



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

Willkommen in Deutschland

Informationen für Zuwanderinnen und Zuwanderer





Wegweiser durch die Broschüre





Inhalt

Vorwort	8
I. Einreise nach Deutschland	10
1. Einreisebestimmungen	10
2. Informationen zum Familiennachzug	13
II. Deutsch lernen	16
1. Der Integrationskurs: Sprache und mehr	16
2. Deutsch für den Beruf	20
3. Deutsch für Kinder und Jugendliche	21
III. Informationen und Rat	22
1. Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)	22
2. Jugendmigrationsdienste – Beratung für junge Menschen mit Migrationshintergrund (JMD)	26
3. Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge	28
4. Das Internet als Informationsquelle	28
IV. Aufenthalt und Einbürgerung	30
1. Anlaufstellen zum Aufenthaltsrecht	30
2. Informationen zum Aufenthaltsrecht	33
3. Einbürgerung	38
V. Arbeit und Beruf	42
1. Anerkennung von ausländischen Abschlüssen und Dokumenten	43
2. Berufsberatung, Ausbildungs- und Arbeitsstellenvermittlung	45
3. Berufliche Weiterbildung	50

4.	Existenzgründung und Selbstständigkeit	51
5.	Arbeitsrecht: Arbeitszeit, Urlaub und Krankheit	53
6.	Einkommen und Steuern	55
VI.	Wohnen	56
1.	Wohnungssuche	56
2.	Was kommt nach dem Umzug?	58
3.	Unterstützung vom Staat	59
4.	Miete und Mietrecht	61
VII.	Kinder und Familie	66
1.	Schwangerschaft und Mutterschutz	66
2.	Elternzeit und Elterngeld	71
3.	Kindergeld und Kinderzuschlag	75
4.	Möglichkeiten der Kinderbetreuung	78
5.	Streit, Krisen und Gewalt in der Familie	79
VIII.	Schule, Ausbildung und Studium	82
1.	Das Schulsystem und die Schularten in Deutschland	82
2.	Berufsausbildung	88
3.	Studieren in Deutschland	90
4.	Erwachsenenbildung	93
IX.	Gesundheit und Vorsorge	94
1.	Hilfe bei Krankheiten und Unfällen	94
2.	Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen	97
3.	HIV-/Aidsberatung/Informationen über sexuell übertragbare Krankheiten (STI)	99
4.	Drogen- und Suchtberatung	101
5.	Teilhabe von Menschen mit Behinderung	102

X.	Banken und Versicherungen	104
	1. Geldgeschäfte und Zahlungsmittel	104
	2. Gesetzliche Sozialversicherung	106
	3. Sach- und Personenversicherungen	115
XI.	Einkaufen und Verbraucherschutz	116
	1. Einkaufen und Bezahlen	116
	2. Gewährleistung und Garantie	118
	3. „Haustürgeschäfte“ und per Brief, E-Mail oder im Internet geschlossene Verträge	119
XII.	Verbände und Organisationen	122
	1. Vereine und Verbände	122
	2. Migrantenorganisationen	124
XIII.	Leben in Deutschland	126
	1. Politische und rechtliche Ordnung	126
	2. Parteien und politische Beteiligung	129
	3. Integrationsräte und -beiräte	130
	4. Religion	131
	Index	134
	Für Notfälle	138
	Notizen	139

Vorwort



Sehr geehrte Damen und Herren,

wenn Sie diese Broschüre in Händen halten, haben Sie sich dafür entschieden, dauerhaft in Deutschland zu leben. Zu dieser Entscheidung beglückwünschen wir Sie und heißen Sie herzlich willkommen. Wir hoffen, dass Sie sich in Deutschland wohlfühlen, dass ihre Wünsche und Vorstellungen in Erfüllung gehen, dass Sie neue Freundschaften und Bekanntschaften gewinnen und dass Deutschland zu Ihrer neuen Heimat wird.

Wir wollen Ihnen die ersten Schritte in Deutschland erleichtern. Mit Hilfe dieser Broschüre finden Sie sich in Ihrer neuen Umgebung, im für Sie ungewohnten Alltag, im Umgang mit unseren Gebräuchen und beim Kontakt mit Verwaltungsbehörden schneller und besser zurecht. Wir wollen Sie dazu ermutigen, Ihr berufliches Umfeld aktiv mitzugestalten, sich ehrenamtlich zu engagieren, am kulturellen Leben teilzunehmen und Freizeit- und Sportaktivitäten zu entfalten. Auf diese Weise lernen Sie unsere Lebensart, unsere Kultur, unsere Geschichte und unsere Heimat besser verstehen.

