobietami w potrzebie. Pomagamy kobietom w ich prawach.

Kto może się do nas zgłosić?

- Jesteś kobietą i pochodzisz z zagranicy.
- Urodziłaś się w Niemczech i masz zagraniczne korzenie.
- Masz problemy ze swoim partnerem (przemoc fizyczna, przemoc seksualna, przemoc psychiczna).
- Ludzie zmuszają Cię lub zmuszali w przeszłości do robienia rzeczy, których nie chcesz robić (sprzedaż ciała/prostytucja, żebractwo...).
- Musisz spłacić bardzo wysokie długi związane z podróżowaniem i przysięgłeś, że to zrobisz i nie powiesz o tym policji (juju).
- Musisz dużo pracować, nie masz wakacji, dostajesz bardzo mało pieniędzy lub nie dostajesz ich wcale w Niemczech lub gdzie indziej.
- Wyszłaś za mąż za mężczyznę / musiałaś wyjść za mąż za mężczyznę, który sprowadził cię do Niemiec. Teraz chcesz się rozstać.
- Musisz lub musiałaś poślubić kogoś, kogo nie kochasz. Twoja rodzina decyduje o wszystkim za Ciebie.
- Obcięto Ci genitalia i/lub obawiasz się, że stanie się to Twojej córce.
- Pracujesz w prostytucji i chcesz przestać.

Jak do nas trafić?

SOLWODI Regensburg
[Obermünsterstraße 10](#)
93047 Regensburg
regensburg@solwodi.de
Telefon: [0941-89966547](tel:0941-89966547)
Whatsapp: [0176-45 85 50 90](tel:0176-45 85 50 90)

Pracujemy z terminami!

Możesz umówić się na spotkanie telefonicznie, za pośrednictwem Whats App lub innego centrum doradczego. Można się z nami skontaktować od poniedziałku do piątku w godzinach od 10:00 do 15:00 oraz po wcześniejszym umówieniu.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

To, co powiesz tutaj, pozostaje prywatne.

Prosimy o zabranie ze sobą **wszystkich** dokumentów.

Dokumenty to na przykład: dowód osobisty, listy...

Mówimy: Niemieckim, Angielskim i możemy znaleźć tłumacza w Twoim języku.

Jesteśmy po Twojej stronie!

Słowa kluczowe: prawa kobiet, przemoc seksualna, handel ludźmi, wyzysk, przymusowe małżeństwo, przymusowe małżeństwo, prostytutka, obrzezanie, okaleczanie żeńskich narządów płciowych, FGM, pomoc, doradztwo, przymus

Telefon zaufania dla kobiet Regensburg

Telefon zaufania dla kobiet w Regensburgu

Kim jesteśmy?

Jesteśmy organizacją wolontariacką. Pomagamy kobietom w potrzebie!

Czym się zajmujemy?

1. doradztwo i wsparcie

Udzielamy porad przez telefon, online i osobiście. Poradnictwo jest bezpłatne i poufne.

Towarzyszymy również w ważnych spotkaniach, np. na policji lub w sądzie.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

2. samopomoc

Jesteś ofiarą przemocy seksualnej? Nie jesteś sama!

Przyjdź do naszej grupy samopomocy. Możesz porozmawiać z innymi kobietami i znaleźć rozwiązania.

Informacje można znaleźć [tutaj](#).

3. zapobieganie

Każdy może stać się ofiarą przemocy seksualnej.

Oferujemy kursy szkoleniowe na temat zapobiegania. Na przykład dla stowarzyszeń rodziców, firm, grup studenckich i samorządów uczniowskich.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

4. praca z dziewczętami

Czy masz od 8 do 19 lat? Czy kiedykolwiek byłaś molestowana LUB chcesz się chronić? W takim razie trafiłaś we właściwe miejsce!

Istnieją stałe grupy składające się z 4-6 osób.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Możesz też do nas zadzwonić: [094124171](tel:094124171).

Słowa kluczowe: prawa kobiet, przemoc seksualna, handel ludźmi, wykorzystywanie, przymusowe małżeństwo, przymusowe małżeństwo, prostytutka, obrzezanie, okaleczanie żeńskich narządów płciowych, FGM, pomoc, doradztwo, przymus

Schronisko dla kobiet - pomoc dla kobiet

Witamy w Autonomicznym Schronisku dla Kobiet w Regensburgu!

Czym jest Autonomiczne Schronisko dla Kobiet?

Autonomiczne Schronisko dla Kobiet to miejsce dla kobiet i ich dzieci.

Nie czujesz się dobrze? Masz problemy? Boisz się? Potrzebujesz pomocy?

W takim razie trafiłaś we właściwe miejsce.

Co robimy?

1. doradztwo

Oferujemy bezpłatne doradztwo. Przez telefon i osobiście. Jest ono bezpłatne i poufne.

Nie mówisz dobrze po niemiecku? Nie ma problemu. Mamy również tłumaczy.

2. schronisko dla kobiet

Czy jesteś w niebezpieczeństwie? Boisz się? Nie masz bezpiecznego domu?

W takim razie możesz zostać tutaj bezpłatnie.

Będziemy cię chronić. Będziemy cię wspierać. Pomożemy twoim dzieciom.

Jak to działa?

Wszystkie informacje można znaleźć na naszej [stronie internetowej](#). Dostępnych jest 20 różnych języków.

Możesz do nas zadzwonić pod numer [0941 24000](tel:094124000).

Wyjaśnimy wszystko bardziej szczegółowo przez telefon.

Powrót do kraju pochodzenia

Centralne doradztwo zwrotne (ZRB)

Dla kogo przeznaczone jest ZRB?

Chcesz wrócić do kraju pochodzenia. Mieszkasz w Górnym Palatynacie (np. w Ratyzbonie). Jesteś tam również zameldowany. Jesteś w trakcie procedury azylowej, jesteś osobą, której wniosek o

azyl został odrzucony, uznany lub jesteś obywatelem kraju trzeciego.

ZRB Nordbayern udzieli Ci pomocy.

Jaką pomoc mogę uzyskać w ZRB?

Otrzymasz pomoc w następujących kwestiach: Jak obecnie wygląda sytuacja w moim kraju? Czy są jakieś programy kwalifikacyjne? Jak mogę uzyskać dokumenty podróźne? Gdzie mogę uzyskać niezbędne bilety?

ZRB doradzi, jak zorganizować podróż. Ostatecznie to Ty decydujesz, czy chcesz opuścić kraj, czy nie.

Skontaktuj się z

ZRB dla uchodźców w północnej Bawarii

[Marienstraße 23](#)

90402 Norymberga

Tel.: + 49 911 2352 [222](#)

Faks: + 49 911 2352 226

[Adres e-mail](#)

[Strona internetowa](#)

Startfinder

Dla kogo jest Startfinder?

Chcesz wrócić do swojego kraju. Pochodzisz z Afganistanu, Egiptu, Albanii, Gambii, Ghany, Iraku, Kosowa, Maroka, Nigerii, Pakistanu, Senegalu, Serbii lub Tunezji. Szukasz porady i pomocy na temat powrotu do domu? O nowych możliwościach w kraju ojczystym? Doradztwa w języku ojczystym? Możliwości regularnej migracji do Niemiec?

[Startfinder](#) może Ci pomóc. Tutaj możesz nawiązać bezpośredni kontakt z ośrodkami doradztwa w swoim kraju pochodzenia. Udzielą oni porad w języku ojczystym.

Słowa kluczowe: pomoc na rozpoczęcie działalności, dobrowolny wyjazd, doradztwo przy wyjeździe, podróż powrotna, praca w kraju pochodzenia

Pomoc wolontariuszy

Pełnoetatowi przewodnicy integracyjni miasta Regensburg

Zajmujemy się wolontariatem w obszarze azylu i integracji. Wolontariusze pomagają dobrowolnie i w wolnym czasie. Zazwyczaj nie otrzymują za to wynagrodzenia. Pomagają, bo sprawia im to przyjemność.

Jakie są nasze zadania?

Koordinujemy i wspieramy pracę wolontariuszy. Działamy jako pośrednik dla zainteresowanych stron, organizacji i wolontariuszy. Tworzymy sieć ofert. Organizujemy

szkolenia. Zapewniamy wsparcie w poszukiwaniu zakwaterowania. Pomagamy wolontariuszom w zadawaniu pytań. Prowadzimy działania public relations.

Kontakt

Miasto Regensburg, Urząd ds. Integracji i Migracji

[Maximilianstr. 26, 93047 Regensburg](#)

[adres e-mail](#)

[Numer telefonu](#)

[Strona internetowa](#)

To centrum jest finansowane przez Wolne Państwo Bawaria.

Słowa kluczowe: wolontariat, wolontariusze, pomoc, oferty, szkolenia

Sponsoring dla uchodźców

Czym jest sponsoring dla uchodźców?

Uchodźcy są nowi w Ratyzbonie lub mieszkają tu od jakiegoś czasu.

Są ludzie, którzy poświęcają swój czas, aby im pomóc lub po prostu spędzają z nimi wolny czas.

Na przykład

- pokazać im miasto
- ćwiczenie języka niemieckiego
- wspólne gotowanie, uprawianie sportu lub wspólne spędzanie wolnego czasu
- pomoc w odrabianiu lekcji
- udział w spotkaniach z władzami
- pomoc w znalezieniu zakwaterowania

Miasto Regensburg pomaga znaleźć sponsorów dla uchodźców. Sponsorzy to osoby, które pomagają i wspierają. Miasto zapewnia również pomoc w przypadku pytań lub problemów.

Kontakt:

Miasto Ratyzbona, Urząd ds. Integracji i Migracji

[Wydział ds. uchodźców i doradztwa integracyjnego oraz wolontariatu społecznego](#)

[Maximilianstraße 26 | 93047 Regensburg](#)

E-mail: aim@regensburg.de

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

[Więcej informacji w Internecie.](#)

Słowa kluczowe: Nowy w Ratzbonie, orientacja, pomoc w życiu codziennym, poznawanie ludzi, nauka języka, przyjazd

Campus Asylum

W Campus Asyl studenci, uchodźcy i obywatele wspólnie pracują nad projektami. Uprawiają sport, grają muzykę lub tworzą sztukę. Zapewniają bezpłatną odzież. Organizowane są kursy języka niemieckiego, udzielane są informacje na temat pracy i studiów w Niemczech. I wiele więcej.

[Więcej informacji tutaj.](#)

Gdzie?

Biuro w centrum AnkER

[Bajuwarenstraße 1a](#)

93053 Regensburg

Biuro na Uniwersytecie w Ratzbonie

[Universitätsstraße 31](#)

93053 Regensburg

Budynek PT, pokój 2.2.02

Słowa kluczowe: projekty, wolontariat, doradztwo, nauka języka niemieckiego, zajęcia, projekty dla kobiet, sport

Klinika prawa uchodźczego

Studenci doradzają uchodźcom.

Czy chciałbyś zostać w Niemczech?

Czy chciałbyś, aby Twoja rodzina mogła przyjechać do Niemiec?

A może chciałbyś pracować? Masz jakieś pytania?

Doradzimy Ci w zakresie prawa azylowego i imigracyjnego.

Pomożemy Ci przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej.

Więcej informacji [tutaj](#).

Nasza pomoc jest bezpłatna. Skontaktuj się z nami.

Gdzie?

[Klinika Prawa Uchodźczego w Regensburgu](#)

c/o Katedra prof. Alexandra Gräsera

Uniwersytet w Ratzbonie

[Universitätsstraße 31, 93053 Regensburg](#)

Pokój: RWL U.05

[e-mail](#)

Słowa kluczowe: doradztwo, prawo azylowe, prawo cudzoziemców, prawo pobytu, prawo do pobytu, procedura azylowa, lot, azyl, łączenie rodzin, kwestie prawne, prawo

Azyl BI

BI Asyl Regensburg

BI (=BürgerInnen-Initiative) Asyl Regensburg staje w obronie uchodźców i osób ubiegających się o azyl.

Więcej w Internecie: [BI Asyl Regensburg](#)

E-mail: bi.asyl@yahoo.com

Usługa integracji Malteser Regensburg

Chcesz pomagać i być aktywnym?

Chcesz poznać ludzi z innych krajów?

Potrzebujesz pomocy lub możesz pomóc innym w codziennym życiu (wizyty u lekarza, wizyty w urzędach, szukanie pracy)?

Jesteśmy Malteser [Integration Service](#). Grupą ludzi, którzy lubią pomagać innym, gdy przyjeżdżają do Niemiec i tu mieszkają. W naszej kawiarni jest miejsce na wiele pomysłów i pomoc.

 **Kiedy?** W każdą drugą i czwartą środę miesiąca o 18:00

 **Gdzie?** [Am Singrün 1, 93047 Regensburg](#)

Czekamy na Twoją wizytę!

Kontakt:

[Malteser Hilfsdienst e.V.](#)

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

E-mail: malteser.regensburg@malteser.org

Słowa kluczowe: uchodźcy, uchodźcy, sponsoring, orientacja, poznawanie się, wspólne gotowanie, nauka niemieckiego, przyjazd, przyłączenie się

Amnesty International

Amnesty International Regensburg

Bronimy praw człowieka. Oznacza to, że każda osoba powinna być traktowana sprawiedliwie.

Pracujemy na rzecz ochrony uchodźców. W Regensburgu jest grupa ludzi, którzy pracują nad tym tematem. Grupa ta spotyka się często i rozmawia o tym, jak pomóc.

Więcej informacji tutaj: [Amnesty International Regensburg](#)

Napisz do nas e-mail: asyl-ak@amnesty-regensburg.de

Język, szkoła, studia

Nauka niemieckiego w Ratyzbonie

Kurs integracyjny

Czym jest kurs integracyjny?

Na kursie integracyjnym ludzie uczą się języka niemieckiego.

Kurs integracyjny składa się z dwóch części:

- Kurs języka niemieckiego
- Kurs orientacyjny

Kurs integracyjny kończy się dwoma egzaminami:

- Test z języka niemieckiego dla imigrantów
- Życie w Niemczech

Zdałeś oba egzaminy:

- Otrzymujesz certyfikat ukończenia kursu integracyjnego.

Kto może wziąć udział w kursie integracyjnym?

Ty:

- migrantem posiadającym zezwolenie na pobyt w Niemczech
 - Obywatелеm UE mieszkającym w Niemczech
 - Osoba ubiegająca się o azyl z dobrymi perspektywami pobytu
 - Uznany uchodźcą lub posiadającym ochronę uzupełniającą
- ⇒ W takim przypadku możesz wziąć udział w kursie integracyjnym.

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

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

Muszą one chodzić do szkoły.

Zapytaj w ośrodkach doradztwa:

- Gdzie moje dzieci mogą chodzić do szkoły?
- ⇒ Zajrzyj do zakładki "**Doradztwo i pomoc**".

Jakie kursy integracyjne są dostępne?

[Kurs integracyjny dla wszystkich dorosłych](#) (700 godzin, około 7 miesięcy)

[Kursy integracyjne dla ABC](#) (nauka czytania i pisanja alfabetu łacińskiego, do 1200 godzin; około 1 roku)

[Kurs integracyjny dla osób uczących się drugiego języka](#) (nauka alfabetu łacińskiego, 1000 godzin)

[Kursy integracyjne dla kobiet](#) (1000 godzin, jedna lekcja trwa 45 minut)

[Kursy integracyjne dla rodziców](#) (1000 godzin)

[Kurs integracyjny dla nastolatków i młodych dorosłych](#) (1000 godzin)

[Kurs wsparcia](#) (jeśli przebywasz w Niemczech od jakiegoś czasu, 1000 godzin)
[Kurs intensywny](#) (500 godzin)

Kiedy odbywają się kursy integracyjne?

- Kursy odbywają się często **od poniedziałku do piątku**.
- Kurs trwa 4 lub 5 godzin jednego dnia.
- Istnieją również kursy odbywające się kilka dni w tygodniu.
- Te kursy trwają dłużej.
- Czy masz pracę? Istnieją również kursy wieczorowe i sobotnie.

Jak znaleźć odpowiedni kurs integracyjny?

Wiele szkół językowych w Ratzbonie oferuje kursy integracyjne.
 Szukaj tutaj w **Internecie**: [Wyszukaj kurs integracyjny](#)

Zapytaj w **ośrodkach doradztwa migracyjnego**=> Szukaj w zakładce "**Doradztwo i pomoc**".

Organizator kursu języka niemieckiego przeprowadzi **test**.
 Pozwoli to wybrać odpowiedni kurs.
 Zapytaj organizatorów kursów języka niemieckiego: Jakich dokumentów potrzebuję?

Ile kosztuje kurs niemieckiego?

- Uczestnicy **bez zezwolenia BAMF** (płacący samodzielnie):
458 euro miesięcznie
 - Uczestnicy **z zezwoleniem BAMF** (bez zwolnienia z kosztów):
229 euro miesięcznie
 - Uczestnicy **z zezwoleniem BAMF i zwolnieniem z kosztów** :
0 euro
- ⇒ Czy trzeba płacić? Zapytaj niemieckiego organizatora kursu

Projekt CampusAsyl "Towarzysz - Wspieraj - Zachęcaj" (BUF)

[CampusAsyl](#) rozpoczął nowy projekt. Projekt pomaga w nauce języka niemieckiego.

Czym się zajmuje?

Pomoc w nauce języka niemieckiego, pomoc w odrabianiu prac domowych, wymiana językowa, przygotowanie do egzaminów, wsparcie w nauce.

Kto może wziąć udział?

Uczęszczasz obecnie na kurs integracyjny lub zawodowy kurs językowy.

Oczekujesz na wolne miejsce na kursie integracyjnym.

Przygotowujesz się do egzaminu dla imigrantów.

Istnieją różne oferty.

Uczysz się przed kursem integracyjnym:

Jak się uczyć. Jak szukać informacji. Ćwiczyć czytanie i pisanie.

Podczas kursu integracyjnego uczysz się:

Powtarzać lekcje. Odpowiadać na pytania. Pomagać w odrabianiu prac domowych. Ciche miejsce do nauki.

Przygotowanie do egzaminu "Niemiecki test dla imigrantów" (DTZ)

Zapoznanie się z pytaniami egzaminacyjnymi. Ćwiczenie pisania i mówienia. Powtórka.

Kurs konwersacyjny dla kobiet

Ten kurs jest przeznaczony wyłącznie dla kobiet.

Ukończyłaś już kurs integracyjny.

Możesz zabrać ze sobą małe dziecko.

Dzieci są pod opieką, a Ty możesz się uczyć.

Ćwiczymy głównie mówienie, ale także czytanie i pisanie.

Jest też salon **językowy**, w którym można ćwiczyć niemiecki. Gra się tam w wiele gier. Można również poznać nowych ludzi.

Kiedy?

Od początku sierpnia 2024 r. / września 2024 r.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#)

[Campus Asylum: BUF \(towarzyszyć - wspierać - zachęcać\)](#)

Rejestracja lub pytania:

buf@campus-asyl.de

Telefon: [+49 176 952 860 77](tel:+4917695286077)

Projekt jest finansowany przez Unię Europejską (AMIF).



Finanziert von der
Europäischen Union

Słowa kluczowe: nauka języka niemieckiego, ćwiczenie języka niemieckiego, pomoc w zadaniach domowych, nadzór nad zadaniami domowymi, wymiana językowa, spotkanie edukacyjne, przygotowanie do egzaminów, pomoc w nauce

Niemiecki do pracy

Kursy niemieckiego związane z pracą (= nauka niemieckiego w pracy):

Co to jest kurs niemieckiego związany z pracą?

Istnieją **kursy** dla zawodów opiekuńczych, medycznych, biurowych i technicznych.

1. Kurs przygotowuje do wykonywania zawodu.
2. Kurs pomaga w szkoleniu lub pracy.
3. Kurs opiera się na kursie integracyjnym.

Kto może wziąć udział w kursie niemieckiego związanym z pracą?

- Potrafisz już dobrze lub bardzo dobrze mówić po niemiecku (B1, B2 LUB C1).
- Jesteś zarejestrowany jako osoba poszukująca pracy (w agencji zatrudnienia) ORAZ/lub otrzymujesz zasiłek dla bezrobotnych.
- Otrzymujesz pieniądze z urzędu pracy.
- Jesteś obcokrajowcem, imigrantem, obywatelem UE, Niemcem ze środowisk migracyjnych
- Jesteś uchodźcą: Zapytaj doradcę w agencji zatrudnienia lub urzędzie pracy.
⇒ **Agencja pracy lub urząd pracy zdecyduje, czy możesz wziąć udział w programie.**

Jak można się zarejestrować?

Zapytaj swojego doradcę w agencji zatrudnienia lub urzędzie pracy.

-> Twój doradca wie, jaki kurs możesz odbyć.

-> Twój doradca wie, gdzie odbywają się kursy.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Aplikacja Lunes: Słownictwo przydatne w pracy

- Dopiero zaczynasz swoją karierę?
- Odbywasz praktykę zawodową?
- Zbliża się egzamin końcowy?
- W takim razie aplikacja Lunes pomoże Ci w przygotowaniu językowym.

Więcej informacji i aplikacja do pobrania tutaj: lunes.app

Niemiecki, wstępna orientacja dla osób ubiegających się o azyl

Wstępne szkolenie językowe dla osób ubiegających się o azyl i kursy ALPHA

Kto się kwalifikuje?

Nie możesz uczestniczyć w kursie integracyjnym?
Chcesz nauczyć się niemieckiego?

W takim razie przejdź do tych kursów:

ALPHA **Asyl - czytanie i pisanie** dla osób ubiegających się o azyl.
Nie potrzebujesz żadnej wcześniejszej wiedzy.

Gdzie?

VHS Regensburger Land e.V.

Pani Britta Loutzenhiser-Brandt

Kiedy: Od **poniedziałku do piątku** w godzinach 10.00 - 12.00

Tel: [09401 525512](tel:09401525512)

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

Aktualne terminy i informacje można znaleźć [tutaj](#).

Wstępna orientacja i edukacja w zakresie wartości dla osób ubiegających się o azyl w Bawarii

Nie potrzebujesz żadnej wcześniejszej wiedzy.

Gdzie?

DAA Deutsche Angestellten-Akademie GmbH

Dr Dominik Schönecker

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

E-mail: dominik.schoenecker@daa.de

Aktualne terminy i informacje można znaleźć [tutaj](#).

Centrum rodzinne (Humboldtstr. 34)

Pan Lindner

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

E-mail: gregor.lindner@johanniter.de

Pomoc w nauce języka niemieckiego

Bezpłatna usługa dla wszystkich uczących się niemieckiego z możliwością zadawania pytań i uczenia się od innych.

Gdzie i kiedy?

Każdy poniedziałek od 15:00 do 17:00 (z wyjątkiem wakacji szkolnych)

Lernpunkt im BiC im KÖWE

Dr. Gessler-Straße 47, 93051 Regensburg

Od 21 czerwca: Każdy wtorek od 17:30 do 19:30 (z wyjątkiem wakacji szkolnych)

BiC im Candis

Kastenmaierstraße 2, 93055 Regensburg

[Centrum Kształcenia Dorosłych w Regensburgu](#)

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

E-mail: lernpunkt@regensburg.de

Kursy językowe w Ratyzbonie

Kursy w VHS Regensburg:

VHS oferuje wiele kursów. Informacje i kontakty można znaleźć [tutaj](#).

Kursy w VHS Regensburger Land:

Chętnie pomożemy z aplikacjami i doradzimy w wyborze odpowiedniego kursu. Więcej informacji i kontakty można znaleźć [tutaj](#).

Inni organizatorzy kursów integracyjnych i innych kursów językowych:

DEB

Hermann-Köhl-Str. 3

93049 Regensburg

0941 297610

Poczta

Kolping

Ladehofstr. 30

93049 Regensburg

0941 595770

poczta

DAA

Friedenstr. 30

93053 Regensburg

0941 2978670

poczta

Berlitz

Friedenstr. 28

93053 Regensburg

0941 78520741

poczta

[IGeL](#)

[Bienenheimweg 2](#)

93055 Regensburg

[0941 51040](#)

[poczta](#)

[IFP](#)

[Grasgasse 10-12](#)

93047 Regensburg

[0941 585410](#)

[poczta](#)

[bfz](#)

[Donaustauer Str. 115](#)

93059 Regensburg

[0941 402070](#)

[poczta](#)

Inni dostawcy kursów języka niemieckiego, często bezpłatnych:

[German offers status 22.01.2025.pdf](#)

Nie znalazłeś kursu?

Zapytaj doradcę w [centrum doradztwa migracyjnego](#), [urzędzie pracy](#) lub [agencji zatrudnienia](#).

Szkola

Szkola

WAŻNE: W Bawarii wszystkie dzieci muszą chodzić do szkoły!

1. Twoje dzieci mieszkają w Regensburgu:

Czy moje dzieci muszą chodzić do szkoły?

- Tak, jeśli mają od 6 do 16 lat.
- Tak, jeśli nie uczęszczali do szkoły przez 10 lat.

⇒ Jeśli nie masz pewności, zapytaj w szkole.

Jakie szkoły są dostępne?

- [Szkoly podstawowe](#)

Małe dzieci uczęszczają do szkół podstawowych od klasy 1 do klasy 4.

W zależności od ocen, dzieci uczęszczają następnie do tych szkół:

- [Szkoly srednie](#)

Dzieci uczęszczają do szkół średnich od klasy 5 do klasy 9.

Po ukończeniu szkoły rozpoczynają praktykę zawodową lub idą do innej szkoły.

- **Realschulen**

Dzieci uczęszczają do Realschulen w normalnym trybie od klasy 5 do klasy 10.
Po ukończeniu szkoły rozpoczynają praktykę zawodową lub idą do innej szkoły.

- **Gimnazja**

Dzieci uczęszczają do gimnazjów w normalnym trybie od klasy 5 do klasy 12.
Mogą studiować po ukończeniu szkoły.

- **Szkoły specjalne**

Dzieci, które mają trudności w nauce lub są niepełnosprawne, uczęszczają do szkół specjalnych.

⇒ Więcej informacji na temat systemu szkolnictwa w Bawarii można znaleźć [tutaj](#).

Gdzie znajduje się szkoła?

Każda szkoła ma określony rejon **szkolny**. To, gdzie dziecko chodzi do szkoły, zależy od miejsca zamieszkania. Wiele ulic tworzy Sprengel.

Musisz sprawdzić, do której dzielnicy należy Twoja ulica:

- Swoją szkołę **podstawową** można znaleźć [tutaj](#). Znajdź ją na mapie lub wyszukaj swój adres.
- Szkołę **średnią** można znaleźć [tutaj](#). Sprawdź na mapie lub wyszukaj swój adres.
- Musisz umieć dobrze mówić po niemiecku w **szkole średniej** i **gimnazjum**.

Czy Twoje dzieci dobrze mówią po niemiecku i mają dobre oceny? **Zapytaj** w szkole średniej. Mogą polecić Ci Realschule lub Gymnasium .

Jak zapisać dzieci do szkoły?

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

Na spotkanie należy zabrać ze sobą następujące dokumenty:

- Paszport lub dowód osobisty dzieci (jeśli jest dostępny).
- Twój paszport lub dowód osobisty.
- Zaświadczenie o rejestracji z miasta.
- Akt urodzenia dzieci.

WAŻNE: Zarejestruj się bardzo szybko. Najlepiej zrobić to zaraz po zarejestrowaniu dzieci w mieście Regensburg!

2. Twoje dzieci mieszkają w Ankerze

WAŻNE! Nie musisz **samodzielnie** zapisywać dzieci do szkoły w ośrodkach AnKER przy Bajuwarenstraße 1a, ZeiBstraße 1 lub ZeiBstraße 9.

- Dzieci nie mogą chodzić do szkoły przez pierwsze trzy miesiące.
- Pracownicy AnkER zapiszą dzieci do szkoły, w której będą uczyć się języka niemieckiego.
- Pracownicy AnkER poinformują Cię, gdzie Twoje dzieci mają chodzić do szkoły.

Doradztwo dla młodzieży

- Masz od 15 do 21 lat.
- Ty również możesz chodzić do szkoły.
- Możesz na przykład uczęszczać do klasy przedszkolnej lub klasy integracji zawodowej.
- Możesz również ukończyć szkołę.

Informacje na temat poradnictwa można znaleźć w zakładce [Kontakt i usługi](#).

Umów się na spotkanie:

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

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

Doradztwo w zakresie świadectwa ukończenia szkoły: Agencja ds. kompetencji

- Masz od 14 do 27 lat.
- Nie masz pracy, stanowiska szkoleniowego ani świadectwa ukończenia szkoły.

Otrzymasz wsparcie w zakresie

- Doradztwo w zakresie szkoły i pracy
- Testy predyspozycji zawodowych
- Poszukiwanie pracy, składanie podań i przygotowanie do rozmów kwalifikacyjnych
- Kursy językowe i przygotowanie zawodowe
- Wyszukiwanie staży dla studentów
- Kursy przygotowujące do matury. Co roku w październiku rozpoczyna się kurs przygotowujący do matury kwalifikacyjnej lub rozszerzonej.

Kontakt: [AgencjaKompetencji](#)

[Plac Katedralny 3](#)

93047 Regensburg

Więcej informacji [tutaj](#).

Słowa kluczowe: system edukacji, system szkolny, matura, edukacja szkolna, nauka, szkoła podstawowa, szkoły średnie

Korepetycje i pomoc w odrabianiu prac domowych

Problemy w szkole? Pomagamy w odrabianiu prac domowych. Wspieramy rodziców, dzieci i szkoły.

Pomoc dla dzieci w wieku szkolnym

a.a. Grupa robocza dla pracowników zagranicznych

[Telefon](#)

[E-mail](#)

Centrum Młodzieży i Spotkań Guericke

Guerickestraße [79d](#)

93053 Regensburg

[Telefon](#)

Wyspa nauki

[Humboldtstr. 34](#)

93053 Regensburg

[Telefon](#)

GRIPS w centrum młodzieżowym Utopia

[Kirchfeldallee 2](#)

93055 Regensburg

[Numer telefonu](#)

School-Fit w JuZ Arena

[Unterislinger Weg 2](#)

93053 Regensburg

[Numer telefonu](#)

SbS (uczniowie kształcą uczniów)

Studenci pomagają w nauce i odrabianiu prac domowych. Korepetycje są bezpłatne. Jeśli potrzebujesz pomocy, możesz zarejestrować się [tutaj](#).

Pomoc dla stażystów (praktykantów)

Grupy edukacyjne warsztatów młodzieżowych

Tutaj można uzyskać pomoc w rozwiązywaniu problemów z nauką w małych grupach. Prosimy o wcześniejszą rejestrację.

[Warsztaty młodzieżowe Regensburg](#)

[Glockengasse 1](#)

93047 Regensburg

[Telefon](#)

[E-mail](#)

Tandemy szkoleniowe CampusAsyl

Organizujemy partnerów do nauki dla stażystów we wszystkich przedmiotach. Pomogą ci w nauce niemieckiego i innych przedmiotów w szkole:

[Strona internetowa](#)

[e-mail](#)

Doradztwo PUR

Doradzamy młodym uczniom-uchodźcom w kwestiach związanych z lekcjami, szkołą i szkoleniem.

[Poradnia PUR dla młodych uchodźców w szkole zawodowej II Ziegelweg 1](#)

93053 Regensburg

[Telefon](#)

kawiarnia młodzieżowa ejja

Chętnie pomożemy w odrabianiu prac domowych lub w nauce do egzaminów.

[kawiarnia młodzieżowa ejja](#)

[Hemauerstraße 20a](#)

93047 Regensburg

[Numer telefonu](#)

[adres e-mail](#)

Słowa kluczowe: nauka, praca domowa, ćwiczenie niemieckiego, edukacja, wsparcie, egzaminy

Witamy w szkole: filmy wideo dla rodziców

InMigra-KiD, specjalistyczne centrum Urzędu ds. Młodzieży miasta Regensburg, przygotowało wiele filmów dla rodziców.

Można w nich znaleźć informacje na temat rozpoczęcia szkoły i codziennego życia szkolnego w szkole podstawowej (np. tematy takie jak listy do rodziców i konferencje rodzic-nauczyciel, zgłaszanie choroby dziecka itp.)

Tutaj można znaleźć te filmy w języku niemieckim i w kilku językach: [Witamy w szkole](#)

Napisy w kilku językach można znaleźć tutaj:



Znajdź napisy



Wybierz język

Ulotkę **wideo (PDF)** z linkami i kodami QR można znaleźć tutaj: [Ulotka "Witamy w szkole"](#)

Jeśli masz jakieś pytania, możesz napisać do centrum InMigra-KiD:

inmigrakid@regensburg.de

Badanie

Studia w Niemczech

Możesz studiować w instytucji szkolnictwa wyższego (=uniwersytet).

W Niemczech istnieje wiele rodzajów instytucji szkolnictwa wyższego. Są one nazywane uniwersytetami, szkołami technicznymi lub szkołami artystycznymi. Każda z nich jest inna. Dowiedz się bezpośrednio od nich! Zazwyczaj mają one biuro dla studentów zagranicznych.

Więcej informacji

[Ogólne informacje o uniwersytetach w Niemczech](#)

[Studia dla uchodźców \(w wielu językach\)](#)

[Uznawanie certyfikatów \(w wielu językach\)](#)

[Kursy online dla uchodźców](#)

OTH Regensburg

OTH Regensburg (= Uniwersytet Techniczny Wschodniej Bawarii)

Chcę studiować na OTH:

[Co muszę wiedzieć?](#)

(Wydarzenia informacyjne są również dostępne w języku arabskim
Tematy: Certyfikaty, znajomość języka niemieckiego, aplikacja)

Co mogę studiować? ⇒Przedmioty [w OTH](#)

Kto może mi pomóc?

Ogólne doradztwo w zakresie studiów

Pytania dotyczące studiów (licencjackich/magisterskich)

[Godziny urzędowania](#)

E-mail: Studienberatung@oth-regensburg.de

Biuro międzynarodowe

Pytania przed rozpoczęciem studiów (Jak dobry musi być mój niemiecki? Czy moje certyfikaty są wystarczające? Finansowanie studiów).

[Godziny pracy biura](#)

E-mail: auslandsamt@oth-regensburg.de

Doradztwo dla uchodźców

Email: refugees@oth-regensburg.de

Do kiedy muszę złożyć wniosek?

[Ogólne informacje o aplikacji](#)

Termin dla programów magisterskich (MA):

Istnieją duże różnice. Zapytaj doradcę (=koordynatora kursu) programu studiów

magisterskich.
Sprawdź [stronę główną OTH](#).

Wsparcie w nauce

Kurs języka niemieckiego przed studiami

Starasz się o przyjęcie na OTH?
Być może możesz wziąć udział w kursie języka niemieckiego na Uniwersytecie w Ratyzbonie.
Zwróć się do Działu **Doradztwa dla Studentów** lub **Biura Międzynarodowego** w OTH.

Chcesz studiować i uczęszczasz na kurs języka niemieckiego na Uniwersytecie w Ratyzbonie?
Zwróć się do [Urzędu Pracy](#) w Ratyzbonie o dofinansowanie kursu języka niemieckiego.

Dofinansowanie = pieniądze na studia

Czasami można otrzymać pieniądze na studia:

- [Bafög](#)
- [Porady na temat Bafög](#)

Uniwersytet w Ratyzbonie

Chcesz studiować na Uniwersytecie w Ratyzbonie? Masz jakieś pytania?

Przyjdź do [Biura Międzynarodowego](#). Tutaj uzyskasz ważne informacje. Potrzebujesz umówić się na spotkanie.

Napisz [e-mail](#).

Na spotkanie należy przynieść dokumenty:

- Świadectwa szkolne i uniwersyteckie z Twojego kraju
- Tłumaczenia świadectw w języku angielskim lub niemieckim

Adres:

[Uniwersytet w Ratyzbonie](#)

Biuro Międzynarodowe (w budynku administracyjnym)

[Universitätsstr. 31](#)

93053 Regensburg

Praca w Ratyzbonie

Prawo pobytu

Ustawa o pobycie (AufenthG) to prawo dla osób, które nie pochodzą z UE.

Reguluje ona następujące kwestie

- wjazd (jeśli przyjeżdżasz do Niemiec)
- pobyt (jeśli przebywasz w Niemczech)
- Prawo do pracy

Prawo reguluje, kto może przyjechać do Niemiec i kto może zostać. **Obywatele UE** mogą podróżować i mieszkać we wszystkich krajach **UE**.

Urząd Rejestracji Cudzoziemców miasta Regensburg

Urząd ds. cudzoziemców jest odpowiedzialny za podejmowanie decyzji dotyczących pobytu oraz innych środków i kwestii prawnych.

Czyni to zgodnie z ustawą o pobycie, zatrudnieniu i integracji cudzoziemców na terytorium federalnym (AufenthG). Jest on również odpowiedzialny zgodnie z przepisami prawnymi dotyczącymi cudzoziemców zawartymi w innych ustawach właściwych organów. Jest to pierwszy punkt kontaktowy dla wszystkich pytań dotyczących spraw w tych obszarach.

Po przyjeździe do Niemiec należy **zarejestrować swój pobyt w mieście Regensburg**. Kiedy mogę dokonać rejestracji?

Poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek: od 08:00 do 10:30.

WAŻNE: W tym czasie można przyjść **bez wcześniejszego umówienia** się!

Można wejść tylko po kontroli dostępu.

Jeśli nie mówisz po niemiecku, **weź ze sobą tłumacza**.

Po przyjeździe do Niemiec należy złożyć **wniosek o zezwolenie na pobyt**.

Aby uzyskać zezwolenie na pobyt, należy umówić się na **spotkanie**.

Aby umówić się na spotkanie, zadzwoń, napisz e-mail lub list.

WAŻNE: Wiele osób dzwoni.

Wskazówka: Zadzwoń przed godziną 8.00 i po godzinie 10.30.

Dzwoń tylko pod ten numer: Tel: [0941 507 - 2777](tel:09415072777)

WAŻNE: Napisz te informacje w wiadomości e-mail lub liście:

- Czego potrzebujesz? **"Potrzebuję zezwolenia na pobyt"**
- Twoje nazwisko i imię
- Data urodzenia
- Z jakiego kraju pochodzisz
- Twój adres

Wyślij e-mail na adres: aaa@regensburg.de

Wyślij list na adres: Biuro Integracji i Migracji

Departament Spraw Cudzoziemców

[Maximilianstr. 26](#)

93047 Regensburg

Możesz **odebrać wypełnione zezwolenie** na pobyt bez umawiania się na spotkanie.

Kiedy: Poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek: od 08:00 do 10:30.

Słowa kluczowe: **Urząd Rejestracji Cudzoziemców, Urząd Rejestracji Cudzoziemców, tytuł pobytowy, dokumenty, formularze, pobyt, rejestracja, zezwolenie na pobyt,**

tytuł pobytowy, zezwolenie na osiedlenie się, zezwolenie na pobyt, zezwolenie na pracę, zaświadczenie o niekaralności, łączenie rodzin, naturalizacja, pobyt studencki, pobyt, paszport, wiza, wizy

Informacje na temat zezwoleń na pobyt od IHK

Jeśli chcesz pracować w Niemczech, potrzebujesz zezwolenia na pobyt. Istnieją zezwolenia na pobyt dla zawodów akademickich i nieakademickich. Wyjaśniamy również specjalne zasady. Pokazujemy przykłady z życia codziennego na ten temat.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Potrzebujesz pomocy? Możesz również przyjść do nas lub zadzwonić. Można nas znaleźć tutaj:

IHK Regensburg dla Górnego Palatynatu/Kelheim

[D.-Martin-Luther-Str. 12](#) | 93047 Regensburg
Telefon +49 941 [5694-258](#) | Faks +49 941 5694-5258
schessler@regensburg.ihk.de

[Facebook](#)

[Instagram](#)

Słowa kluczowe: wykwalifikowana siła robocza, prawo imigracyjne dotyczące wykwalifikowanej siły roboczej, praca zarobkowa, działalność zawodowa, zezwolenie na pobyt, przepisy dotyczące pobytu

Wymiana pracy

Pomoc agencji zatrudnienia i urzędu pracy

Pracownicy agencji **zatrudnienia** (=Arbeits-Amt) i **urzędu** pracy służą pomocą:

- jeśli jesteś bezrobotny
- jeśli szukasz pracy lub szkolenia
- jeśli szukasz pracy lub szkolenia w regionie Regensburg
- jeśli chcesz zdobyć kwalifikacje zawodowe lub dokształcić się (= dowiedzieć się więcej o zawodzie).

Wskazówka: Wystarczy poprosić o spotkanie w agencji pracy lub urzędzie pracy. Otrzymasz tam poradę i wsparcie

Urząd pracy miasta Regensburg

Otrzymujesz **zasiłek dla bezrobotnych II?**

Urząd pracy pomoże Ci w znalezieniu kursu języka niemieckiego, pracy i szkolenia:

- Twój doradca poszuka z Tobą kursu językowego.
- Twój doradca poszuka z Tobą pracy.
- Twój doradca poszuka z Tobą pracy.

Skontaktuj się z nami:

[Job Centre](#) City of Regensburg

W [parku biznesowym D83](#)

93059 Regensburg

Telefon: [0941/64090-0](tel:0941640900) => następnie wybierz 1

Fax: [0941/64090 444](tel:094164090444)

jobcenter-Regensburg@jobcenter-ge.de

Godziny otwarcia:

Poniedziałek/Wtorek/Środa/Piątek -> 08:00-12:00

Czwartek -> 08:00-12:00 i 13:00-16:30

Słowa kluczowe: ALG II, Hartz IV, doradztwo, doradztwo zawodowe, poszukiwanie pracy, zasiłki, kurs językowy, zatrudnienie

Agencja zatrudnienia Regensburg

Nowi imigranci **z dostępem do rynku** pracy mogą skontaktować się z Agencją Zatrudnienia. Twoje dane osobowe zostaną zarejestrowane. Następnie zostaniesz umówiony na spotkanie z odpowiednim specjalistą.

Większość ofert pracy w Niemczech można znaleźć na [gieldzie pracy Federalnej Agencji](#) Pracy. Możesz na przykład

- wyszukiwać oferty pracy w Niemczech i za granicą.
- utworzyć i prowadzić profil osobisty
- ubiegać się o pracę online.
- otrzymywać odpowiednie oferty pracy pocztą elektroniczną na żądanie.

Adres: Agencja zatrudnienia w Ratyzbonie

[Galgenbergstr. 24](#)

93053 Regensburg

Zadzwoń donas: od poniedziałku do piątku w godzinach 08:00 - 18:00

Dla pracowników: [0800 4 5555 00*](tel:08004555500)

*Połączenie jest bezpłatne.

[Strona internetowa agencji zatrudnienia w Regensburgu](#)

Słowa kluczowe: zawód, praca, zatrudnienie, ogłoszenia o pracę, porady, pośrednictwo pracy, doradztwo, Federalna Agencja Pracy

Uznawanie kwalifikacji

Kwalifikacje zawodowe zdobyte za granicą mogą zostać uznane w Niemczech. Daje to większe szanse na znalezienie pracy w Niemczech.

Ukończyłeś uznawane przez państwo kwalifikacje trwające co najmniej rok za granicą? W takim razie ta procedura jest dla Ciebie otwarta.

W zależności od zawodu, inne organy mogą być odpowiedzialne. Możesz wcześniej zasięgnąć porady na temat procedury i sposobu składania wniosku.

Więcej informacji można znaleźć tutaj:

[Uznawanie kwalifikacji w Niemczech.](#)

[ANABIN, portal informacyjny na temat zagranicznych kwalifikacji.](#)

Pomoc w tym zakresie można również uzyskać w [Migration Counselling](#) Service.

Słowa kluczowe: certyfikat, kwalifikacje, stopień naukowy, uznanie, doradztwo, wykwalifikowani pracownicy

Uznawanie kariery i doradztwo kwalifikacyjne w bfz

Jeśli posiadasz kwalifikacje zawodowe lub świadectwo ukończenia szkoły z innego kraju, możesz zgłosić się po poradę. W ramach usługi doradztwa w zakresie uznawania i kwalifikacji pomożemy Ci w uznaniu Twoich kwalifikacji.

Skontaktuj się z nami:

Inna Olbricht

Telefon: [0941/40207-15](tel:0941/40207-15)

E-mail: inna.olbricht@bfz.de

Andreas Dick

Telefon: [0941/40207-60](tel:0941/40207-60)

E-mail: andreas.dick@bfz.de

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

Więcej informacji można znaleźć tutaj: www.bfz.de

Doradztwo IHK w zakresie uznawania kwalifikacji zawodowych

W Niemczech istnieje 350 zawodów dualnych i wiele możliwości dalszego kształcenia.

IHK oferuje bezpłatne doradztwo. Można tam uzyskać informacje o zawodach. Wspólnie sprawdzimy, który zawód odpowiada Twoim kwalifikacjom. Nazywa się to zawodem referencyjnym.

Pomożemy Ci również z dokumentami aplikacyjnymi.

Jak się z nami skontaktować?

Tanja Graf

IHK Regensburg dla Górnego Palatynatu/Kelheim

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

93047 Regensburg

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

E-mail: graf@regensburg.ihk.de

Internet: www.ihk-regensburg.de/anerkenennung

Uznawanie zawodów związanych z opieką zdrowotną

Czy pracowałeś za granicą w sektorze opieki zdrowotnej? Kształciłeś się lub studiowałeś w tej dziedzinie?

W takim razie możesz uzyskać uznanie tego zawodu w Niemczech.

Więcej informacji i kontaktów można znaleźć [tutaj, w Państwowym Urzędzie ds. Pielęgniarstwa](#).

Orientacja zawodowa i samozatrudnienie

Istnieje wiele ofert:

VHS może ci doradzić. Pomoże ci w składaniu podań o pracę lub jeśli chcesz założyć firmę. Posiada również informacje na temat kwalifikacji szkolnych.

Bfz oferuje również specjalne programy dla migrantów. Otrzymasz informacje na temat orientacji zawodowej. Możesz poćwiczyć składanie podań o pracę lub wziąć udział w kursie językowym dla swojego zawodu.

Chcesz założyć własną firmę? Izba Rzemieślnicza Ci w tym pomoże.

Słowa kluczowe: doradztwo, kwalifikacje, nowy zawód, przekwalifikowanie, aplikacja, szkolenie, rynek pracy, rozpoczęcie kariery zawodowej, kursy językowe związane z pracą, pogodzenie rodziny i kariery zawodowej

Doradztwo edukacyjne w centrum edukacji dorosłych (vhs) miasta Regensburg**Masz pytania dotyczące edukacji i szkoleń?**

Centra edukacyjne (BiC) w KÖWE i Candis oferują indywidualne porady dotyczące edukacji i kariery.

Tematy doradztwa są następujące:

Kariera i praca:

- Co chcesz robić w życiu? Jakie są możliwości?
- Pomoc w składaniu podań o pracę (sprawdzanie podań)
- Powrót do pracy: Jak sobie z tym poradzić? A może chcesz pracować niezależnie?
- Jak połączyć pracę z życiem rodzinnym?
- Wskazówki dotyczące nauki: Jaki jest najlepszy sposób nauki?

Nauka:

- Naucz się lepiej czytać i pisać
- Nadrabianie zaległości szkolnych
- Nauka samodzielna lub w małych grupach
- Komputer i nauka cyfrowa na miejscu

Usługa doradztwa edukacyjnego pomoże ci znaleźć odpowiedni kurs doszkalać. Pokaże również, w jaki sposób można zapłacić za dalszą edukację. Otrzymasz informacje na temat wielu programów edukacyjnych w regionie.

Zespół obsługi Telefon : [0941 / 507-2433](tel:0941_507-2433)

E-mail: service.vhs@regensburg.de

www.vhs-regensburg.de

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

Programy poradnictwa zawodowego w bfz

Bfz pomaga nowym imigrantom, oferując wiele ofert, aby mogli się zorientować w swoim zawodzie.

Na przykład:

Orientacja zawodowa dla uchodźców (BOF)

- o Ukierunkowanie na zawód i wybór kariery
- o Kursy językowe przygotowujące do pracy
- o Ćwiczenie aplikacji o pracę
- o Testy praktyczne w warsztatach i salach ćwiczeń
- o Faza firmowa w celu wypróbowania zawodów

Doradztwo dla osób ze środowisk migracyjnych

- o Integracja zawodowa
- o Coaching społeczny
- o Przygotowanie dokumentów do podania o pracę

Kwalifikacje zorientowane na praktykę ze szkoleniem językowym związanym z pracą (PQS)

- o Nauczanie języka przydatnego w pracy i specjalistycznej wiedzy z elementami praktycznymi
- o Pomoc w rozpoczęciu pracy
- o Wymagany voucher edukacyjny.

Kontakt

[bfz Regensburg](#)

[W parku biznesowym D 65](#)

93059 Regensburg

[0941 402070](tel:0941_402070)

info-r@bfz.de

Porady dla założycieli i następców w zawodach wymagających wysokich kwalifikacji

Izba Rzemieślnicza oferuje bezpłatne porady dla firm rozpoczynających działalność i firm działających w sektorze rzemiosła. Pomagamy we wszystkich kwestiach związanych z samozatrudnieniem. Zapewniamy kompleksową i neutralną pomoc.

Więcej informacji i kontakty można znaleźć [tutaj](#).

Partnerstwo mentorskie Regensburg

Przywróć swoją karierę na właściwe tory dzięki dyplomowi z zagranicy

Posiadasz dyplom akademicki z innego kraju? Chciałbyś ponownie pracować w swoim zawodzie w Niemczech? Mieszkasz w regionie Ratyzbony? Z mentorem z Twojej branży możesz wyjaśnić wiele praktycznych i zawodowych pytań oraz zbudować profesjonalną sieć kontaktów.

Czym jest partnerstwo mentorskie?

Partnerstwo mentorskie pomaga osobom, które są nowe w Niemczech i mają kwalifikacje zawodowe z zagranicy. Wspiera ich w znalezieniu pracy w Niemczech.

Więcej informacji na temat rejestracji i programu można znaleźć tutaj: [Informacje o partnerstwie mentorskim w Ratyzbonie](#)

Możesz zarejestrować się bezpośrednio jako podopieczny tutaj: [Formularz rejestracyjny do partnerstwa mentorskiego w Ratyzbonie](#)

Kontakt

Gabriela Wołosz

Pracownik projektu dla partnerstwa mentorskiego w Ratyzbonie
Door to Door - Integration Projects gGmbH

Telefon: [0821 90799739](tel:082190799739)

E-mail: gabriela.wolosz@tuerantuer.de

Adres biura: [Obermünsterstraße 1, 93047 Regensburg](#) (spotkania możliwe po wcześniejszym umówieniu, poniedziałki i piątki)

Prawo pracy

Prawo pracy jest prawem. Mówi ono, co jest ważne **w pracy**.

Na przykład:

- Umowa o pracę,
- wynagrodzenie,

- urlopy,
- zwolnienie (odejście z pracy)
- Nierówne traktowanie.

Istnieją nowe sposoby na podjęcie pracy w Niemczech przez wykwalifikowanych pracowników z zagranicy. Jeśli potrzebujesz pomocy, zwróć się do wyspecjalizowanych służb migracyjnych lub tych biur.

[Tutaj znajdziesz](#) informacje na różne tematy. Dostępnych jest wiele języków: niemiecki, angielski i arabski.

Słowa kluczowe: prawo, prawa pracownicze, praca tymczasowa, umowa o pracę i praca

Centrum doradztwa w zakresie sprawiedliwej integracji

Tutaj znajdziesz wszystkie informacje na temat swoich praw jako pracownika. Jeśli znasz swoje prawa, możesz chronić się przed wyzyskiem i dyskryminacją.

Doradzamy migrantom, którzy mają pracę, odbywają praktyki lub staż. Możemy również doradzić, jeśli chcesz pracować i masz pytania.

Doradztwo jest bezpłatne i poufne.

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

Informacje na temat ustawy o imigracji wykwalifikowanej siły roboczej (FEG) z IHK

Od 1 marca 2020 r. obowiązuje ustawa o imigracji pracowników wykwalifikowanych. Ustawa reguluje imigrację wykwalifikowanych pracowników z zagranicy.

Na przykład reguluje szybką procedurę dla wykwalifikowanych pracowników, anulowanie kontroli priorytetowej i wiele więcej.

Czy masz pytania dotyczące zezwoleń na pracę, praw pobytu i procedur przyspieszonych lub uznawania zawodów?

Informacje i kontakty można znaleźć [tutaj](#).

[Facebook](#)

[Instagram](#)

Szkolenie i staż

Staż

Odbywanie stażu = testowanie pracy. Testowanie zawodu.

Staż zawodowy jest dobry:

Możesz zdecydować: Jaka praca jest dla mnie odpowiednia?
Poznajesz zawód/pracę.

Możesz odbyć staż zawodowy.

Możesz również odbyć kilka staży. Wypróbuj różne zawody.

Opcje można znaleźć tutaj: [Stáže w Regensburgu](#)

Słowa kluczowe: szkolenie, aplikacja, rynek pracy, profil zawodowy, orientacja zawodowa, wybór kariery

Chcę nauczyć się zawodu

Czym jest szkolenie zawodowe?

Jakie są możliwości odbycia praktyk zawodowych?

Czym jest praktyka w firmie?

Szukasz zawodu.

Szukasz pracodawcy (=firmy).

Podpisujesz umowę z pracodawcą.

Pracujesz w firmie i uczysz się w szkole zawodowej.

Otrzymujesz wynagrodzenie.

Masz prawo do urlopu.

Na koniec musisz zdać egzaminy.

Kształcenie zawodowe w szkole

Niektórych zawodów można nauczyć się tylko w szkole.

Na przykład:

Pielęgniarka geriatryczna, pielęgniarka pediatryczna, pielęgniarka środowiskowo-medyczna.

Szkolenie trwa od 2 do 3 lat.

Na czym polega szkolenie w szkole?

Uczęszczasz do szkoły przez 2-3 lata.

Odbywasz praktyki zawodowe.

Masz wakacje.

Nie otrzymujesz wynagrodzenia (wyjątki: pielęgniarki/pielęgniarze geriatryczni i personel pielęgniarski).

Musisz płacić czesne za niektóre programy szkoleniowe.

Na koniec musisz zdać egzaminy.

Jakie są zalety praktyk zawodowych?

Dzięki praktykom zawodowym masz większe szanse na znalezienie dobrej pracy i zarabianie pieniędzy.

Możesz kontynuować naukę.

Po zakończeniu praktyk możesz wrócić do szkoły, zdać maturę i pójść na uniwersytet.

Szkoła zawodowa

[Tutaj](#) można znaleźć informacje o szkołach zawodowych w Bawarii.

[Tutaj](#) można znaleźć wszystkie szkoły zawodowe w Ratyzbonie.

Doradztwo tutaj:

Centrum doradztwa BMAF

[Haidplatz 8](#)

93047 Regensburg

[Numer telefonu](#)

[Adres e-mail](#)

[Strona internetowa](#)

Jak znaleźć pracę?

Jakie wymagania są potrzebne do odbycia stażu? (=Co musisz umieć robić/posiadać?)

- Świadectwo ukończenia szkoły: Czy masz mniej niż 21 lat? Nie masz uznawanego świadectwa ukończenia szkoły? Możesz nadrobić zaległości w szkołach zawodowych.
- Musisz dobrze mówić po niemiecku (co najmniej B1, lepiej B2).
- Musisz mieszkać w Niemczech od co najmniej 3 miesięcy.
Przed rozpoczęciem szkolenia należy poprosić urząd imigracyjny o pozwolenie.

⇒ Cztery kroki do zawodu:

Krok 1:

Dowiadujesz się o różnych zawodach.

Informacje można znaleźć

w Internecie: [Planet Beruf](#) i [Berufenet](#)

w Centrum Informacji Zawodowej (BiZ) [Agencji Pracy w Regensburgu](#).

Krok 2:

Porozmawiaj z doradcą zawodowym w Agencji Pracy.

-> W tym celu należy umówić się na spotkanie.

W pilnych przypadkach możesz również porozmawiać z zespołem doradztwa zawodowego w godzinach otwarcia.

Możesz również zapytać w [agencji umiejętności](#).

Krok 3:

Wybierasz zawód.

Krok 4:

Poszukiwanie miejsca szkolenia.

-> Znajdujesz miejsca szkoleniowe na [giełdzie pracy agencji zatrudnienia](#).

-> Aplikujesz do firm o miejsce szkolenia.

-> Informacje na temat listów motywacyjnych można znaleźć na stronie [Planet Beruf](#).

-> Podanie można złożyć na komputerze w [BiZ](#) (Centrum Informacji Zawodowej).

[Film](#) można znaleźć **tutaj** .

Film wyjaśnia kształcenie zawodowe w Niemczech.

Kursy oferowane przez Agencję Pracy w Regensburgu

Potrzebujesz dalszej pomocy w znalezieniu praktyki zawodowej? Agencja Pracy w Ratyzbonie może Ci pomóc:

- Agencja Pracy oferuje kursy przygotowujące do odbycia praktyki zawodowej.
- Agencja Pracy oferuje kursy wspierające podczas szkolenia. Więcej informacji można uzyskać w centrum doradztwa zawodowego.

Kto może mi pomóc?

Agencja zatrudnienia w Ratyzbonie

Zespół doradztwa zawodowego U25

[Telefon](#)

[E-mail](#)

Umów się na spotkanie.

Centrum Informacji Zawodowej (BiZ)

[Galgenbergstr. 24](#)

93053 Regensburg

Nie musisz umawiać się na spotkanie.

Wszystkie usługi oferowane przez Agencję Pracy w Ratyzbonie są bezpłatne.

Agencja ds. kompetencji Miasto Ratyzbona

Masz od 14 do 27 lat? Nie masz pracy, praktyki lub świadectwa ukończenia szkoły? Możemy Ci pomóc!

[Am Domplatz 3](#), II. piętro

93047 Regensburg

[E-mail](#)

Centrum kontaktowe dla młodzieży i pracy

Masz od 17 do 25 lat? Jesteś zarejestrowany jako bezrobotny w urzędzie pracy lub agencji zatrudnienia? Możesz pracować w Centrum Kontaktowym dla Młodzieży i Pracy. Otrzymasz wsparcie,

[Domplatz 3](#)

93047 Regensburg

[Telefon](#)

Warsztaty dla młodzieży w Ratyzbonie

Masz mniej niż 25 lat? Jesteś nowy w Niemczech? Jesteś młodą mamą? Nie masz pracy, wykształcenia lub świadectwa ukończenia szkoły? Chciałabyś pracować, odbyć praktykę

zawodową (w niepełnym wymiarze godzin) i/lub nadrobić zaległości w zakresie kwalifikacji szkolnych i potrzebujesz coachingu, wskazówek i wsparcia? Możemy Ci w tym pomóc. Możesz umówić się na spotkanie i uzyskać poradę.

[Glockengasse 1](#)

93047 Regensburg

[Telefon](#)

PUR - Centrum doradztwa dla młodych uchodźców w szkole zawodowej II

Możemy doradzić w kwestiach związanych z lekcjami, szkołą i szkoleniem.

[Ziegelweg 1](#)

Pokój: 3166a lub 3166b

93053 Regensburg

Słowa kluczowe: doradztwo zawodowe, szkoła zawodowa, szkolenie, stanowisko szkoleniowe, staż, młodzież, młodzi dorośli

Życie w Ratyzbonie

Życie

Znajdź mieszkanie

Szukam mieszkania

Co muszę zrobić?

1. Zobaczyć ogłoszenie o mieszkaniu w [Internecie](#) lub w gazecie, np. [mittelbayerische Zeitung](#).

Tutaj możesz wyszukać mieszkanie, wspólne mieszkanie, pokój lub dom: [WG-Gesucht](#)

-> Dzwonisz. Umawiasz się na oglądanie mieszkania.

-> Oglądasz mieszkanie.

Nie mówisz jeszcze dobrze po niemiecku?

Weź ze sobą znajomego, który dobrze mówi po niemiecku lub angielsku.

Możesz zapytać:

- Ile kosztuje czynsz?
- Ile kosztuje woda, prąd, ogrzewanie, gaz, internet?
- ...

Właściciel zapyta:

- Gdzie pracujesz?
- Ile zarabiasz?
- ...

Właściciel mówi:
Dostaniesz mieszkanie albo nie dostaniesz mieszkania.

Dostajesz mieszkanie:

Podpisz umowę najmu.
Umowa najmu jest bardzo **ważna**.
Przeczytaj ją uważnie!

Mam mieszkanie: Co muszę teraz zrobić? Musisz natychmiast umieścić swoje nazwisko na skrzynce na listy w nowym mieszkaniu.
Będziesz otrzymywać ważne listy.

Znalezienie mieszkania w Ratyzbonie jest trudne.

Kto może mi pomóc?

1.living together Welcome Uchodźcy mogą tutaj uzyskać pomoc w znalezieniu mieszkania: Co muszę wziąć pod uwagę? Jakich dokumentów potrzebuję? Jak wygląda życie we wspólnym mieszkaniu (WG)? Doradztwo jest również dostępne w języku arabskim.
Pokoju we wspólnym mieszkaniu można szukać tutaj:
<https://zusammenleben-willkommen.de/>

2.Spółdzielnie mieszkaniowe

Spółdzielnie mieszkaniowe mogą pomóc.
Spółdzielnie mieszkaniowe dysponują listą mieszkań.
Należy udać się do spółdzielni mieszkaniowej i zarejestrować się.
Jeśli mieszkanie jest dostępne w spółdzielni mieszkaniowej, otrzymasz list.
Pismo zawiera informacje o tym, które mieszkanie jest dostępne i co należy zrobić.

Czy chcesz udać się do spółdzielni mieszkaniowej?

Wohnungs-Berechtigungs-Schein kosztuje 7,50 €. Wohnungs-Berechtigungs-Schein jest ważny przez 1 rok.

Z **aświadczenie** o pozwoleniu na budowę mieszkania można uzyskać tutaj: [Amt für Stadtentwicklung](#)

Są tam ludzie, którzy mogą wyjaśnić, co należy zrobić. Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Masz zaświadczenie o przyznaniu mieszkania.
Zostajesz wpisany na listę oczekujących.
Mieszkanie jest dostępne: Otrzymasz wiadomość z terminem spotkania. Możesz obejrzeć mieszkanie.
lub: mieszkanie nie jest dostępne.
Nadal musisz czekać.

Tutaj można znaleźć firmy mieszkaniowe w Ratyzbonie:

⇒ [Firmy budowlane zajmujące się budownictwem mieszkaniowym Regensburg](#)

⇒ [Firmy zajmujące się budownictwem mieszkaniowym w Regensburg](#)

Agencje nieruchomości

Istnieją oferty mieszkaniowe od agentów nieruchomości.

Agent nieruchomości jest pośrednikiem.

Agent nieruchomości szuka dla Ciebie mieszkania.

Agent nieruchomości otrzymuje pieniądze za swoją pracę.

Znalezienie mieszkania z agentem nieruchomości kosztuje więcej pieniędzy.

Słowa kluczowe: Mieszkanie, poszukiwanie mieszkania, spółdzielnia mieszkaniowa, przeprowadzka, mieszkanie socjalne, zaświadczenie o rezerwacji, zaświadczenie o prawie do mieszkania (WBS), niedrogie mieszkanie, zameldowanie, adres

Czynsz i kaucja

1. pracujesz, zarabiasz i znalazłeś mieszkanie?

Musisz sam płacić czynsz.

Co miesiąc płacisz pieniądze właścicielowi mieszkania.

Płacisz pieniądze za:

- mieszkanie
- wodę
- elektryczność
- ogrzewanie
- wywóz śmieci

Co to jest depozyt?

Kaucję płaci się wynajmującemu **jednorazowo**.

Depozyt to dużo pieniędzy.

Później nie musisz już płacić kaucji.

Kaucja jest zabezpieczeniem dla wynajmującego.

Zapytaj wynajmującego:

"Ile kaucji muszę zapłacić?".

Kiedy otrzymam zwrot kaucji?

Wyprowadzasz się. W mieszkaniu nic się nie zepsuło.

Właściciel zwraca kaucję.

2. Pracujesz i nie zarabiasz dużo pieniędzy?

Możesz ubiegać się o **zasiłek** mieszkaniowy.

Co to jest zasiłek mieszkaniowy?

Wohn-Geld to wsparcie finansowe.

Co miesiąc możesz otrzymywać pieniądze na mieszkanie.

Możesz ubiegać się o zasiłek mieszkaniowy.
Wniosek składa się w urzędzie opieki społecznej:

Gdzie?

[Urząd ds. socjalnych](#)

⇒ [Dział](#) dodatków mieszkaniowych

⇒ Tutaj można znaleźć formularze [wniosku](#) o zasiłek mieszkaniowy.

Urząd opieki społecznej mówi:
Otrzymasz dodatek mieszkaniowy
lub: Nie otrzymasz dodatku mieszkaniowego.

3. Otrzymujesz pieniądze z urzędu pracy i znalazłeś mieszkanie?

Urząd pracy może przyznać pieniądze na mieszkanie.
Znalazłeś mieszkanie?
Powiedz Urzędowi Pracy:
"Znalazłem mieszkanie".

Pokaż Urzędowi Pracy umowę najmu.
Urząd Pracy mówi:
Możesz wprowadzić się do mieszkania.
lub: **Nie** możesz wprowadzić się do mieszkania.
Ponieważ: Mieszkanie jest za duże...
Ponieważ: Mieszkanie jest za drogie...

Nie masz pieniędzy na kaucję?

Urząd Pracy może pożyczyć pieniądze na depozyt.
Urząd Pracy będzie wtedy wypłacać mniej pieniędzy przez określony czas.
Przykład:

Depozyt wynosi 200 euro.
Urząd pracy pożycza 200 euro.

Teraz musisz zwrócić 200 euro do urzędu pracy.

Jak zwrócić pieniądze?

Na przykład:
Zwykle otrzymujesz 150 euro z urzędu pracy.
Teraz: Otrzymujesz 130 € z Urzędu Pracy przez 10 miesięcy.
Urząd Pracy wypłaca Ci 20 € mniej każdego miesiąca.
Następnie ponownie otrzymasz 150 euro z urzędu pracy.

Słowa kluczowe: przejęcie kosztów, koszty zakwaterowania, kaucja czynszowa, zimny czynsz, ciepły czynsz, zimny czynsz netto

Zaświadczenie o prawie do mieszkania socjalnego

W Regensburgu znajdują się specjalne mieszkania. Czynsz jest szczególnie korzystny.
Państwo pomaga, aby mieszkania nie były tak drogie. Mieszkania te nazywane są
mieszkaniem socjalnym. Możesz wynająć jedno z tych mieszkań, jeśli zarabiasz mało
pieniędzy. Aby wynająć mieszkanie, potrzebny jest certyfikat. Zaświadczenie to nazywa się

Wohnberechtigungsschein. W skrócie WBS.

Jaka jest różnica między zaświadczeniem o kwalifikowalności a zawiadomieniem o rezerwacji?

Zostaniesz sklasyfikowany zgodnie ze swoim dochodem. Jeśli należysz do II lub III poziomu dochodów, otrzymasz WBS. Możesz go użyć do samodzielnego ubiegania się o odpowiednie mieszkanie.

Jeśli należysz do I poziomu dochodów, otrzymasz powiadomienie o wstępnym zatwierdzeniu. Następnie biuro poleci Cię właścicielowi mieszkania.

Uwaga:

Językiem urzędowym jest wyłącznie NIEMIECKI. Prosimy o zabranie ze sobą tłumacza, aby móc się wyraźnie komunikować! Ty i inne osoby w Twoim gospodarstwie domowym musicie spełniać określone limity dochodów, aby otrzymać WBS lub Vormerkbescheid.

Jakie dokumenty są potrzebne?

- Formularz wniosku
- Deklaracja dochodów dla całego gospodarstwa domowego
- Dowód osobisty lub paszport
- Zezwolenie na pobyt lub certyfikat fikcji, jeśli dotyczy
- Legitymacja osoby niepełnosprawnej, jeśli dotyczy
- Akt małżeństwa, jeśli dotyczy
- Zaświadczenie o macierzyństwie, jeśli dotyczy
- Dowód dochodu za ostatnie 12 miesięcy
- Powód pilności wraz z odpowiednimi dowodami

Więcej informacji i formularze można znaleźć [tutaj](#).

Wyślij wypełniony wniosek do:

Urząd ds.

[D.-Martin-Luther-Str. 1](#)

93047 Regensburg

Pocztą, [e-mailem](#) lub bezpośrednio do skrzynki na listy znajdującej się naprzeciwko poczekalni.

Jakie są opłaty?

Wydanie zaświadczenia o uprawnieniu do zakwaterowania lub powiadomienia o rezerwacji podlega zazwyczaj opłacie.

WBS I + II i VB: 7,50 € / WBS III: 15,00 €

Po rozpatrzeniu wniosku otrzymasz fakturę.

Uwagi dotyczące rozpatrywania wniosków o zezwolenie na mieszkanie i dodatkowe finansowanie

Do odwołania wnioski można składać wyłącznie pocztą tradycyjną lub elektroniczną.

Wizyta osobista jest możliwa tylko po wcześniejszym umówieniu się (telefonicznie lub [online](#)).

Kontakt

[Telefonicznie](#)

[Kontakt e-mail](#)

Słowa kluczowe: budownictwo mieszkaniowe, rozwój miast, budownictwo socjalne, zezwolenie mieszkaniowe, WBS, zawiadomienie o rezerwacji

Relokacja

Relokacja

- Twoje mieszkanie jest za małe?
- Nie lubisz już swojego mieszkania?
- Twoje mieszkanie jest za drogie?

Możesz się przeprowadzić (= przenieść do innego mieszkania).

Przeprowadzka jest bardzo czasochłonna.

Trzeba pomyśleć o wielu rzeczach:

- Musisz poinformować pracodawcę o nowym adresie.
- Musisz poinformować urząd skarbowy o nowym adresie.
- Musisz poinformować bank o nowym adresie.

Jest jeszcze wiele innych rzeczy.

⇒ [Liste](#) można znaleźć tutaj.

Listę można również wydrukować.

Nadal masz pytania lub potrzebujesz pomocy?

Zapytaj w biurach obywatelskich:

1. [biuro](#) obywatelskie [centrum miasta](#)

2. [biuro](#) obywatelskie [północ](#)

3. biuro obywatelskie [Burgweinting](#)

Otrzymujesz pieniądze z urzędu pracy i chcesz się przeprowadzić?

⇒ Zapytaj swojego doradcę z urzędu pracy!

Ważne zasady

W Niemczech obowiązują ważne zasady dotyczące mieszkania lub domu.

W każdym domu obowiązuje regulamin. Zasady te są określone w regulaminie domu.

Miedzy 13:00 a 15:00 jest pora obiadowa. Pomiedzy 22:00 a 6:00 rano obowiązuje cisza nocna. W tym czasie nie wolno hałasować.

Wszyscy mieszkańcy muszą przestrzegać nocnego odpoczynku.

Wszyscy mieszkańcy muszą segregować swoje śmieci. Więcej informacji można znaleźć w sekcji "Życie w Ratyzbonie".

Słowa kluczowe: segregacja odpadów, recykling, odpoczynek nocny, cisza nocna, sąsiedzi, wspólnota mieszkaniowa

Mobilność

Autobus, rower, pociąg

W Ratyzbonie jest wiele możliwości. Odległości są niewielkie. Wszędzie można dostać się szybko.

Ważne informacje na temat transportu w Niemczech można znaleźć [tutaj](#).

Jazda na rowerze

Możesz jeździć na rowerze lub chodzić. Rowerem można dojechać prawie wszędzie w Regensburg.

Wiele osób jeździ na rowerze w Ratyzbonie. Wiele osób jeździ na rowerze również w centrum miasta. Należy jeździć ostrożnie i uważać na pieszych. Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Autobus

W Ratyzbonie kursuje wiele autobusów. Jest wiele przystanków autobusowych. Autobusem można dojechać prawie wszędzie. Każdy autobus ma rozkład jazdy. Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Pobierz [aplikację RVV](#). Możesz znaleźć rozkłady jazdy, kupić bilety i znaleźć przystanki autobusowe.

Bilety kosztują mniej z City Pass. [Więcej](#) informacji można znaleźć tutaj.

Jeśli podróżujesz bez ważnego biletu, będziesz musiał zapłacić 60 euro.

Taksówki

W Ratyzbonie jest wiele taksówek. Możesz zadzwonić po taksówkę. Kierowca zawiezie Cię i na koniec poda cenę. **Więcej informacji i kontaktów** można znaleźć [tutaj](#).

Kolej

W Ratyzbonie znajduje się kilka stacji kolejowych. Główny dworzec kolejowy znajduje się tutaj: [Bahnhofstr. 18](#)

93047 Regensburg

Z Ratyzbony kursuje wiele pociągów do innych miast i krajów.

Musisz kupić bilet. Można to zrobić online, za pośrednictwem aplikacji DB lub na miejscu w kasie biletowej. Można tam również znaleźć rozkłady jazdy.

Istnieje wiele różnych biletów. Nie można podróżować wszystkimi pociągami z wszystkimi biletami. Nie wiesz, który bilet kupić? Zapytaj personel na stacji!

Jeśli podróżujesz bez biletu, będziesz musiał zapłacić 60 euro.

Autobus dalekobieżny

W Ratyzbonie kursuje również wiele autobusów dalekobieżnych. Autobusy dalekobieżne kursują do innych miast lub krajów.

Bilety można kupić online **przed podróżą**. Bilety można również kupić u kierowcy autobusu. Ale tylko wtedy, gdy są jeszcze wolne miejsca.

Bez biletu nie można wsiąść do autobusu.

Autobusy dalekobieżne odjeżdżają również z głównego dworca kolejowego.

Słowa kluczowe: lokalny transport publiczny, transport publiczny, transport publiczny, przepisy ruchu drogowego, przepisy ruchu drogowego, rozkład jazdy, trasa autobusowa, transport lokalny, transport dalekobieżny, bilet autobusowy, bilet miesięczny

Samochód i prawo jazdy

Co to jest pojazd silnikowy?

KFZ oznacza "pojazd silnikowy".

Pojazdem silnikowym jest np:

- samochód
- ciężarówka
- motocykl
- skuter

Prawo jazdy

Chcesz prowadzić pojazd silnikowy w Niemczech? -> Potrzebujesz prawa jazdy.

Chcesz uzyskać prawo jazdy w Ratyzbonie? -> Musisz mieć główne miejsce zamieszkania w Ratyzbonie.

-> Musisz zdać dwa testy:

- Egzamin teoretyczny
 - Test praktyczny
- Testy i prawo jazdy są płatne.

[Zapytaj swoją szkołę jazdy.](#)

Czy masz już prawo jazdy?

Sprawdź tę [listę](#) .

Czy pochodzisz z kraju znajdującego się na tej liście?

-> W takim razie nie potrzebujesz już prawa jazdy.

Musisz przerobić swoje prawo jazdy.

Otrzymasz nowe prawo jazdy.

Pochodzisz z innego kraju?

-> Musisz uzyskać nowe prawo jazdy.

Poproś o nie:

[Urząd ds. porządku publicznego i ruchu drogowego](#)

[Tutaj](#) znajdziesz wiele informacji na temat prawa jazdy w Niemczech.

Możesz uczyć się do egzaminu teoretycznego i praktycznego.

Dostępne są książki i arkusze do nauki w wielu językach.

Zajrzyj [tutaj](#) lub zapytaj w swojej szkole jazdy.

Rejestracja pojazdu

Chcesz kupić pojazd silnikowy i prowadzić go?

-> Musisz zarejestrować swój pojazd (=rejestracja)

-> Otrzymasz tablice rejestracyjne.

Chcesz zarejestrować pojazd silnikowy?

Potrzebujesz wielu dokumentów:

- Ubezpieczenie
- dowód rejestracyjny pojazdu
- Dowód rejestracyjny

Zapytaj o:

[Urząd rejestracji pojazdów](#)

MOT

TÜV oznacza "Stowarzyszenie Kontroli Technicznej".

TÜV sprawdza, czy pojazd nie jest uszkodzony.

Należy regularnie udawać się do TÜV.

Spójrz na naklejkę (sticker) na tablicy rejestracyjnej.

Jest na niej napisane:

Kiedy należy udać się na przegląd techniczny.

[Listę](#) można również znaleźć [tutaj](#).

TÜV mówi:

Twój pojazd jest bezpieczny lub

Twój pojazd nie jest już bezpieczny. Musisz go naprawić.

TÜV ma wiele lokalizacji w Regensburgu.

[Przegląd](#) można znaleźć [tutaj](#).

Masz pytania dotyczące TÜV?

Zadzwoń do nas!

Słowa kluczowe: pojazd silnikowy, samochód, prawo jazdy, egzamin na prawo jazdy, przepisy ruchu drogowego, ubezpieczenie samochodu,

Parkingi w Ratyzbonie

W mieście Regensburg znajduje się wiele parkingów.

Niektóre parkingi są bezpłatne.
Czasami trzeba zapłacić.

Listę wszystkich parkingów można znaleźć [tutaj](#).

Lista zawiera:

- Które parkingi są dostępne?
- Kiedy parkingi są otwarte?
- Ile kosztują parkingi?
- Gdzie znajdują się parkingi?
- I wiele więcej.

Listę parkingów dla motocykli można znaleźć [tutaj](#).

Listę parkingów dla rowerów można znaleźć [tutaj](#).

Listę parkingów dla osób niepełnosprawnych można znaleźć [tutaj](#).

Naturalizacja

Naturalizacja zmienia obcokrajowców w Niemców. Aby to zrobić, muszą oni spełnić określone wymagania. To, co dokładnie jest do tego potrzebne, różni się. Pomocne jest doradztwo. Prosimy o zabranie ze sobą paszportu lub innego dowodu.

Więcej informacji można znaleźć tutaj: [Droga do niemieckiego paszportu](#)

Porady i kontakt w Ratyzbonie:

[Centrum Obywatelskie](#) [D.-Martin-Luther-Straße 3, 93047 Regensburg](#)

[Telefon](#)[Email](#)[Wniosek online i dalsze informacje](#)

[Specjalistyczne służby migracyjne](#) udzielają również porad dotyczących naturalizacji.

Słowa kluczowe: Niemcy, obywatelstwo, wniosek, paszport, dowód osobisty

City Pass

Czy znasz bilet miejski?

W Ratyzbonie obowiązuje "Stadt-Pass".
City Pass **nie** jest kartą identyfikacyjną.
City Pass **nie kosztuje żadnych** pieniędzy.

Wiele rzeczy kosztuje mniej z City Pass:

Na przykład:

- Podróż autobusem
- Kursy VHS
- kluby sportowe
- muzea
- ...

Wiele osób może otrzymać City Pass.

Na przykład:

- Jesteś klientem urzędu pracy.
- Jesteś klientem urzędu opieki społecznej.
- Otrzymujesz zasiłek mieszkaniowy.
- Otrzymujesz pieniądze na mocy ustawy o świadczeniach dla osób ubiegających się o azyl.
- ...

Chcesz otrzymać bilet miejski?

Musisz umówić się na spotkanie:

[Urząd Spraw Społecznych](#)

[Johann-Hösl-Straße 11b](#)

93053 Regensburg

Telefon: [0941 507-1502](tel:09415071502)

E-mail: sozialamt@regensburg.de

Urząd spraw socjalnych udzieli Ci informacji:

Otrzymasz bilet miejski lub nie.

Mieszkasz w powiecie Regensburg?

Nie możesz ubiegać się o kartę miejską. Istnieje jednak "[Landkreis-Pass](#)". Zapytaj w urzędzie okręgowym.

Wszystkie informacje na temat karty miejskiej można znaleźć [tutaj](#).

Telefon komórkowy i telefon

Chcesz wykonywać połączenia w Niemczech?

- Możesz kupić telefon komórkowy z kartą SIM.
- Możesz również kupić tylko jedną kartę SIM na stronie .
- Musisz podać swój adres dla karty SIM.
- Musisz podać swoje konto bankowe.

Chcesz dzwonić do swojego kraju?

Często jest to **drogie** z niemiecką kartą SIM.

Istnieje wiele ofert dla kraju ojczystego.

Zapytaj doradcę w sklepie z telefonami komórkowymi.

Więcej informacji można znaleźć na tej stronie internetowej: <https://www.test.de/Telefonieren-ins-Ausland>.

Jakie umowy na telefon komórkowy są dostępne?

Istnieją różne umowy na telefon komórkowy.
Sprawdź [tutaj](#).

Nie musisz zawierać umowy ze stałymi miesięcznymi kosztami.
Można również kupić kartę przedpłaconą.
Przeczytaj uważnie umowę i zapytaj doradcę w sklepie z telefonami komórkowymi!

Nie umiesz jeszcze dobrze czytać po niemiecku? Weź kogoś ze sobą!
Musisz **wszystko** zrozumieć. Dopiero wtedy możesz podpisać umowę.

Dlaczego muszę zrozumieć WSZYSTKO w umowie?

1. Musisz przeczytać umowę.

->Określa ona, co można robić z telefonem komórkowym (połączenia telefoniczne, wiadomości tekstowe, Internet).

Przykład: Twoja umowa mówi "Możesz dzwonić tylko do Niemiec".
Wykonujesz połączenia za granicę (= nie w Niemczech).
Musisz zapłacić dużo pieniędzy.
Firma pobiera pieniądze z konta bankowego.

Słowa kluczowe: telefon komórkowy, telefon komórkowy, umowa na telefon komórkowy, karta SIM, telefon komórkowy na kartę, taryfy telefoniczne, ryczałt, roaming, opłaty za telefon komórkowy, opłaty telefoniczne

WLAN i Internet bezpłatnie w Ratyzbonie

Czasami można korzystać z Internetu bez płacenia.
Niektóre hotspoty WLAN w Ratyzbonie można znaleźć tutaj:

[Hotspoty Telekom](#)

[Hotspoty Vodafone Freifunk Regensburg](#)

Niektóre kawiarnie również oferują bezpłatną sieć WLAN. Zapytaj w kawiarni.

[Internet](#) jest również dostępny na uniwersytecie i uniwersytecie nauk stosowanych.
Sieć "Bayern WLAN" jest bezpłatna dla wszystkich. Bayern WLAN jest również dostępny w centrum miasta i w miejscach publicznych.

Słowa kluczowe: darmowy internet, kafejka internetowa, darmowe wifi, WLAN

Zakupy

W Ratyzbonie znajduje się wiele sklepów

Można w nich kupić ubrania, jedzenie, napoje, telefony komórkowe...
Wiele sklepów jest otwartych:

Od **poniedziałku do soboty**: 08:00-20:00
Niektóre sklepy są zamykane wcześniej w soboty.
Sklepy są zamknięte **w niedziele**.

W Ratyzbonie są "otwarte [niedziele](#)".

"Otwarte niedziele" odbywają się dwa razy w roku:
W te dni sklepy są otwarte również w niedziele.

Depozyt

Chcesz kupić napój w butelce lub puszcze?
Musisz zapłacić kaucję.
Kaucja kosztuje 8, 15 lub 25 centów.
Zwracasz butelkę:
Otrzymujesz kaucję (= pieniądze za butelkę) z powrotem.
Butelkę można zwrócić w dowolnym sklepie sprzedającym napoje.

Pchle targi

W Ratyzbonie znajdują się różne pchle targi.
Można tam kupić różne rzeczy.
Są to rzeczy używane. Rzeczy te są często tańsze.
Każdy może sprzedawać i kupować na pchlim targu.
Chcesz coś sprzedać?
Zapytaj wcześniej operatora pchlego targu.
Musisz uiścić opłatę.

Wiele pchlich targów w Ratyzbonie można znaleźć [tutaj](#).

W Ratyzbonie znajduje się "Teilbar".
Można tam oddać używane przedmioty.
Można tam oddać używane przedmioty.
Rzeczy w "Teilbar" nie kosztują żadnych pieniędzy.
W "Teilbar" znajduje się wiele innych rzeczy.

Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Słowa kluczowe: zakupy, second hand, godziny otwarcia, tanie zakupy

Odpady, recykling, segregacja odpadów i unikanie odpadów

Odpady

Odpady to śmieci.
Śmieci to rzeczy, których już nie potrzebujemy.
Lub rzeczy, które są zepsute.
Wyrzucamy je.

Śmieci należy wyrzucać do kosza na śmieci. Śmieci **nie** wolno wyrzucać na podłogę ani przez okno.



Więcej informacji można znaleźć [tutaj](#).

Zielone i czarne pojemniki na odpady należą do Twojego domu.

Brązowe pojemniki na odpady organiczne znajdują się w miejscach publicznych w mieście.

Mapę można znaleźć [tutaj](#). Lub w [aplikacji odpady](#) w sekcji punkty zbiórki.

Za czarny pojemnik (odpady resztkowe) płaci się wraz z czynszem.

Zielony pojemnik (papier) jest bezpłatny.

Pojemniki są opróżniane. [Daty tutaj](#).

W marcu otrzymasz rolkę żółtych worków.

Żółte worki są bezpłatne.

Czy skończyły się żółte worki?

Musisz podać **swój** adres [online](#).

Otrzymasz kupon (=voucher na żółte worki).

Kupon można wykorzystać do odbioru **żółtych** worków [tutaj](#).

Lodówki, meble, olej, akumulatory samochodowe, odpady budowlane, odpady toksyczne, telewizory, radia ... nie są zwykłymi odpadami.

Lodówki, meble, olej, telewizory ... należy dostarczyć do różnych stacji.

Wiele z tych przedmiotów można oddać bezpłatnie.

Przedmioty te można oddać tutaj:

[Biuro zarządzania recyklingiem, oczyszczania miasta i zarządzania flotą](#)

Markomannenstraße 3

93053 Regensburg

Telefon [0941 507-1702](#)

Można również zwrócić się do właściciela lub dozorca.

Baterie, urządzenia elektryczne (lampy, radia, telewizory, komputery, telefony komórkowe itp.) oraz odpady wielkogabarytowe (np. meble, dywany, materace) nie są zwykłymi odpadami.

Baterie należy oddawać w sklepach.

Baterie (np. z pilotów lub latarek) można oddać w wielu sklepach.

W sklepach znajduje się "zielone pudełko".

"Zielone pudełko" jest przeznaczone na baterie.

Nie wolno wyrzucać baterii do zwykłych śmieci!

W sklepach można wyrzucać żarówki (np. żarówki LED).

W sklepach znajduje się "niebieskie pudełko".

Niebieskie pudełko jest przeznaczone na żarówki.

Nie wolno wyrzucać lamp do zwykłych śmieci!

Urządzenia elektryczne (radio, telewizor, komputer, telefon komórkowy...) można oddać tutaj:

[Biuro Zarządzania Recyklingiem, Oczyszczania Miasta i Zarządzania Flotą](#)

Markomannenstraße 3

93053 Regensburg

Telefon [0941 507-1702](tel:09415071702)

Szczegółowe informacje na temat wszystkich odpadów i stacji można znaleźć w [przewodniku po odpadach](#).

Nie wiesz, który odpad należy do którego pojemnika? Masz jakieś pytania?

[Doradca](#) ds. odpadów może Ci pomóc!

Unikanie odpadów

Duża ilość śmieci jest szkodliwa dla środowiska.

Ważne jest, aby unikać śmiecenia.

Wskazówki dotyczące unikania odpadów:

1. Kupuj produkty wielokrotnego użytku

Produkty wielokrotnego użytku mogą być używane wielokrotnie.

Takie produkty są korzystne dla środowiska.

Napoje i mleko są dostępne w opakowaniach zwrotnych.

Są to szklane butelki, które mogą być używane wielokrotnie.

Chcesz napić się kawy w podróży?

Zabierz ze sobą własny kubek.

2. Kupuj rzeczy bez opakowań

Opakowania są szkodliwe dla środowiska.

Kupuj owoce i warzywa bez opakowań.

Używaj płóciennych toreb na zakupy.

3. Naprawiaj zamiast wyrzucać

Zepsute rzeczy można naprawić. Np. urządzenia elektryczne.
Możesz ponownie wykorzystać rzeczy i zaoszczędzić pieniądze.
Sklepów zajmujących się naprawą można szukać [tutaj](#).

4. Pożyczaj rzeczy lub kupuj rzeczy używane

Pożyczaj rzeczy, których potrzebujesz tylko raz. Na przykład książki i płyty DVD z biblioteki publicznej lub Werk-Zeuge.

Kupuj rzeczy używane. Jest to korzystne dla środowiska i pozwala zaoszczędzić pieniądze.
Możesz kupować rzeczy na pchlich targach. Możesz kupować rzeczy w sklepach z używanymi rzeczami.

Słowa kluczowe: odpady, segregacja odpadów, recykling, utylizacja odpadów, żółty worek, zielona kropka, unikanie odpadów, zapobieganie powstawaniu odpadów

Aplikacja Waste agencji ochrony środowiska

W jaki sposób aplikacja Waste pomaga?

Odpady = śmieci, na przykład plastik lub papier.

Aplikacja Odpady informuje, **kiedy** śmieci są odbierane.

Śmieci są zawsze odbierane **tego samego dnia tygodnia**.

Jeśli jest to inny dzień, aplikacja poinformuje o tym.

Co może zrobić aplikacja Odpady?

1. przypomnienie: aplikacja informuje, kiedy śmieci zostaną odebrane
2. punkty zbiórki: Możesz znaleźć miejsca, w których możesz zostawić inne śmieci (odpady organiczne, szkło, stare ubrania, odpady zielone).
3. ABC odpadów: Tutaj możesz dowiedzieć się, gdzie możesz pozbyć się różnych rodzajów odpadów.

Link do internetowej wersji aplikacji Odpady: [Aplikacja Odpady](#)

Aplikację dotyczącą odpadów można również znaleźć w [sklepie Google Store](#) i [Apple Store](#) **na telefon komórkowy.**

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

Słowa kluczowe: odpady, odpady, utylizacja odpadów, zbiórka odpadów, odpady reszkowe, zużyte szkło, zużyta odzież, recykling, odpady organiczne

Edukacja konsumencka dla uchodźców

Tutaj można znaleźć wskazówki i pomoc dotyczącą

- Umowy na telefon komórkowy
- Umowy zakupu
- polis ubezpieczeniowych
- Wynajem
- banki
- i więcej

Kontakt:

Email: verbraucherbildung@ebw-regensburg.de

[Strona internetowa](#)

[Informacje z centrum porad konsumenckich dla uchodźców i osób im pomagających.](#)

Wiadomości z Ratyzbony i Niemiec

[Tutaj](#) można znaleźć wiele aktualnych informacji o mieście. Można nas również znaleźć w [mediach społecznościowych](#).

Więcej aktualnych informacji można znaleźć w gazetach. Są to [Mittelbayerische Zeitung](#), [Regensburger Zeitung](#) lub [regensburg-digital](#).

Wiadomości z Niemiec w prostym języku można znaleźć [tutaj](#) i [tutaj](#) (video).

Dni ustawowo wolne od pracy

Supermarkety i sklepy są **zamknięte** w święta państwowe w Ratyzbonie. W Niemczech są różne dni świąteczne. Nie są one takie same we wszystkich krajach związkowych.

Oto lista ważnych świąt państwowych w Bawarii:

- Nowy Rok - co roku 01 stycznia
- Trzech Mędrców - co roku 06 stycznia
- Wielki Piątek - piątek przed Wielkanocą
- Poniedziałek Wielkanocny - poniedziałek po Wielkanocy: 01.04.2024 r.
- Święto Pracy - co roku 01 maja
- Wniebowstąpienie Pańskie - 39 dni po Wielkanocy (zawsze jest to zawsze czwartek)
- Zielone Świątki - 49 dni po Wielkanocy
- Boże Ciało - 59 dni po Wielkanocy (zawsze jest to czwartek)

- Wniebowzięcie Najświętszej Maryi Panny - co roku 15 sierpnia
- Dzień Jedności Niemiec - święto narodowe w Niemczech. Każdego roku 03 października
- Dzień Wszystkich Świętych - każdego roku 01 listopada
- Boże Narodzenie - pierwszy dzień po Wigilii, 25 grudnia
- Drugi Dzień Bożego Narodzenia - drugi dzień po Wigilii, 26 grudnia

[Tutaj](#) znajdziesz listę wszystkich świąt państwowych w Bawarii.

Słowa kluczowe: święta państwowe, dni wolne od pracy, dni wolne od pracy

Ważne aplikacje i oferty internetowe

Aplikacje i usługi internetowe dla osób przyjeżdżających i mieszkających w Niemczech

Aplikacja: [Arrive](#)

Nie mówisz jeszcze po niemiecku lub nie mówisz zbyt dobrze?

Dzięki "Ankommen" dowiesz się, co jest bardzo ważne w codziennym życiu w Niemczech.

Aplikacja: [Miniila](#) W aplikacji znajdziesz ważne informacje i oferty pomocy w Twojej okolicy na różne tematy. Na przykład: zdrowie, WiFi, żywność...

Aplikacja jest dostępna w języku angielskim, francuskim, arabskim, farsi, tigrinya i niemieckim.

Aplikacja: [mbeon](#)

Potrzebujesz pomocy lub porady?

"mbeon" może wesprzeć Cię online w wielu kwestiach związanych z przyjazdem do Niemiec, np. w takich tematach jak praca i kariera, nauka języka niemieckiego, zdrowie i zakwaterowanie.

Doradztwo online - to takie proste:

- > Pobierz aplikację
- > Wybierz język
- > Zadać pytanie
- > Doradca odpowie w języku niemieckim lub angielskim w ciągu 48 godzin.

Porady nie są dostępne w **weekendy** i **święta**.

Serwis internetowy: [JMD4you](#)

jmd4you to internetowy serwis doradczy Młodzieżowych Służb Migracyjnych dla młodych ludzi ze środowisk migracyjnych w wieku od 12 do 27 lat.

Możesz zadawać doradcom JMD pytania online, np. na temat szkoły, szkolenia, pracy i wypoczynku. Porady są anonimowe i bezpłatne.

Strona jest dostępna w języku niemieckim, [rosyjskim](#) i [tureckim](#).

Strona internetowa: [WDRforyou](#)

Na stronie WDRforyou można znaleźć ważne informacje o życiu w Niemczech, wiadomości i rozrywkę.

Portal internetowy zawiera materiały z następujących obszarów:

"Filmy dokumentalne i wiadomości", "Informacje o Niemczech", "Sport i rozrywka" oraz "Dzieci" WDRforyou oferuje w języku niemieckim, [angielskim](#), [arabskim](#) i [farsi](#).

Strona internetowa: [Handbook Germany](#)

Handbook Germany zawiera odpowiedzi od A do Z na temat życia w Niemczech w formie filmów i tekstów. Zawiera ważne wskazówki dotyczące azylu, zakwaterowania, zdrowia, pracy i szkoleń, a także opieki dziennej, studiów i wielu innych. Strona jest dostępna w języku [arabskim](#), [perskim](#), [paszto](#), [francuskim](#), [tureckim](#), [angielskim](#) i [niemieckim](#).

Strona internetowa: [Fluechtlingshelfer](#)

Tutaj można znaleźć informacje na wiele tematów: Procedury azylowe, praca, szkolenia, mieszkania i wiele innych. Znajdują się tam również materiały do nauki języka niemieckiego. Wiele tekstów jest w prostym języku niemieckim.

Strona internetowa: [Moja droga do Niemiec](#)

Moja droga do Niemiec oferuje wiele informacji na temat codziennego życia w Niemczech w tekstach audio pod nagłówkami "Życie w Niemczech" i "Szukanie pomocy". Pod nagłówkiem "Ćwiczenie języka niemieckiego" znajdują się również krótkie filmy i zdjęcia z ćwiczeniami i gramami do nauki i ćwiczenia języka niemieckiego.

Aplikacje do nauki języka niemieckiego:

Aplikacja: [SerloABC](#) Ta bezpłatna aplikacja ułatwia naukę alfabetu łacińskiego. BAMF poleca aplikację jako uzupełnienie lekcji czytania i pisanie.

Aplikacja: [Deutschtrainer A1](#)

Możesz:

- Uczyć się słów i zdań
- Słuchać tekstów
- Grać w gry

Aplikacja: [Duolingo](#)

Możesz uczyć się niemieckiego

- bez wcześniejszej wiedzy (= nie znasz jeszcze niemieckiego)
- z wcześniejszą wiedzą (= znasz trochę niemiecki)

Aby uczyć się niemieckiego z Duolingo, musisz dobrze znać **angielski**.

Aplikacja: [Phase6 hello German](#)

Aplikacja jest przeznaczona dla dzieci i nastolatków.

Aplikacji można używać do przygotowania się do szkoły.

Możesz słuchać zdań/słów i oglądać obrazki.

Aplikacja: [WelcomeABC](#)

Aplikacja jest przeznaczona dla dzieci.

Uczysz się ABC.

Jest wiele obrazków. W ten sposób uczysz się niemieckich słów.

Aplikacja: [Einstieg](#) Deutsch Uczysz się zdań z życia codziennego (=życia) w Niemczech i ważnych słów.

Możesz uczyć się niemieckiego w Internecie:**1. nauka niemieckiego dla uchodźców: [Goethe-Institut](#)**

Strona internetowa jest dostępna pod adresem:

- Niemiecki
- Angielski
- francuski, niemiecki
- arabski
- perski

2. kurs oferuje pod: [Nauka niemieckiego online](#)

Tutaj zebrano wiele różnych (bezpłatnych) stron internetowych do nauki języka niemieckiego. Te kursy są dostępne:

- Kursy gramatyczne
- Kursy słownictwa
- Czytanie/ Słuchanie/ Mówienie
- Kursy dla początkujących

3. różne oferty w ramach: [Asylplus Academy](#)

Tutaj można znaleźć kursy od A1 do C2.

Można również wziąć udział w testach kwalifikacyjnych (=test: Jak dobrze mówię po niemiecku?).

4. kursy online: [50Sprachen.com](#)

Jest tu wiele różnych języków.

50Sprachen.com jest również dostępny jako aplikacja.

5. kursy i wideo/radio: [Deutsche Welle](#) Zawsze nowe kursy.

Polecane kursy (=które kursy są dobre?).

Kursy od A1 do C.

Interaktywne kursy (=do przyłączenia się)

6. portal do nauki online: [Chcę się uczyć niemieckiego](#)

Uczysz się ABC.

Dostępne są kursy od A1 do B1.

Uczysz się o: języku i zawodzie.

"Chcę uczyć się niemieckiego" jest również dostępny jako [aplikacja](#).

7. ucz się niemieckiego z [portalem dla absolwentów w Niemczech](#)

Istnieją interaktywne kursy (=do przyłączenia się)

Możesz:

- słuchać tekstów
- czytać teksty
- oglądać filmy
- Przygotować się do egzaminów (=możesz zobaczyć: Czego muszę się nauczyć do testu z niemieckiego?)

8. portal online: [German Info](#)

Tutaj można znaleźć:

- Kursy
- Gramatyka
- Książka ze słówkami
- społeczność (kontakt z innymi ludźmi)

9. Język i muzyka: [WelcomeGrooves](#)

Nauka niemieckiego poprzez muzykę: słowa, zdania, kultura

Samouczki na youtube:

[Kurs niemieckiego dla początkujących](#)

Lekcje niemieckiego

Wolontariat

Czym jest wolontariat?

Pomaganie innym ludziom bez wynagrodzenia.

Czasami otrzymujesz wynagrodzenie za swój czas i wysiłek (= trochę pieniędzy).

Pomaganie sprawia, że jesteś szczęśliwy

Przyjechałeś do Niemiec i być może sam otrzymałeś wsparcie.

Inni ludzie byli tam dla Ciebie. Ty możesz zrobić to samo.

Istnieją różne programy pomocy.

Na przykład: [tłumaczenia ustne](#), [przewodnicy integracyjni](#), [sponsoring](#), [medycyna migracyjna](#), [rada doradcza ds. integracji](#)

Wolontariat ma wiele zalet

Możesz pomagać. Pomaganie sprawia, że jesteś szczęśliwy.

Możesz poznać nowych ludzi.

Możesz nauczyć się nowych rzeczy.

Możesz wykorzystać swoje umiejętności. Na przykład, możesz mówić w swoim języku (językach).

Możesz dać coś od siebie Niemcom.

Zrobisz dobre wrażenie na władzach.

Możesz pracować jako wolontariusz, nawet jeśli nie masz pozwolenia na pracę.

Słowa kluczowe: wolontariat, pomaganie, czynienie dobra, wolontariat

Pełnoetatowi przewodnicy integracyjni miasta Regensburg

Przewodnicy integracyjni pomagają wolontariuszom w dziedzinie azylu i integracji w Ratyzbonie.

Pomagają również migrantom zaangażować się jako wolontariusze.

[Tutaj](#) znajdziesz najważniejsze zadania przewodników integracyjnych.

Zapraszamy do rozmowy z nami. Możemy porozmawiać o Twoich pomysłach i życzeniach dotyczących tego, gdzie możesz się zaangażować.

Kontakt:

Nadine Sandner-Neumann i Iris Wittmann
Biuro ds. integracji i migracji
Maximilianstraße 26
93047 Regensburg

Tel: (0941) [507-7776](tel:507-7776) lub [507-7774](tel:507-7774)

E-mail: aim-integrationslotsen@regensburg.de

Zajmujemy się wolontariatem w obszarze azylu i integracji. Wolontariusze pomagają dobrowolnie i w wolnym czasie. Zazwyczaj nie otrzymują za to wynagrodzenia. Pomagają, bo sprawia im to przyjemność.

Jakie są nasze zadania?

Koordynujemy i wspieramy pracę wolontariuszy. Działamy jako pośrednik dla zainteresowanych stron, organizacji i wolontariuszy. Tworzymy sieć ofert. Organizujemy szkolenia. Zapewniamy wsparcie w poszukiwaniu zakwaterowania. Pomagamy wolontariuszom w zadawaniu pytań. Prowadzimy działania public relations.

Kontakt

Miasto Regensburg, Urząd ds. Integracji i Migracji

[Maximilianstr. 26, 93047 Regensburg](#)

[adres e-mail](#)

[Numer telefonu](#)

[Strona internetowa](#)

To centrum jest finansowane przez Wolne Państwo Bawaria.

Słowa kluczowe: wolontariat, wolontariusze, pomoc, oferty, szkolenia

Ogólne informacje i porady dotyczące wolontariatu

[KoBE Regensburg](#)

Pomagamy i doradzamy we wszystkich kwestiach związanych z wolontariatem.

[Agencja wolontariatu w Ratyzbonie](#)

Jesteś zainteresowany wolontariatem? Doradzamy i pośredniczymy.

[Przewodnicy integracyjni miasta Regensburg](#)

Zajmujemy się wolontariatem w dziedzinie azylu i integracji.

Sponsoring dla uchodźców

Chcesz pomóc innym ludziom?

Pomóż uchodźcom, którzy niedawno przybyli do Ratyzbony lub mieszkają tu od jakiegoś czasu.

Jest wiele sposobów, aby im pomóc.

- Pokaż im miasto
- Ćwiczyć niemiecki
- wspólne gotowanie
- Uprawianie sportu
- wspólne spędzanie wolnego czasu
- pomagać w odrabianiu lekcji
- uczestniczyć w spotkaniach z władzami
- pomoc w poszukiwaniu mieszkania

Miasto Regensburg organizuje sponsoring i zapewnia wsparcie w przypadku pytań i problemów. Istnieją na przykład grupy dyskusyjne dla sponsorów i wiele informacji na spotkaniach indywidualnych lub za pośrednictwem poczty elektronicznej.

Kontakt:

Miasto Ratyzbona, Urząd ds. Integracji i Migracji

[Maximilianstraße 26, 93047 Regensburg](#)

[Adres e-mail](#)

[Numer telefonu](#)

[Strona internetowa](#)

Słowa kluczowe: wolontariat, sponsoring, pomoc, pomoc dla uchodźców

Migrant Medicine Regensburg e.V.

Organizacja dba o zdrowie uchodźców. Wielu z nas studiuje medycynę, psychologię lub kierunki społeczne. Osoby z branży medycznej lub tłumacze-wolontariusze również mogą pomóc.

Oto, czym się zajmujemy:

Osobista pomoc w indywidualnych przypadkach: pomagamy w opiece medycznej. Na przykład, jeśli cierpisz na chorobę przewlekłą. Pomagamy radzić sobie z chorobą. Umawiamy wizyty lekarskie lub znajdujemy tłumacza.

Poradnia medyczna:

Otwarte doradztwo w kwestiach medycznych.

Kiedy? W każdy czwartek od 16:00 do 18:00

Gdzie? We wspólnym centrum zakwaterowania przy [Dieselstraße 3](#).

Można tu również umówić się na wizytę u lekarza i znaleźć tłumacza.

Podczas przerwy semestralnej nie ma godzin konsultacji.

Informacje można znaleźć tutaj:

<https://www.migramed.de/>

lub

[na Instagramie](#)

Napisz do nas na adres info@migramed.org

Słowa kluczowe: migranci, zdrowie, system opieki zdrowotnej, wolontariat, pomoc, informacja, medycyna, doradztwo, opieka

Tłumacze-wolontariusze

Pomoc dla osób, które nie mówią jeszcze dobrze po niemiecku. Tłumacze ustni mogą tłumaczyć. Na przykład w urzędach, u lekarzy, na sesjach doradczych i wielu innych spotkaniach.

Czy mówisz dobrze po niemiecku i w innym języku? (np. rosyjskim, arabskim, ukraińskim, perskim...).

Chcesz pomagać innym ludziom? Zarejestruj się u nas. Możesz zarejestrować się tutaj. Następnie skontaktujemy się z Tobą i umówimy na pierwsze spotkanie. Tam wyjaśnimy, jak wszystko działa.

Skontaktuj się z nami:

[Urząd Miasta Ratyzbona ds. Integracji i Migracji](#)

[Maximilianstraße 26](#)

93047 Regensburg

[e-mail](#)

[Telefon](#)

[Więcej informacji w Internecie.](#)

Słowa kluczowe: Tłumaczenie, wolontariat, umiejętności językowe, wsparcie

Rada doradcza ds. integracji

Rada doradcza ds. integracji:

Rada Doradcza ds. Integracji dba o interesy migrantów w Ratyzbonie.

Pomaga zapewnić, że wszyscy są traktowani jednakowo i mogą dobrze żyć w Niemczech.

Istnieje wiele rodzajów integracji:

- Polityczna: udział w wyborach
- Kulturowa: poznawanie i pokazywanie innych kultur
- Ekonomiczna: znalezienie pracy i zarabianie pieniędzy

Rada doradcza ds. integracji reprezentuje migrantów w mieście. Pomaga również ich **dzieciom i rodzinom**.

Udziela wskazówek miastu i zrzeka stowarzyszenia i organizacje migrantów.

Rada Doradcza ds. Integracji organizuje również [wydarzenia](#) integracyjne, na przykład

- Tydzień Międzykulturowy
- wydarzenia przeciwko rasizmowi
- i wiele innych.

Można nas znaleźć tutaj:

[Rada Doradcza ds. Integracji](#)

[Maximilianstraße 26](#)

93047 Regensburg

Telefon: [\(0941\) 507-3772](tel:(0941) 507-3772)

E-mail: integrationsbeirat@regensburg.de

Kluby

Kluby

Klub to grupa ludzi.

Ludzie robią coś razem.

Na przykład: sport, ogrodnictwo, muzyka, wędkarstwo...

Każdy może do niego dołączyć.

Listę klubów i organizacji w Regensburgu można znaleźć [tutaj](#).

Dzieci i młodzież

Opiekunowie-wolontariusze

Lubisz pracować z dziećmi i młodzieżą?

Poszukujemy młodych ludzi **w wieku od 18 do 27 lat**.

Spędzisz okres wakacyjny (latem) z dziećmi i młodzieżą w wieku 6-16 lat.

Jesteś zainteresowany? Zarejestruj się [tutaj](#).

Rada młodzieżowa

Masz od **14 do 17 lat**?

Chcesz stanąć w obronie swojego miasta i wszystkich młodych ludzi?

W takim razie możesz zostać wybrany do Młodzieżowej Rady Doradczej w Radzie Miasta.

Wybory odbywają się co 2 lata.

W Młodzieżowej Radzie Doradczej możesz prowadzić kampanię **polityczną** na rzecz interesów dzieci i młodzieży.

Istnieją również różne projekty.

Czas wolny

Sport

Portal sportowy miasta Regensburg

Tutaj znajdziesz wszystko, co musisz wiedzieć o sporcie w Regensburg. Informacje o klubach. Ważne miejsca. Kontakty i godziny. [Zapraszamy!](#)

Słowa kluczowe: kluby sportowe, piłka nożna, koszykówka, tenis, pływanie, boisko sportowe, basen

Sport w Ratyzbonie

GDZIE można uprawiać sport za darmo w Ratyzbonie? CO można robić?

Hala 37 miasta Ratyzbona - bezpłatnie

Sport można uprawiać bezpłatnie w hali sportów rekreacyjnych.

Możesz tam wejść bez rejestracji.

Możesz dołączyć w dowolnym miejscu.

Możesz zabrać ze sobą rodzinę i przyjaciół.

Możesz wypróbować wiele różnych rodzajów sportu.

Można tu również odpocząć.

Godziny otwarcia:

Od poniedziałku do piątku od 14:00 do 20:00

Adres:

[Dieselstraße 7, 93093 Regensburg](#)

Sport w parku - bezpłatnie

Sport in the Park to program sportowy dla osób starszych.

Udział w nim jest bezpłatny.

Możesz wziąć udział bez rejestracji.

Nie potrzebujesz żadnej specjalnej odzieży sportowej.

Programy są oferowane w różnych parkach w Ratyzbonie.

Oferta jest dostępna co roku od 2 maja do 31 października.

Aktualne informacje i program można znaleźć [tutaj](#).

Ratyzbona fitness - bezpłatnie

Uprawiasz fitness na świeżym powietrzu.

Możesz ćwiczyć jogę, zumbę, trening funkcjonalny i taniec energetyczny.

Program jest dostępny każdego lata od czerwca do lipca.

Kiedy? W każdą niedzielę od 16:00 do 19:00

Profesjonalni trenerzy są do Twojej dyspozycji.

Aktualne informacje i program można znaleźć [tutaj](#).

Campus Asyl uprawiasport - bezpłatnie W Campus Asyl można uprawiać sport za darmo.

Można to robić bez rejestracji.

Możesz:

- Pływać
- jeździć na rowerze
- tańczyć
- grać w piłkę nożną
- wiele więcej

[Tutaj](#) znajdziesz aktualne informacje i program.

Inne sporty na świeżym powietrzu - bezpłatnie

Możesz również uprawiać sport samodzielnie.

Lub z przyjaciółmi.

[Tutaj](#) możesz zobaczyć, gdzie możesz uprawiać te rodzaje sportu:

Piłka nożna, łyżwiarstwo, curling, siatkówka plażowa, fitness i boccia.

Jeśli masz dzieci, możesz chodzić na place zabaw.

Na placach zabaw można nawiązywać przyjaźnie.

Ratyzbona ma wiele placów zabaw.

Istnieje wiele różnych sposobów na zabawę.

[Tutaj](#) możesz zobaczyć, gdzie znajdują się place zabaw.

Place zabaw często mają również boiska do piłki nożnej i ławki.

To dobrze.

Każdy może się dobrze bawić!

Jogging

Możesz biegać w dowolnym miejscu w mieście.

To normalne.

Zwracaj uwagę na przepisy ruchu drogowego!

W Niemczech obowiązuje wiele ważnych zasad ruchu drogowego.

Należy ich przestrzegać.

Inne obiekty sportowe

W Ratyzbonie znajdują się inne hale i boiska sportowe.

Często należą one do **klubów**. Zajrzyj do zakładki "[Kluby sportowe](#)".

Musisz zostać członkiem **klubu**.

Zazwyczaj wiąże się to z kosztami.

Można wtedy uprawiać różne rodzaje sportu.

Zapytaj o klub w pobliżu.

Wyszukaj klub dla siebie [tutaj](#).

Integracja kobiet poprzez sport i zabawę

Jako kobieta możesz od razu dołączyć do projektu [FIT Regensburg](#).

Są to niedrogie programy sportowe, szczególnie dla kobiet ze środowisk migracyjnych i bez nich.

Możesz wziąć udział w zajęciach zumbi, fitnessu dla kobiet, modelowania sylwetki lub progresywnego rozluźniania mięśni.

Możesz jeździć na rowerze za darmo.

Programy sportowe czasami obejmują opiekę nad dziećmi.

Czasami dostępny jest kącik zabaw dla dzieci.

Centra fitness i organizatorzy kursów

Sport można również uprawiać poza klubami sportowymi.

Można chodzić do centrów fitness.

Programy te są płatne.

Często trzeba podpisać umowę.

Oznacza to, że musisz zapłacić za co najmniej rok.

Przeczytaj uważnie umowę!

Wyszukaj w Internecie hasło "studio fitness".

Profesjonalne zajęcia sportowe w Ratyzbonie

W Ratyzbonie znajdują się również profesjonalne centra sportowe!

Na przykład:

- Piłka nożna
 - baseball
 - Hokej na lodzie
 - Tenis...
- ⇒ Zapoznaj się z profesjonalnymi klubami: Top Sport Regensburg. [Tutaj](#) znajdziesz wiele informacji o klubach.

Kluby sportowe i inne kluby; kluby migrantów

W Ratyzbonie znajduje się wiele **hal** i **boisk** sportowych.

Często należą one do **klubów**.

Musisz zostać członkiem klubu.

To zazwyczaj kosztuje.

Jest to tańsze dla dzieci.

Jest to tańsze dla uznanych uchodźców poniżej 18 roku życia.

Wysokość opłat jest różna.
 Prawie każdy klub sportowy jest bezpłatny.
 Wystarczy zapytać bezpośrednio!

Wszystkie kluby sportowe w Ratyzboni można znaleźć [tutaj](#).

Uwaga:

Czy jesteś uznanym uchodźcą poniżej 18 roku życia?
 Możesz otrzymać pieniądze na klub.
 Musisz wypełnić formularz zgłoszeniowy w swoim klubie sportowym.
 Zapytaj tam!

Kluby sportowe dla migrantów

Osoby z doświadczeniem migracyjnym założyły kluby sportowe.
 Mówią również w swoim języku ojczystym.
 Należą do **samoorganizacji migrantów** (MGO).

Takie kluby istnieją w Regensburgu:

Klub piłkarski FC Kosova Regensburg [Von-Donle-Straße 6](#)

93055 Regensburg

E-mail: fitim@ademaj.de

[Strona internetowa](#)

SV Türk Genclik Regensburg e.V. ==> nie ma na powyższej liście

Klub piłkarski

[Schlesische Str. 7](#)

93073 Neutraubling

E-mail: muratdindar@hotmail.com, sv-tuerkgenclik@hotmail.com

[strona internetowa](#)

SV Donau e.V.

Klub piłkarski [Prüfeninger Str. 83a](#)

93049 Regensburg

E-mail: netscho.novakovic@hotmail.de

Serbski klub piłkarski Donau Regensburg e.V.

Brak stałej siedziby klubu

E-mail: pajo-sachenbacher@web.de

[Strona internetowa](#)

Titan e.V.

Klub rosyjskich sztuk walki [Bukarester Straße 9](#)

93055 Regensburg

E-mail: titan.e.v@web.de

Inne kluby

W Ratyzbonie istnieją również inne kluby.

Zajmują się one muzyką, kulturą, ochroną zwierząt, ogrodnictwem, pomocą innym ludziom, ...
[Tutaj](#) można znaleźć inne kluby w Ratyzbonie.

Inne stowarzyszenia migrantów

Osoby z doświadczeniem migracyjnym założyły również inne stowarzyszenia.

Są one często związane z kulturą, językiem i religią kraju pochodzenia.

Zajmują się również edukacją i integracją.

Należą one do samoorganizacji migrantów (MGO)

Przegląd można znaleźć [tutaj](#).

Biblioteka miejska

W bibliotece można wypożyczyć książki, płyty CD, DVD, gry i wiele więcej lub korzystać z nich bezpośrednio na miejscu. Dostępnych jest również wiele mediów w innych językach.

Można się tam uczyć w ciszy i spokoju.

Można tam korzystać z komputerów.

Można tam ćwiczyć czytanie.

Możesz się tam zrelaksować.

To nie kosztuje dużo. Dla dzieci jest za darmo. Istnieją korzystne stawki dla osób ubiegających się o azyl, studentów, osób korzystających z pomocy społecznej i innych grup. Z wielu usług można również korzystać bezpłatnie bez członkostwa.

Biblioteka organizuje również regularne bezpłatne wydarzenia. Wiele z nich jest przeznaczonych dla dzieci i rodzin. Ich listę można znaleźć [tutaj](#).

Lokalizacje

[Biblioteka miejska Am Haidplatz \(siedziba główna\)](#)

[Haidplatz 8](#)

[Numer telefonu](#)

[Adres e-mail](#)

[Biblioteka okręgowa NORD](#)

[Hans-Hayder-Straße 2](#)

[Numer telefonu](#)

[Adres e-mail](#)

[Wschodnia biblioteka dzielnicowa](#)

[Alfons-Auer-Straße 18](#)

[Numer telefonu](#)

[Adres e-mail](#)

[Biblioteka okręgowa SOUTH](#)
[Dr.-Gessler-Straße 47](#)
[Numer telefonu](#)
[Adres e-mail](#)

[Biblioteka okręgowa BURGWEINTING](#)
w BUZ
[Friedrich-Viehbacher-Allee 3](#)
[Numer telefonu](#)
[adres e-mail](#)

[Biblioteka dzielnicowa CANDIS](#)
[Kastenmaierstraße 2](#)
[Numer telefonu](#)
[adres e-mail](#)

Słowa kluczowe: biblioteka, biblioteka, książki, czytanie, nauka niemieckiego, internet, komputer

Sztuka i kultura

Kalendarz wydarzeń

Jakie wydarzenia odbywają się KIEDY i GDZIE?

Wyszukaj [wydarzenia](#) tutaj w aplikacji! Lub w [kalendarzu wydarzeń](#) w Ratyzbonie!

Więcej informacji o kulturze w Ratyzbonie znajdziesz [tutaj](#)!

M26 - Miejsce przez wszystkich, dla wszystkich

M26 to otwarte miejsce sztuki i kultury dla każdego. Odbywają się tam warsztaty, muzyka i wystawy. Osoby ubiegające się o azyl i uchodźcy są bardzo mile widziani. Prawie wszystkie oferty są bezpłatne.

Kontakt:

[Maximilianstraße 26, 93047 Regensburg.](#)

W poniedziałek, wtorek i środę Community Cafe jest czynna od 8:30 do 12:30.

W sobotę 14 - 17:00 bezpłatne warsztaty partycypacyjne dla wszystkich od około 10 lat.

www.m26kultur.de

kontakt@m26kultur.de

Słowa kluczowe: kultura, teatr, koncerty, muzyka, sztuka, wystawa, kino

KulTür Regensburg e.V.

Masz mało pieniędzy? Ale chciałbyś chodzić do teatru lub na koncerty? Chciałbyś lepiej poznać tutejszą kulturę? Nie stać Cię na bilety na wydarzenia?

KuLTür organizuje bezpłatne oferty. Dla ludzi z małą ilością pieniędzy. Również dla osób ubiegających się o azyl i uchodźców.

Kontakt:

KuLTür Regensburg e.V.

[Obermünsterstr. 1](#)

93047 Regensburg

Wtorek, środa i czwartek od 9 rano do 12 w południe. Czwartek od 1 do 4 po południu.

Kasa biletowa: [0941 3820 1669](tel:094138201669)

Zarządzanie projektem: [0176 534 10 876](tel:017653410876)

www.kultuer-regensburg.de

post@kultuer-regensburg.de

Słowa kluczowe: kultura, teatr, koncerty, muzyka, sztuka, wystawa, kino

Rodzina, kobiety, dzieci i seniorzy

Aplikacja rodzinna "We R Family"

Aplikacja Regensburg Family App jest przeznaczona przede wszystkim dla rodzin i przyszłych rodziców. Została opracowana przez Urząd ds. Młodzieży i Rodziny. Jest wielojęzyczna!

Znajduje się tam kalendarz wydarzeń. Można tu znaleźć kursy i oferty dla dzieci, młodzieży i rodziców. W aplikacji znajdują się również numery telefonów alarmowych i ważne adresy. I wiele ważnych informacji na tematy związane z rodziną.

Aplikację można dostosować do własnych potrzeb.

Listy dla rodziców z Bawarskiego Urzędu ds. Młodzieży, Bawarskiego Przewodnika Edukacyjnego są również połączone w aplikacji.

[Bezpośredni link do aplikacji.](#)

Oferty dla rodzin

Centra rodzinne

Co to jest centrum rodzinne?

Można tu przyjść z dziećmi. Są tam również inni rodzice i dzieci.

W centrum rodzinnym dostępne są różne oferty dla Ciebie i Twojego dziecka. Na przykład kursy, wydarzenia i zajęcia.

Czy masz problemy? Czy Twoje dzieci mają problem? Centrum rodzinne ci pomoże. Na miejscu można uzyskać pomoc i poradę.

[Więcej informacji i kontaktów można znaleźć tutaj.](#)

Projekty sąsiedzkie

Co to jest projekt sąsiedzki?

Projekt sąsiedzki organizuje różne działania, projekty i wydarzenia. Czy masz problemy? Twoja rodzina ma problem? Projekt sąsiedzki może ci pomóc. Oferuje pomoc dla młodych ludzi, usługi opieki nad dziećmi, doradztwo dla rodziców i wiele więcej.

[Więcej informacji i kontakty można znaleźć tutaj.](#)

Centrum wielopokoleniowe

Centrum wielopokoleniowe jest dla KAŻDEGO. Każdy jest mile widziany: Dzieci, młodzież, rodziny, rodzice, osoby starsze.

[Więcej informacji i kontakty można znaleźć tutaj.](#)

Słowa kluczowe: doradztwo, pomoc, edukacja, wymiana, kursy, oferty, zabawa, miejsce spotkań, rodzina, dzielnica

Pomoc finansowa dla rodzin

Rodziny w Niemczech cieszą się szczególną ochroną. Ochrona ta obejmuje zapewnienie rodzinom pomocy finansowej i wsparcia.

Bawaria ma własne świadczenia rodzinne dla młodych rodzin. W Regensburgu istnieją również różne rodzaje [pomocy finansowej](#) (=pieniądze).

Dzięki temu rodziny są odciążone. I mają więcej czasu dla swoich dzieci.

Zasiłek na dziecko

Prawie na każde dziecko w Niemczech przysługuje zasiłek rodzinny. Otrzymujesz zasiłek rodzinny, jeśli Twoje miejsce zamieszkania i zwykłego pobytu znajduje się w Niemczech. Twoje dzieci również muszą tu mieszkać.

Uwaga dla osób ubiegających się o azyl: Nie można otrzymać zasiłku rodzinnego podczas procedury azylowej. Jest to możliwe dopiero po otrzymaniu **pozytywnej** decyzji od BAMF. Od tego momentu można ubiegać się o zasiłek rodzinny.

Informacje na temat zasiłku rodzinnego można znaleźć tutaj:

- [Federalne Ministerstwo ds. Rodziny, Seniorów, Kobiet i Młodzieży](#)
- [Bawarskie Ministerstwo Rodziny, Pracy i Spraw Socjalnych](#)
- [Federalna Agencja Pracy](#)

Wniosek o zasiłek rodzinny można znaleźć [tutaj](#).

Zasiłek rodzicielski

Wielu rodziców chce opiekować się dzieckiem po jego urodzeniu. W tym celu nie pracują przez określony czas.

Lub pracują tylko w niepełnym wymiarze godzin. Praca w niepełnym wymiarze godzin oznacza, że pracuje się mniej niż 30 godzin tygodniowo.

Otrzymasz co najmniej 300 euro miesięcznie. Ale może to być również więcej.

Istnieją różnice. Ci, którzy dużo zarabiali przed narodzinami dziecka: Otrzymują więcej zasiłku rodzicielskiego.

Osoby, które nie zarabiały tak dużo: Otrzymują mniejszy zasiłek rodzicielski.

Zasiłek rodzicielski jest zwykle wypłacany przez 12 miesięcy.

Otrzymasz zasiłek rodzicielski, jeśli jesteś rezydentem i mieszkasz w Niemczech. Potrzebujesz pozwolenia na pobyt. Musisz mieszkać razem z dzieckiem.

Uwaga dla osób ubiegających się o azyl: Nie można otrzymać zasiłku rodzicielskiego podczas procedury azylowej. Jest to możliwe dopiero po otrzymaniu **pozytywnej** decyzji od BAMF.

Informacje na temat zasiłku rodzicielskiego można znaleźć tutaj:

- [Federalne Ministerstwo ds. Rodziny, Seniorów, Kobiet i Młodzieży](#)
- [Bawarskie Centrum Spraw Rodzinnych i Socjalnych \(ZBFS\)](#)

Formularz wniosku można znaleźć [tutaj](#).

Zasiłek rodzinny

W Bawarii istnieje zasiłek rodzinny dla rodziców rocznych i dwuletnich dzieci. Rodzice otrzymują wsparcie w wysokości 250 euro miesięcznie na dziecko. Od trzeciego dziecka jest to 300 euro miesięcznie. Zasiłek rodzinny jest wypłacany niezależnie od dochodu.

Jeśli Twoje dziecko urodziło się 1 października 2015 r. lub później, otrzymasz zasiłek rodzinny.

Otrzymasz zasiłek rodzinny, jeśli masz miejsce zwykłego pobytu w Bawarii i tutaj mieszkasz. Musisz mieszkać z dzieckiem. Musisz sam wychowywać swoje dziecko.

Informacje na temat zasiłku rodzinnego można znaleźć tutaj:

- [Bawarskie Ministerstwo Rodziny, Pracy i Spraw Socjalnych](#)
- [Bawarskie Centrum ds. Rodziny i Spraw Socjalnych \(ZFBS\)](#)

Jeśli otrzymałeś już zasiłek rodzicielski, nie musisz składać wniosku.

Jeśli nie otrzymywałeś zasiłku rodzicielskiego, musisz złożyć wniosek. Formularz wniosku można znaleźć [tutaj](#).

Słowa kluczowe: świadczenia finansowe, zasiłek rodzinny, pomoc dla rodzin, zasiłek rodzicielski

Opieka nad dziećmi w wieku 0-6 lat

Opieka nad dziećmi w wieku 0-6 lat

Co robisz?

Przyprowadzasz dziecko do domu, w którym jest dużo dzieci i dorosłych (= opiekunów).
Dziecko zostaje tam bez rodziców.
Opiekunowie zajmują się dzieckiem.

Dziecko może się bawić, robić robótki ręczne, uczyć się i nie tylko!

Odbierasz dziecko później.

Kiedy?

Od **poniedziałku do piątku**. Rano lub rano i po południu.
W soboty i niedziele nie.

Ile kosztuje opieka nad dzieckiem?

To się bardzo różni. Zapytaj w ośrodku.

⇒ Więcej informacji można znaleźć tutaj: [Opieka nad dziećmi w Ratyzbonie](#)

Rodzaje opieki nad dziećmi

1. żłobek lub pokój malucha

Co: Grupa dzieci (12 lub mniej).
Dla kogo? Niemowlęta i dzieci do 3 roku życia.
Kto się opiekuje? Kilka osób dorosłych.
Gdzie? Listę można znaleźć tutaj: [Ośrodki opieki dziennej w Regensburgu](#)

2. opieka dzienna nad dziećmi:

Dzienna mama:

Co: Mała grupa.
Dla kogo? Dla dzieci w wieku 0-6 lat.
Kto się opiekuje? Osoba dorosła.
LUB

Gniazda opieki dziennej dla dzieci:

Okolo 10 dzieci w grupie.
Dla kogo? Dzieci w wieku od 1 do 3 lat.
Kto się opiekuje? 1 -3 osoby dorosłe.

Zapytaj tutaj:

[Biuro opieki dziennej dla dzieci](#)

[Opieka dzienna dla dzieci](#)

[Plac Katedralny 3](#)

93047 Regensburg

Pod tym linkiem znajdują się również numery telefonów i adresy e-mail.

3. przedszkole

Przedszkole. Kilka grup w jednym budynku. Czasami dziecko może tam przebywać przez cały dzień (= opieka całodzienna).

Dla kogo? Dzieci w wieku od 3 do 6 lat.

Kto się nimi opiekuje? Kilka osób dorosłych.

Gdzie? Listę można znaleźć tutaj: [Przedszkola w Regensburgu](#).

Wskazówka: Jak mogę znaleźć centrum opieki nad dziećmi

- żłobek/pokój dla maluchów?
- ośrodek opieki dziennej?
- przedszkole?

⇒ Wyszukaj za pomocą [wyszukiwarki przedszkoli w Regensburgu](#)!

Słowa kluczowe: opieka nad dziećmi, żłobek, przedszkole, przedszkole, żłobek, opiekunka do dziecka, edukacja, rozwój dziecka, wsparcie, wsparcie językowe, pracujący rodzice

Zajęcia wakacyjne i rekreacyjne dla dzieci i młodzieży

Centrum Młodzieżowe (JuZ)

Chcesz grać, muzykować, wspinać się lub jeździć na deskorolce po szkole? W pobliżu Twojego domu z pewnością znajduje się [centrum](#) młodzieżowe. Możesz tam spotkać inne dzieci i młodzież.

Lokalizacje

[Centrum młodzieżowe Fantasy](#)

[Taunusstraße 5](#)

93051 Regensburg

[Numer telefonu](#)

[Adres e-mail](#)

[JuZ Arena](#)

[Unterislinger Weg 2](#)

93053 Regensburg

[Numer telefonu](#)

[Adres e-mail](#)

[Centrum młodzieżowe Utopia](#)

[Kirchfeldallee 2](#)

93055 Regensburg

[Numer telefonu](#)

[e-mail](#)

[Centrum Młodzieżowe Königswiesen](#)

[Dr. Gessler-Str. 22](#)

93051 Regensburg

[Numer telefonu](#)

[Adres e-mail](#)

Centrum Młodzieżowe Kontrast

[Vilshofer Str. 14](#)

93055 Regensburg

[Numer telefonu](#)

[adres e-mail](#)

Centrum kultury młodzieżowej W1

[Weingasse 1](#)

93047 Regensburg

[Telefon](#)

[adres e-mail](#)

Centrum młodzieżowe Don Bosco

[Hans-Sachs-Str. 4](#)

93049 Regensburg

[Numer telefonu](#)

[Adres e-mail](#)

Kawiarnia młodzieżowa EJSa

[Hemauerstr. 20a](#)

93047 Regensburg

Telefon: [0941 58612155](#)

E-mail: juca@ejsa-regensburg.de

EJSa Student Café

[Hemauerstr. 20a](#)

93047 Regensburg

Telefon: 0941 [58612140](#)

E-mail: schueca@ejsa-regensburg.de

Katolickie Centrum Młodzieży Ratyzbona

Centrum Diecezjalne St. Emmeram

[Emmeramsplatz 10](#)

93047 Regensburg

1 piętro, pokój 135

Telefon: [0941 597-2339](#)

E-mail: regensburg-stadt@jugendstelle.de

2. autobus do zabawy

Masz od **6 do 14** lat i chcesz pobawić się po południu?

Możesz przyjść do [autobusu](#) zabaw od maja do października.

Autobus do zabawy to ciężarówka z zabawkami do wielu gier.

Autobus jest wyposażony w miłych dorosłych, którzy prowadzą zajęcia z dziećmi.

Zapytaj:

playbus

[Ostengasse 29](#)

93047 Regensburg

Telefon: [0941 507-5553](#)

Email:

spielbus@Regensburg.de

3. zajęcia wakacyjne i spotkania międzynarodowe

Masz od **6 do 16** lat i chcesz się dobrze bawić podczas wakacji?

Podczas wakacji możesz doświadczyć wielu zabawnych rzeczy.

Musisz się zarejestrować.

Zajęcia są płatne.

Więcej informacji w [Internecie](#).

Kontakt:

[Biuro lokalnej pracy z młodzieżą](#)

Margit Lungauer

[Plac Katedralny 3](#)

93047 Regensburg

Pokój 232

Telefon: [0941 507-1552](tel:0941-507-1552)

E-mail: Lungauer.Margit@Regensburg.de

4. karnet wakacyjny

Masz od **6 do 15** lat i przebywasz w Ratyzbonie podczas wakacji?

Kup [bilet](#) wakacyjny za 1 euro.

Karta wakacyjna nie jest karnetem.

Uprawia do bezpłatnego lub ulgowego wstępu i umożliwia zakup biletu na pływanie lub autobus.

Zapytaj:

[Biuro miejskiej pracy z młodzieżą](#)

Doris Stecher

[Plac Katedralny 3](#)

93047 Regensburg

Telefon: [0941 507-1554](tel:0941-507-1554)

E-mail: Stecher.Doris@Regensburg.de

5. [dom wielopokoleniowy](#)

Miejsce spotkań dla wszystkich:

Dzieci, młodzież, rodziny, mamy, seniorzy

Co?

- Zabawy teatralne
- Oferty pomocy
- Wsparcie w codziennym życiu
- Wzajemna pomoc
- edukacja

- Wynajem pomieszczeń dla grup
- Kawiarnia z korzystnymi cenami i bez obowiązku jedzenia = nie musisz nic kupować.

Zapytaj:

[Dom wielopokoleniowy](#)

[Ostengasse 29](#)

93047 Regensburg

6. mini Regensburg

Czy masz od **8 do 14** lat?

Mieszkasz w mieście lub dzielnicy Regensburg?

W takim razie spędź lato w miasteczku zabaw dla dzieci [Mini-Regensburg!](#)

Istnieje wiele stacji zabaw, na przykład

- kino
- warsztat stolarski
- muzeum
- uniwersytet
- Dom zakupów
- Warsztat szycia
- Radio Mini-Regensburg

Zapytaj:

[Miejskie biuro pracy z młodzieżą](#)

Rosemarie Wöhr

[Plac Katedralny 3](#)

93047 Regensburg

Telefon: [0941 507-1551](tel:09415071551)

E-mail: Woehrl.Rosemarie@Regensburg.de

7. plac zabaw

Place zabaw są przeznaczone dla dzieci i młodzieży **w wieku** od **6** lat.

Na placu zabaw można grać w siatkówkę, koszykówkę lub piłkę nożną.

Dla najmłodszych są piaskownice, gry z wodą ...

Bawić się można od 9.00 do zmroku, najpóźniej do 20.00.

Wyszukaj plac zabaw w Internecie: [Place zabaw w Regensburgu](#)

8. młodzieżowe ośrodki wypoczynkowe

W Ratyzbonie znajdują się **dwa** młodzieżowe ośrodki wypoczynkowe.

Można tam spędzić noc z grupą, samemu gotować i pływać.

Głównie dla organizacji opieki nad młodzieżą, pracy z młodzieżą i edukacji młodzieży, ale także prywatnie.

⇒Jugend-Frei-Zeit-Stätte[Haslbach](#)

⇒ Młodzieżowe centrum rekreacyjne [Schwalbennest](#)

Zapytaj:

[Biuro lokalnej pracy](#) z młodzieżą

Margit Lungauer

[Plac Katedralny 3](#)

93047 Regensburg

Telefon: [0941 507-1552](tel:09415071552)

E-mail: Lungauer.Margit@Regensburg.de

⇒ [Tutaj](#) można znaleźć więcej organizatorów zajęć wakacyjnych!

Słowa kluczowe: centrum młodzieżowe, wypoczynek, zajęcia rekreacyjne, zajęcia wakacyjne, gry, sport, rozrywka

Oferty dla kobiet

Integracja kobiet poprzez sport i zabawę

Jako kobieta możesz natychmiast dołączyć do projektu [FIT Regensburg](#).

Są to niedrogie programy sportowe (dla kobiet z doświadczeniem migracyjnym i bez niego).

Możesz ćwiczyć zumbę, fitness dla kobiet, modelowanie sylwetki lub progresywną relaksację mięśni.

Możesz jeździć na rowerze za darmo.

Czasami programy obejmują opiekę nad dziećmi.

Czasami jest też kącik zabaw dla dzieci.

Więcej informacji można znaleźć tutaj:

Urząd Dzielnicy - Urząd Zdrowia

Gerlinde Axmann

Telefon: [0941 4009761](tel:09414009761)

E-mail: sozialdienst@lra-regensburg.de

Oferty dla kobiet w CampusAsyl e.V.

Uchodźczynie mogą brać udział w wielu różnych projektach w CampusAsyl.

Istnieją również projekty przeznaczone wyłącznie dla kobiet.

Wszystkie projekty CampusAsyl są bezpłatne.

Na przykład: kursy językowe z opieką nad dziećmi, kursy rowerowe, kursy sportowe, kursy komputerowe, MotherSchools lub spotkania dla kobiet "Let's talk!".

Projekty można znaleźć [tutaj](#)

Chcesz wziąć udział?

Możesz napisać e-mail na adres: info@campus-asyl.de

Możesz też wysłać wiadomość WhatsApp na adres: [017695286077](tel:017695286077)

Oferta dla kobiet i dziewcząt ze środowisk migracyjnych od IN VIA Regensburg e.V.

W IN VIA możesz spotykać się z innymi kobietami, wymieniać się pomysłami i wspólnie wyjeżdżać na wycieczki.

Możesz również wziąć udział w projekcie integracyjnym "Życie w Bawarii" i dowiedzieć się więcej o Bawarii.

Program można znaleźć [tutaj](#)

Centrum zdrowia dla kobiet

Centrum Zdrowia Kobiet oferuje dwa razy w roku program poświęcony zdrowiu psychicznemu i fizycznemu kobiet i dziewcząt. Organizowane są kursy, wykłady i wiele więcej.

Program można znaleźć [tutaj](#)

⇒ **[Tutaj](#) można znaleźć wiele innych ofert i poradni dla kobiet w Regensburgu!**

Słowa kluczowe: kobiety, doradztwo, pomoc, wymiana, kursy, oferty, miejsce spotkań, sport

Oferty dla seniorów

W Ratyzbonie jest wiele ofert dla seniorów. Porady, pomoc i wsparcie można uzyskać [tutaj](#).

Kontakt:

[Biuro dla seniorów](#)

[Johann-Hösl-Straße 11](#)

93053 Regensburg

Telefon: [0941 507-1542](#)

Sport i rekreacja

Istnieje wiele zajęć sportowych i rekreacyjnych dla seniorów. Można wędrować, uprawiać jogę, tańczyć i wiele więcej! Kliknij [tutaj](#), aby uzyskać więcej informacji.

Kultura

Możesz także zajmować się teatrem (nie musisz mieć doświadczenia). Lub tworzyć muzykę. I wiele więcej. Kliknij [tutaj](#), aby uzyskać więcej informacji.

Edukacja

Znasz kilka języków? Spotkaj się z innymi i mów w tych językach! Możesz również wziąć udział w kursie komputerowym. Interesujesz się filozofią, literaturą lub sztuką? Kliknij [tutaj](#), aby uzyskać więcej informacji.

Niektóre programy są bezpłatne. Niektóre są płatne. Sprawdź wcześniej w biurze dla seniorów.

Słowa kluczowe: seniorzy, wiek, komputer, czas wolny, sport, pomoc, kursy, wydarzenia

Zdrowie

System opieki zdrowotnej w Niemczech

Informacje ogólne

W Internecie można znaleźć wiele informacji na temat zdrowia w Niemczech. Wiele z nich jest dostępnych w kilku językach.

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

Jak działa opieka zdrowotna? Co robić w przypadku choroby? Jaką pomoc mogę uzyskać?

[Zdrowie dla wszystkich](#)

Przewodnik w wielu językach.

Wizyta [u ginekologa](#)

Film w różnych językach

Słownictwo dotyczące zdrowia

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

[Więcej informacji w wielu językach](#)

Słowa kluczowe: lekarz, specjalista, szczepienia, zdrowie, choroba, apteki, medycyna

Ubezpieczenie zdrowotne

Musisz mieć ubezpieczenie zdrowotne.
Wiele osób ma ustawowe ubezpieczenie zdrowotne.
Za ubezpieczenie zdrowotne trzeba płacić co miesiąc.

Dzieci nie muszą płacić.

Jesteś chory:
Ubezpieczenie zdrowotne płaci za lekarza, leki, przychodnię.
Zazwyczaj trzeba płacić dodatkowo.

Możesz wybrać własną kasę chorych.
Możesz zmienić firmę ubezpieczeniową.
Dowiedz się dokładnie, co musisz wiedzieć!

Pytania? Zapytaj swojego doradcę w punkcie doradztwa migracyjnego.

Ubezpieczenie zdrowotne dla osób ubiegających się o azyl

Twój wniosek o azyl został uznany LUB przebywasz w Niemczech od ponad 18 miesięcy:

Możesz otrzymać kartę ubezpieczenia zdrowotnego (elektroniczną kartę zdrowia).
 Nie musisz składać wniosku w urzędzie opieki społecznej.
 Urząd opieki społecznej sprawdzi to automatycznie.
 Otrzymasz pismo z urzędu opieki społecznej.
 W liście będzie napisane: Otrzymasz kartę.

Możesz wybrać kasę chorych.
 Masz kartę. Z kartą idziesz prosto do lekarza.
 Nie musisz już chodzić do urzędu opieki społecznej.

Słowa kluczowe: ustawowe ubezpieczenie zdrowotne, GKV, karta ubezpieczeniowa, ubezpieczenie zdrowotne, koszty leczenia, koszty leków, ubezpieczenie, karta ubezpieczeniowa, karta chipowa

Lekarze

Lekarz

Możesz samodzielnie wybrać lekarza.

Lekarze mają obowiązek zachowania poufności:
 Z lekarzem można rozmawiać o wszystkim. Lekarz nikomu o tym nie powie.

Lekarza należy zabrać ze sobą:

- Kartę ubezpieczeniową
- leki
- kartkę z pytaniami
- Być może tłumacza

Jeśli potrzebujesz leków, otrzymasz **receptę**.

Spotkanie: Dzwonisz do lekarza. Poproś o wizytę: "Jestem chory! Czy mogę przyjść na wizytę?". Bez umówienia się na wizytę często trzeba długo czekać.

⇒ Lekarzy w Ratyzbonie można znaleźć w [Internecie](#). Można tu również znaleźć różne języki, którymi posługują się lekarze

Lekarze są zazwyczaj otwarci od poniedziałku do piątku.
 Godziny otwarcia różnią się w zależności od lekarza. Zazwyczaj są oni zamknięci w środę po południu.

Lekarz ogólny i pediatra

Jeśli jesteś chory, najpierw udajesz się do lekarza pierwszego kontaktu. Często nazywa się ich również lekarzami rodzinnymi.

Dzieci muszą udać się do pediatry.

Lekarz ten jest pierwszym punktem kontaktu w przypadku wszystkich chorób. Zbada on pacjenta i zdecyduje o dalszym leczeniu.

Jeśli konieczne jest leczenie u lekarza specjalisty, skieruje on pacjenta do niego. Lekarz ten wystawi skierowanie.

Lekarz specjalista / specjalista

Lekarze specjaliści specjalizują się w jednej dziedzinie medycyny. Przejmują oni dalsze leczenie po otrzymaniu skierowania od lekarza ogólnego. Na przykład: ginekolog, specjalista chorób płuc lub uszu, nosa i gardła, urolog, ortopeda ...

Usługi na wezwanie

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

Dyżur medyczny

tylko wieczorem i w weekendy

Telefon: 116 117

Dyżurna praktyka lekarska Regensburg

w Szpitalu Braci Miłosierdzia

[Prüfeninger Straße 86](#)

Środa i piątek od 16:00 do 20:00

W soboty, niedziele i święta od 8.00 do 9.00 rano.

Pogotowie stomatologiczne

tylko wieczorem i w weekendy

Telefon: [0941 5 98 79 23](#)

Sobota, niedziela i święta od 10.00 do 12.00 i od 18.00 do 19.00

Pogotowie stomatologiczne w szpitalu uniwersyteckim

Telefon: [0941 94 40](#)

Zawsze można zadzwonić (24 godziny na dobę). Jest przeznaczony do nagłych przypadków, takich jak ostry ból, obrzęk, ropienie, krwawienie pooperacyjne i wypadki.

Słowa kluczowe: lekarz, specjalista, praktyka, praktyka lekarska, skierowanie, odcinek skierowania, leczenie, dentysta, lekarz ogólny, lekarz rodzinny, pediatra, dyżur KV

Szpital

Szpital

Szpital (= klinika lub centrum szpitalne) to budynek, w którym leczy się chorych.

W szpitalu pracuje wielu lekarzy i pielęgniarek.

Do szpitala idzie się tylko wtedy, gdy jest się bardzo chorym lub poważnie rannym.

Do szpitala udajesz się w nagłych wypadkach.

Informacje na temat nagłych wypadków można znaleźć na stronie "Nagłe wypadki".

Nie możesz wybrać lekarza w szpitalu.

Lekarzem może być kobieta lub mężczyzna.

Znajdujesz się w pokoju z innymi osobami.

Za każdy dzień pobytu w klinice trzeba zapłacić niewielką kwotę.

Resztę pokrywa kasa chorych.

Szpital w Ratyzbonie:

Caritas Hospital St. Josef
Landshuter Str. 65
93053 Regensburg
Internet: <https://www.caritasstjosef.de/>

Szpital Barmherzige Brüder
Prüfeninger Str. 86
93049 Regensburg
Internet: <https://www.barmherzige-regensburg.de/>

Szpital Uniwersytecki w Ratyzbonie
Franz-Josef-Strauß-Allee 11
93053 Regensburg
Internet: <https://www.ukr.de/>

Klinika KUNO St Hedwig
Steinmetzstraße 1-3,
93049 Regensburg
Internet: <https://www.barmherzige-hedwig.de/>

Centrum Dziecięce St. Martin w Ratyzbonie
Wieshuberstr. 4,
93059 Regensburg
Internet: <https://www.kinderzentrum-regensburg.de>

Chory jako osoba ubiegająca się o azyl

Jesteś chory

1. Jesteś osobą **ubiegającą się o azyl i mieszkasz w ośrodku AnKER (Bajuwarenstraße 1a, Zeißstraße 1 i 9):**
Udaj się do centrum medycznego.
Pomoże Ci lekarz (=doctor) z [Refumed](#) lub inny lekarz.
Lekarzem może być kobieta lub mężczyzna.
Jeśli potrzebujesz lekarza specjalisty, otrzymasz tutaj odcinek skierowania.
Jeśli potrzebujesz dentysty, możesz otrzymać voucher na leczenie stomatologiczne w biurze opieki społecznej.
Następnie udaj się do biura Sozial-Amt przy Bajuwarenstraße 1a.
2. **Mieszkasz we wspólnym mieszkaniu (GU) lub we własnym mieszkaniu.**
Chcesz udać się do lekarza rodzinnego, pediatry, ginekologa, okulisty lub dentysty?
⇒ Potrzebujesz bonu na leczenie (= **papier dla lekarza**).
Bon zdrowotny jest ważny przez jeden kwartał (= trzy miesiące):
 1. kwartał: styczeń, luty, marzec
 2. kwartał: kwiecień, maj, czerwiec
 3. kwartał: lipiec, sierpień, wrzesień
 4. kwartał: październik, listopad, grudzień

Na przykład:

Z kuponem na leczenie choroby można udać się do lekarza w 1. kwartale w miesiącach styczeń,

lutu i marzec.

W kwietniu, maju i czerwcu (2. kwartał) potrzebne będzie **nowe** zaświadczenie o leczeniu choroby.

Jak uzyskać zaświadczenie o leczeniu choroby?

Należy udać się do [biura opieki](#) społecznej.

Nie trzeba umawiać się na wizytę w urzędzie opieki społecznej.

Zaświadczenie o leczeniu chorobowym otrzymasz w urzędzie opieki społecznej.

Z zaświadczeniem o leczeniu udajesz się do lekarza rodzinnego, pediatry, ginekologa, okulisty lub dentysty.

Lub:

Lekarz mówi: Potrzebna jest wizyta u **specjalisty**.

Lekarz specjalista jest specjalistą: Na przykład ortopeda.

Lekarz wystawia skierowanie (= **dokument dla lekarza** specjalisty).

Umawiasz się na wizytę u specjalisty.

Ważne: Na wizytę należy przynieść ze sobą skierowanie!

Lekarz mówi: Musisz udać się do szpitala (= kliniki).

Lekarz wystawia skierowanie (= **dokument** dla szpitala).

⇒ Ze skierowaniem należy udać się do biura opieki społecznej.

Urząd opieki społecznej sprawdza: Czy możesz iść do szpitala?

Urząd opieki społecznej informuje: Możesz iść do szpitala lub **nie** możesz iść do szpitala.

Zajrzyj do zakładki "Zdrowie"

Tutaj znajdziesz wiele informacji na temat zdrowia i chorób:

=> System opieki zdrowotnej w Niemczech

=> Ciąża i poród

=> Antykoncepcja i planowanie rodziny

=> Zdrowie dzieci

=> Urazy i zdrowie psychiczne

=> Niepełnosprawność

=> Hospicja i opieka paliatywna

=> Poradnie zdrowia

=> Nagłe wypadki

Co mogę leczyć u lekarza?

Za co płaci urząd opieki społecznej?

Urząd opieki społecznej wyda ci voucher na leczenie lub przyjęcie do szpitala:

TYLKO jeśli jest to absolutnie konieczne.

TYLKO w przypadku ostrych chorób i ostrego bólu.

Lub:

Jeśli potrzebujesz zwykłych szczepień i badań lekarskich.

Jeśli jesteś w ciąży: otrzymasz wszystkie niezbędne usługi.

Patrz "Ciąża i poród"

Po urodzeniu: Ty i dziecko otrzymacie wszystkie niezbędne usługi.

Patrz "Zdrowie pediatryczne"

Co robić w nagłych wypadkach (= niespodziewanych sytuacjach, w których potrzebna jest szybka pomoc lekarza)?

Udać się bezpośrednio do lekarza lub szpitala.

Udajesz się tam bez skierowania lub zaświadczenia o leczeniu.

W nagłych przypadkach lekarz lub szpital kontaktuje się bezpośrednio z urzędem opieki społecznej.

WAŻNE:

TYLKO w nagłych przypadkach można udać się do lekarza **bez** skierowania lub zaświadczenia o leczeniu.

Patrz "Pomoc w nagłych wypadkach".

Tutaj znajdują się numery telefonów i zasady postępowania w nagłych wypadkach.

Kiedy mogę otrzymać kartę ubezpieczenia zdrowotnego?

Twój wniosek o **azyl** został **uznany**.

Przebywasz w **Niemczech od ponad 18 miesięcy**.

Możesz otrzymać kartę ubezpieczenia zdrowotnego (= elektroniczną kartę ubezpieczenia zdrowotnego).

Nie musisz składać wniosku w urzędzie opieki społecznej.

Urząd opieki społecznej sprawdzi to automatycznie.

Otrzymasz pismo z urzędu opieki społecznej.

W liście będzie napisane: Otrzymasz kartę.

Szukaj pod "Azyl"

=> "Po uznaniu za uchodźcę"

=> "Potrzebujesz **ubezpieczenia zdrowotnego**"

Masz kartę.

Z kartą możesz iść prosto do lekarza.

Nie musisz już chodzić do biura opieki społecznej.

Gdzie znajduje się urząd opieki społecznej?

[Biuro opieki społecznej](#)

[Bajuwarenstraße 1A](#)

93053 Regensburg

Telefon: [0941 507-1502](tel:09415071502)

sozialamt-asyl@regensburg.de

Godziny otwarcia:

od poniedziałku do piątku: 08:00-11:30

Słowa kluczowe: zaświadczenie o leczeniu, skierowanie, zaświadczenie o skierowaniu, specjalista, szpital, konieczne leczenie, leczenie bólu, karta zdrowia, ubezpieczenie zdrowotne

Ciąża i poród

Ciąża

Czy masz dziecko?
Jesteś w ciąży?

Zrób test ciążowy!
Kup test ciążowy w [aptece](#) lub [drogerii](#).

Idź do ginekologa:
Ginekolog opiekuje się Tobą i Twoim dzieckiem.
⇒ **Tutaj możesz wyszukać [ginekologów w Regensburgu](#) !**

Otrzymasz paszport matki:
Paszport matki zawiera wyniki badań.
Paszport mamy jest bardzo ważny!
Paszport Mutter-Pass należy zawsze zabrać ze sobą do ginekologa.
Mutter-Pass nie jest dowodem tożsamości.

Regularnie chodź na badania kontrolne!

Ubezpieczenie zdrowotne

Kasa chorych pokrywa koszty badań w czasie ciąży.
Chodź na regularne badania kontrolne!
Masz jakieś pytania?
Zapytaj swojego ginekologa.
On ci pomoże.
⇒ **W Internecie można również znaleźć wiele informacji w różnych językach. Zajrzyj do zakładki "Ubezpieczenie zdrowotne" w aplikacji.**

Ubezpieczenie zdrowotne pokrywa również koszty doradztwa położnej.
Położna może przyjść do Twojego domu.

- Masz pytania dotyczące ciąży?
- Położna Ci pomoże.
- Przed porodem i po urodzeniu dziecka.

W jaki sposób położna może Ci pomóc?
⇒ [Informacje o pracy położnych](#)

Pilnie potrzebujesz położnej, ale nie możesz znaleźć takiej, która miałaby czas dla Ciebie i Twojego dziecka? [Tutaj](#) znajdziesz pomoc.

Szukasz dodatkowych porad? ⇒ Zajrzyj do sekcji "Kto może mi pomóc? Porady dotyczące zdrowia i choroby".

- Telefon zaufania "Ciąża i wiele pytań": [0800 4040020](tel:08004040020)
- Link: ["Ciąża i wiele pytań" w wielu językach](#)
- Link: [Informacje na temat ciąży i porodu w wielu językach](#)

Konsultacje z położną rodzinną

Możesz zadawać położnej pytania: Jak karmić dziecko? Co mogę zrobić, jeśli dziecko płacze?
Można zważyć dziecko.

Kiedy: w każdy wtorek od 15:00 do 16:00 (nie w czasie wakacji)

Gdzie? Południowy projekt sąsiedzki, Lore-Kullmer-Str. 161, 93053 Regensburg

Narodziny

Dziecko przychodzi na świat:

Klinika/szpital

W Ratyzbonie znajdują się dwie specjalistyczne kliniki położnicze:

- [Klinika św.](#)
- [Szpital św.](#)

W domu

Dziecko można również urodzić w domu.

⇒ Zapytaj o to swojego ginekologa.

Akt urodzenia

Czym jest akt urodzenia? Akt urodzenia jest **ważnym dokumentem**.

Akt urodzenia należy zachować.

Akt urodzenia zawiera następujące informacje:

- Jakie jest imię dziecka?
- Gdzie urodziło się dziecko?
- Kiedy urodziło się dziecko?
- Kto jest matką?
- Kto jest ojcem?

Jak uzyskać akt urodzenia? Po urodzeniu dziecka należy wypełnić formularz.

Formularz ten nosi nazwę: zgłoszenie urodzenia.

Formularz zgłoszenia urodzenia wypełnia się w szpitalu lub centrum porodowym.

Formularz zgłoszenia urodzenia zawiera

- Imię dziecka
- Nazwisko dziecka
- Wiele innych informacji o dziecku i rodzicach

Ważne: Matka i ojciec muszą podpisać formularz rejestracji narodzin.

Koszt aktu urodzenia wynosi **10 €**.

Jakie dokumenty muszą ze sobą zabrać?

- Paszport
lub zezwolenie na pobyt
lub certyfikat fikcji
lub zaświadczenie o tolerancji
- Akt urodzenia matki
- Akt urodzenia ojca
- Niemieckie tłumaczenie aktu urodzenia matki i ojca
Jeśli jesteś w związku małżeńskim:
- Akt małżeństwa
- Niemieckie tłumaczenie aktu małżeństwa

Nie mam aktu małżeństwa ani aktu urodzenia! Nie masz wszystkich dokumentów?

Szpital **NIE** wyda Ci aktu urodzenia.

Musisz udać się do urzędu stanu cywilnego.

Zadzwoń i umów się na wizytę w urzędzie stanu cywilnego:

[Wydział Urzędu Stanu Cywilnego](#)

[D.-Martin-Luther-Straße 3](#)

93047 Regensburg

Telefon: 0941 507-1347

E-mail: Standesamt_geburt@regensburg.de

⇒ Więcej [informacji](#) można znaleźć tutaj.

Doradztwo

⇒ Usługi poradnictwa ciążowego w Regensburgu można znaleźć w zakładce "Kto może mi pomóc? Poradnictwo w zakresie zdrowia i choroby".

Słowa kluczowe: ginekolog, test ciążowy, karta ciążowa, opieka prenatalna, badania kontrolne, położna, przygotowanie do porodu, poród, poród, akt urodzenia

Antykoncepcja i planowanie rodziny

Planowanie rodziny/antykoncepcja

Jeśli

- nie chcesz zajść w ciążę
- chronić się przed chorobami przenoszonymi drogą płciową

musisz stosować środki antykoncepcyjne podczas seksu. Na przykład prezerwatywy.

Istnieje wiele różnych środków antykoncepcyjnych. Niektóre kosztują więcej niż inne. Środki antykoncepcyjne działają w różny sposób. Dowiedz się więcej! Jeśli nie masz pewności, który środek antykoncepcyjny jest dla Ciebie odpowiedni, zapytaj lekarza.

Informacje na temat antykoncepcji w wielu językach można znaleźć [tutaj](#)

UWAGA:

Tylko prezerwatywy chronią przed AIDS i innymi chorobami!
Żaden środek antykoncepcyjny nie jest w 100% bezpieczny!

Koszty antykoncepcji

Masz mniej niż 23 lata?

Ubezpieczenie zdrowotne pokryje znaczną część kosztów. Ty sama musisz pokryć tylko niewielką część kosztów.

Od 23 roku życia musisz płacić za antykoncepcję.

Jeśli masz mało pieniędzy, miasto Regensburg może pokryć koszty antykoncepcji. W tym celu należy złożyć wniosek w urzędzie opieki społecznej.
Informacje można znaleźć [tutaj](#).

Słowa kluczowe: antykoncepcja, antykoncepcja, prezerwatywy, pigułka, pigułka antykoncepcyjna, infekcje przenoszone drogą płciową, STI, zapobieganie ciąży, bezpieczniejszy seks

Konflikt w ciąży i aborcja

Czy jesteś w niezamierzonej ciąży? Masz pozytywny wynik testu ciążowego?

Nie chcesz obecnie mieć dziecka?

Ponieważ jesteś bardzo młoda.

Ponieważ nie masz pieniędzy.

Ponieważ nie masz wsparcia.

Ponieważ nie chcesz być mamą.

Wtedy możesz poddać się aborcji. (= przerwać ciążę)

W Niemczech to **w porządku nie** chcieć dziecka. Każda kobieta może sama zdecydować. Czy chcę być mamą, czy nie. W Niemczech można przerwać ciążę.

Jest to dozwolone. Ale tylko wtedy, gdy

- przed 12. tygodniem

- po 12. tygodniu tylko wtedy, gdy istnieje poważne ryzyko dla Ciebie lub Twojego dziecka (np. choroba, niepełnosprawność).

Co musisz teraz zrobić?

- Zadzwoń do ginekologa --> umówić się na wizytę

"Jestem w ciąży, potrzebuję badania"

- Udać się do poradni --> umówić się na wizytę

"Potrzebuję porady na temat ciąży"

Poradnictwo jest **obowiązkowe**. Poradnictwo jest **bezpłatne**. Pracownicy poradni chcą Ci pomóc. Mają obowiązek zachowania poufności. Nie mogą nikomu o tym powiedzieć. Możesz im zaufać.

- po poradnictwie --> zastanów się przez co najmniej 3 dni: Czy chcę dziecka? Czy nie chcę dziecka?

- Umówić się na aborcję lub zatrzymać dziecko.

Jeśli Twój niemiecki nie jest jeszcze zbyt dobry, lekarz lub doradca może zarezerwować dla Ciebie tłumacza.

Pomoc i informacje można uzyskać tutaj

[pro familia Regensburg](#)

[An der Schergenbreite 1](#)

93059 Regensburg

Telefon: [\(0941\) 70 44 55](#)

regensburg@profamilia.de

www.profamilia.de/regensburg

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

[Maximilianstraße 13](#)

93047 Regensburg

Telefon: [\(0941\) 595 64 90](#)

regensburg@donum-vitae-bayern.de

[Wydział Zdrowia w Ratyzbonie Poradnictwo w przypadku konfliktu w ciąży](#)

[Altmühlstraße 3](#)

93059 Regensburg

Telefon: [\(0941\) 4009 764](#)

Słowa kluczowe: ciąża, niechciana ciąża, konflikt w ciąży, aborcja, poradnictwo w ciąży, pomoc w ciąży, poradnie

Zdrowie dzieci

Ubezpieczenie zdrowotne dla dzieci

Ubezpieczenie zdrowotne dla dziecka zwykle **nie wiąże się z żadnymi** kosztami:
 "ubezpieczenie rodzinne".
 Dziecko otrzyma kartę ubezpieczeniową.
 Kartę ubezpieczenia dziecka należy zabrać ze sobą do lekarza.
 Nie musisz płacić za dziecko u lekarza.

Pediatra

Istnieją specjaliści lekarze dla dzieci: pediatrzy (lekarze pediatrzy).
 Wiedzą oni wszystko o zdrowiu dzieci.
 Wybierz pediatrę dla swojego dziecka.
 ⇒ [Tutaj](#) można znaleźć pediatrów w Regensburgu

Badania U (= pediatryczne badania kontrolne)

Należy regularnie zabierać dziecko do lekarza.
 Badanie USG jest korzystne dla zdrowia dziecka.
 Kasa chorych płaci za badania U-examinations.
 Otrzymasz książeczkę badań (żółtą).
 Książeczkę należy zabrać ze sobą na badania!

Na czym polegają badania U?

Należy umówić się na wizytę u lekarza w celu wykonania badania układu moczowo-płciowego dziecka.

Lekarz zbada

- mobilność
- zręczność
- mowę i rozumienie mowy
- zachowanie społeczne

Doradza w różnych kwestiach:

- Szczepienia
- Zapobieganie wypadkom
- zdrowie zębów
- odżywianie
- inne problemy i obawy związane z rozwojem dziecka.

Ważne: badanie musi być przeprowadzone w określonym czasie!

⇒ [Tutaj](#) możesz sprawdzić, kiedy Twoje dziecko powinno zostać zbadane.

Badania U są badaniami wczesnego wykrywania.

Oznacza to, że jeśli dziecko jest chore, chorobę można **wcześnie** wykryć i leczyć.

Lekarz sprawdza, czy dziecko rozwija się prawidłowo (na przykład: jak dobrze mówi).

Dziecko może otrzymać wsparcie i zachętę.

Szczepienia

Pediatra może zaszczepić dziecko.
(Szczepienie = ochrona przed chorobą)
Zapytaj pediatrę.
Za szczepienia dzieci płaci kasa chorych.

⇒ [Zalecane szczepienia dla dzieci](#)

Moje dziecko przeżyło traumę, co mogę zrobić?

⇒ Tutaj znajdziesz ważne [informacje](#) dla rodziców.

Dostępne w języku niemieckim, angielskim, arabskim, perskim, kurdyjskim

Słowa kluczowe: ubezpieczenie rodzinne, opieka profilaktyczna, badania kontrolne, żółta książeczka kontrolna, książeczka U, pediatra, U1, U2, U3, U4, U5, U6, U7, U7a, U8, U9, rozwój dziecka, zdrowie dziecka

Trauma i zdrowie psychiczne

Jakie mogą być objawy choroby psychicznej?

- Nie czujesz się dobrze.
- Masz zmartwienia.
- Złe wspomnienia lub myśli.
- Tęsknisz za domem.
- Nie możesz spać.
- Twoja koncentracja jest słaba.
- Często się boisz.
- Jesz dużo lub bardzo mało.
- Zawsze jesteś zmęczony.

Choroby psychiczne to depresja, zaburzenia lękowe, uzależnienia lub trauma.
Istnieją specjaliści lekarze zajmujący się chorobami psychicznymi.

Istnieje pomoc!

Lekarz może pomóc. Albo **terapeuta**. Można też zrobić coś samemu.

Możesz również udać się do doradcy ds. migracji. Niektórzy doradcy mogą również pomóc w przypadku problemów psychologicznych i traumy.

Informacje i pomoc na temat traumy:

1 [Refugee Trauma Help](#)

Tutaj można uzyskać informacje w wielu językach. Możesz pomóc sobie sam

2. [psychoterapia online](#) w języku angielskim, niemieckim i arabskim

3. [Almhar - aplikacja dla uchodźców](#) Informacje i ćwiczenia dotyczące problemów ze snem, stresu, objawów depresji i nie tylko - w języku arabskim, angielskim i perskim.

3. [książka obrazkowa o traumie w wielu językach](#)

Pomoc dla dzieci po traumie. Co mogą zrobić rodzice?

4. [Informacje na temat pomocy dla dzieci po traumie](#)

Przewodnik dla rodziców w wielu językach

Słowa kluczowe: choroba psychiczna, zdrowie psychiczne, terapia, psychoterapia, psycholog, psychiatra, usługi samopomocy, terapia traumy, traumatyzacja

Niepełnosprawność

Każdy powinien mieć możliwość uczestniczenia w życiu społecznym. Dotyczy to również osób niepełnosprawnych. Istnieje specjalne doradztwo, projekty, pomoc i wsparcie w tym zakresie.

[Wiele informacji i kontaktów można znaleźć tutaj.](#)

Słowa kluczowe: Integracja, dostępność

Hospicjum i opieka paliatywna

W Regensburgu istnieją różne formy pomocy dla osób ciężko chorych i umierających. Oznacza to, że ostatnie dni można spędzić tak dobrze, jak to tylko możliwe.

[Tutaj](#) znajdziesz film wyjaśniający opiekę hospicyjną i paliatywną w Niemczech. Film jest dostępny w wielu językach.

W tym [przewodniku](#) znajdziesz informacje i przegląd usług w wielu językach.

Kliniki

Osoby nieuleczalnie chore znajdują się pod opieką specjalnych zespołów w szpitalach. W niektórych przypadkach istnieją również specjalne oddziały. Tam na przykład łagodzi się ból.

Hospicja

Poważnie chora osoba może zostać przyjęta do hospicjum w ostatnich dniach życia, jeśli nie wymaga hospitalizacji, ale nie może pozostać w domu. W Regensburgu znajduje się Hospicjum Johanna w Pentling.

[Hospicjum Johanna](#)
[Hölkering 1, 93080 Pentling](#)
[Numer telefonu](#)

Stowarzyszenie Hospicjum

Opiekunowie-wolontariusze mogą pomóc. Są oni specjalnie przeszkoleni i odwiedzają chorych w domach. Jest to organizowane przez Stowarzyszenie Hospicjum Regensburg:

[Hospiz-Verein Regensburg e.V.](#)
[Hölkering 1, 93080 Pentling](#)
[Numer telefonu](#)

Specjalistyczna ambulatoryjna opieka paliatywna (SAPV)

Jeśli umierająca osoba ma poważne i skomplikowane dolegliwości, SAPV może wesprzeć lekarza. Opiekun działa jako przewodnik wraz z lekarzami, aby opiekować się pacjentami w domu. W skład zespołu wchodzi również doradca, terapeuta oddechowy i pracownik socjalny. Za tę usługę płaci zakład ubezpieczeń zdrowotnych. Kontakt nawiązywany jest przez lekarza rodzinnego.

[PALLIAMO gGmbH](#)
[Cranachweg 16, 93051 Regensburg](#)

Przegląd opieki w Regensburgu można znaleźć [tutaj](#).

Nagły wypadek

Nagły wypadek

Nagły wypadek to na przykład choroba lub uraz.

W nagłych wypadkach należy natychmiast skontaktować się z lekarzem, jeśli na przykład

- masz bardzo wysoką temperaturę.
- złamania kości
- masz poważny krwotok.
- nie możesz oddychać
- spożyła coś trującego.
- są nieprzytomni (= nieprzytomni).

W nagłych wypadkach zawsze można udać się do kliniki.

Klinika ma izbę przyjęć.

W nagłych wypadkach należy wezwać pomoc (= połączenie alarmowe):

[Telefon: 112](#)

Połączenie alarmowe nie wiąże się z **żadnymi** kosztami.

Na numer alarmowy można zadzwonić z dowolnego telefonu.

Karetka szybko przyjedzie na miejsce.

Połączenie alarmowe - co należy zrobić?

Zachowaj spokój!

Słuchaj uważnie!

Odpowiadaj na pytania!

Musisz powiedzieć:

- **Gdzie** jest pacjent?
- **Co** się stało?
- **Jak się** czuje pacjent?

Ważne numery telefonów w nagłych wypadkach:

- Policja, straż pożarna, pogotowie ratunkowe, pogotowie ratunkowe ds. zatruc
- Pogotowie lekarskie, pogotowie farmaceutyczne
- Pomoc dla kobiet i dzieci
- Pomoc psychologiczna
⇒ **Patrz "Pomoc w nagłych wypadkach"**

Pierwsza pomoc

Widzisz osobę w niebezpieczeństwie:

Pomóż tej osobie!

Możesz uratować życie.

Możesz ukończyć kurs pierwszej pomocy.

Kurs uczy, jak pomagać innym w nagłych wypadkach.

⇒ **Wideo 1:** Co należy zrobić w sytuacji zagrożenia? [Pierwsza pomoc](#)

⇒ **Wideo2:** [Pierwsza](#) pomoc w nagłych wypadkach

⇒ Tutaj znajdziesz [kursy pierwszej pomocy](#) w Ratyzbonie!

Słowa kluczowe: pogotowie ratunkowe, karetka pogotowia, nagły wypadek, zagrożenie życia, pierwsza pomoc, telefon alarmowy

Kto może mi pomóc? Doradztwo w zakresie zdrowia i choroby

Masz problem? Potrzebujesz kogoś, z kim mógłbyś porozmawiać? Czy Twoja rodzina ma problem? Czy znasz kogoś, kto ma problem?

Nie jesteś sam!

Poradnictwo dla kobiet w ciąży

Jesteś w ciąży? Potrzebujesz pomocy lub masz pytania? Te ośrodki mogą Ci pomóc:

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

[pro familia Regensburg e.V.](#)

[Urząd zdrowia w Ratyzbonie](#)

[Poradnictwo ciążowe Caritas](#)

PORADNICTWO AIDS

Czy chorujesz na AIDS? Potrzebujesz pomocy lub masz pytania dotyczące choroby? Tutaj możesz uzyskać pomoc:

[Poradnia AIDS Górny Palatynat](#)

[AIDS-Hilfe Regensburg e.V.](#)

[Urząd Zdrowia w Regensburgu](#)

Poradnictwo psychospołeczne

Czy masz problemy psychologiczne? Czy masz problemy społeczne? Potrzebujesz porady? Tutaj znajdziesz pomoc:

[Diakonie Regensburg](#)

[Bawarskie Towarzystwo Zdrowia Psychicznego e.V.](#)

[Urząd Zdrowia w Ratyzbonie](#)

[Służba kryzysowa Horizont](#)

[Poradnictwo telefoniczne Regensburg](#)

Uzależnienie

Jesteś uzależniony? Te ośrodki mogą Ci pomóc:

[Poradnia uzależnień Caritas](#)

[KISS - centrum samopomocy](#)

[Urząd Zdrowia w Regensburgu](#)

[Anonimowi Alkoholicy](#)

[DrugStop](#)

[Uzależnienie w starszym wieku](#)

Zaburzenia odżywiania

Czy masz problemy z jedzeniem? Nie możesz już normalnie jeść? Uzyskaj pomoc tutaj:

[Waagnis](#)

Słowa kluczowe: ciąża, duszpasterstwo, uzależnienie, poradnictwo

MiMi - Z migrantami dla migrantów (MiMi-Bayern)

Mieszkasz w Regensburgu i pochodzisz z innego kraju? Chcesz dowiedzieć się czegoś o systemie opieki zdrowotnej w Niemczech? Chcesz pomóc innym migrantom odnaleźć się w niemieckim systemie?

Projekt MiMi-Bayern oferuje:

- Bezpłatne szkolenie jako "pilot zdrowotny" (około 50 godzin).
- Przeszkoleni migranci udzielają innym migrantom informacji na temat zdrowia i chorób.

Kontakt:

[Urząd ds. Integracji i Migracji](#)

[Maximilianstraße 26 | 93047 Regensburg](#)

[adres e-mail](#)

[Telefon](#)

[Więcej informacji w Internecie.](#)

MiMi-Bayern jest projektem Ethno-Medical Centre e.V. i jest finansowany przez Bawarskie Ministerstwo Zdrowia i Opieki Społecznej oraz MSD SHARP & DOHME GMBH. Projekt jest realizowany w wielu miejscach w Bawarii. Projekt jest realizowany w Regensburgu od 2015 roku.

Słowa kluczowe: zdrowie, wolontariat, choroba

Migrant Medicine Regensburg e.V.

Organizacja dba o zdrowie uchodźców. Wielu z nas studiuje medycynę, psychologię lub kierunki społeczne. Osoby z branży medycznej lub tłumacze-wolontariusze również mogą pomóc.

Oto, czym się zajmujemy:

Osobista pomoc w indywidualnych przypadkach: pomagamy w opiece medycznej. Na przykład, jeśli cierpisz na chorobę przewlekłą. Pomagamy radzić sobie z chorobą. Umawiamy wizyty lekarskie lub znajdujemy tłumacza.

Poradnia medyczna:

Otwarte doradztwo w kwestiach medycznych.

Kiedy? W każdy czwartek od 16:00 do 18:00

Gdzie? We wspólnym centrum zakwaterowania przy [Dieselstraße 3](#).

Można tu również umówić się na wizytę u lekarza i znaleźć tłumacza.

Podczas przerwy semestralnej nie ma godzin konsultacji.

Informacje można znaleźć tutaj:

<https://www.migramed.de/>

lub

[na Instagramie](#)

Napisz do nas na adres info@migramed.org

Słowa kluczowe: migranci, zdrowie, system opieki zdrowotnej, wolontariat, pomoc, informacja, medycyna, doradztwo, opieka

KISS Regensburg

KISS Regensburg pomaga znaleźć grupę samopomocy.

Samopomoc (=nauka pomagania samemu sobie)

W Regensburgu istnieją różne grupy.

W grupach samopomocy ludzie z podobnymi problemami spotykają się i rozmawiają razem.

Na przykład, jeśli masz problem zdrowotny.

Taka grupa może pomóc Ci poczuć się lepiej.

Możesz skontaktować się [tutaj](#):

[KISS Regensburg](#)

Organizacja samopomocy w mieście i okręgu Regensburg

Telefon: [\(0941\) 599 388 610](tel:0941599388610)

kiss.regensburg@paritaet-bayern.de

Pomoc w nagłych wypadkach

Policja, straż pożarna, pogotowie ratunkowe, ośrodek zatruc

Policja:

[110](#)

[Informacje o policji w przystępnym języku](#)

Pożar:

[112](#)

Ratownictwo medyczne, wypadek:

[112](#)

Telefon alarmowy w przypadku zatrucia Norymberga

Telefon [0911 3982451](tel:09113982451)

Centrum powiadamiania ratunkowego o zatruciach Monachium

Telefon [089 19240](tel:08919240)

Ważne zasady w nagłych wypadkach:

Dzwonisz pod numer 112.

Powiedz najważniejsze rzeczy:

Gdzie doszło do nagłego wypadku?

Co się stało?

Ile osób zostało rannych?

Jaki jest rodzaj obrażeń?

Czekaj na pytania z centrum kontroli ratownictwa!

Pogotowie medyczne, pogotowie farmaceutyczne

Lekarz na wezwanie

Jest późna noc, niedziela lub święto państwowe?

Nie czujesz się dobrze.

Potrzebujesz lekarza?

Twój lekarz jest nieczynny?

Możesz zadzwonić tutaj. Numer: **116 117**.

Poproś o lekarza dyżurnego.

Ale nie w nagłych przypadkach! Numer alarmowy: **112**

Lub udać się do szpitala.

[Dyżurujące gabinety lekarskie można znaleźć tutaj.](#)

Pogotowie dentystyczne

Nagły wypadek z zębem?

Na przykład ból, krwawienie, wypadek?

Twój dentysta jest nieczynny?

Gdzie jest pogotowie dentystyczne? Sprawdź [tutaj](#)

Lub:

[Pogotowie stomatologiczne w Szpitalu Uniwersyteckim w Regensburgu](#)

Pogotowie apteczne

Jest noc, niedziela lub dzień świąteczny?

Nie czujesz się dobrze. Potrzebujesz lekarstwa.

Poszukaj [tutaj](#) otwartej apteki.

Szukaj tutaj: [apteka ratunkowa](#)

Pomoc dla kobiet i dzieci

Jesteś kobietą w potrzebie?

Zawsze możesz zadzwonić:

Telefon: [0800 116 016](#)

Możesz również uzyskać pomoc w innych językach.

Przemoc seksualna

[Infolinia dla kobiet Regensburg e.V.](#)

Centrum porad dla kobiet i dziewcząt, które doświadczyły przemocy seksualnej.

Telefon: [0941 24171](#)

Wyspy ratunkowe dla dzieci

Boisz się w drodze do szkoły?

Możesz uzyskać pomoc.

Gdzie?

W sklepie na wyspie ratunkowej w drodze do szkoły (shops = sklepy, lekarze)

Ludzie tam mogą ci pomóc.

Sklepy mają naklejkę.

Na naklejce jest napisane "Notinsel".

Wyspy ratunkowe: Pomoc dla dzieci

Telefon zmartwień (w przypadku kryzysów psychicznych)

Czy jesteś zdesperowany lub smutny?

Nie czujesz się teraz dobrze?

Tutaj znajdziesz numery telefonów, pod którymi możesz poufnie porozmawiać:

Doradztwo telefoniczne: [0800 1110111](#) lub - [1110222](#)

Telefon dla duszy: [0228 71002425](#)

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży: [0800 1110333](#)