Deutschland erwartet von Ihnen, dass Sie sich um Ihre Integration und um die Integration Ihrer Familie kümmern, unsere Normen achten und unseren Werten Respekt entgegenbringen. Dazu gehört auch, die deutsche Sprache zu erlernen und für den eigenen Lebensunterhalt zu sorgen. Um Sie dabei zu unterstützen, finanziert der Staat viele Integrationsmaßnahmen. Wir fördern Ihre Integration in Deutschland durch zahlreiche Angebote, fordern Sie aber auch dazu auf, eigene Anstrengungen zu unternehmen.

Unsere Integrationspolitik verfolgt das Ziel, dass alle Menschen, die legal in Deutschland leben, von ihren zahlreichen Freiheiten Gebrauch machen und ihre Fähigkeiten nutzen können. Dabei helfen Ihnen zum Beispiel staatlich finanzierte Bildungs-, Sprachförder- und Beratungsangebote. Nutzen Sie die angebotenen Maßnahmen!

Knüpfen Sie Kontakte in Ihrer Nachbarschaft, in Ihrer Stadt und darüber hinaus. Es gibt viele Möglichkeiten, aktiv zu werden. Deutschland hat ein sehr lebendiges Vereinsleben. Nehmen Sie daran teil! Deutschland hat Millionen Ehrenamtliche, die sich für gemeinnützige Zwecke einsetzen. Engagieren auch Sie sich! Suchen Sie sich einen Sportverein, besuchen Sie den Elternabend in der Schule Ihrer Kinder oder schauen Sie im Stadtteil- oder Nachbarschaftszentrum vorbei! Viele Alltagsprobleme lassen sich einfach lösen, wenn Sie Nachbarinnen und Nachbarn, Kolleginnen und Kollegen oder Freundinnen und Freunde um Rat fragen.

Die vorliegende Broschüre informiert Sie über Unterstützungsangebote, Orte, an denen Sie Information und Beratung erhalten können, nützliche Telefonnummern, Kontaktadressen und Tipps, die Ihnen den Alltag erleichtern, zum Beispiel

- wie Sie Arbeit finden und wie die Bundesagentur für Arbeit Sie unterstützt (S. 42),
- wo Sie Deutsch lernen und einen für Sie passenden Kurs finden können (S. 16),
- wie Sie Kindergeld beantragen und Ihre Kinder in Kindergarten und Schule anmelden (S. 82),
- wie die Gesundheitsversorgung in Deutschland organisiert ist (S. 94).

Mit speziellen Fragen können Sie sich auch immer an die Migrationsberatung in Ihrer Nähe wenden.

Diese Broschüre kann unter www.bamf.de/willkommen-in-deutschland in den Sprachen Deutsch, Arabisch, Bulgarisch, Englisch, Farsi, Französisch, Griechisch, Italienisch, Polnisch, Portugiesisch, Rumänisch, Russisch, Spanisch und Türkisch heruntergeladen oder auch gedruckt bestellt werden.

Spezielle Informationen für Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler finden Sie hier: www.bmi.bund.de/SharedDocs/downloads/DE/publikationen/themen/heimat-integration/wid-spaetaussiedler

Ich wünsche Ihnen ein gutes Ankommen und viel Freude beim Kennenlernen unserer (und vielleicht bald auch Ihrer neuen) Heimat.



Horst Seehofer
Bundesminister des Innern, für Bau und Heimat

I. Einreise nach Deutschland

1. Einreisebestimmungen

Angehörige eines Mitgliedstaates der Europäischen Union sowie Bürgerinnen und Bürger des Europäischen Wirtschaftsraums und der Schweiz haben grundsätzlich das Recht, sich in der Europäischen Union frei zu bewegen, in jeden anderen Mitgliedstaat ohne Visum einzureisen und sich dort aufzuhalten. Drittstaatsangehörige – also Ausländerinnen und Ausländer aus anderen Herkunftsländern – benötigen zur Einreise in die Bundesrepublik Deutschland grundsätzlich ein Visum.



TIPP

Staatsangehörige bestimmter Drittstaaten können ohne Visum einreisen. Ob das Land, dessen Staatsbürger Sie sind, zu diesen Ländern zählt, können Sie bei den Auslandsvertretungen Deutschlands oder auf der Internetseite des Auswärtigen Amtes unter **www.diplo.de** erfahren.

Ansonsten gilt grundsätzlich, dass Ausländerinnen und Ausländer für Kurzaufenthalte bis zu 90 Tagen im Zeitraum von 180 Tagen ein Schengenvisum (C-Visum) und für darüber hinausgehende, das heißt längerfristige Aufenthalte, ein nationales Visum (D-Visum) benötigen. Welches Visum Sie beantragen müssen, hängt vom Reisezweck und der geplanten Dauer des Aufenthaltes ab. Auch hierzu finden Sie nähere Informationen auf der Internetseite des Auswärtigen Amtes.

Antragsverfahren

Ein Visum müssen Sie noch in Ihrem Heimatland bei der deutschen Auslandsvertretung beantragen, in deren Amtsbezirk Sie leben oder Ihren gewöhnlichen Aufenthalt haben. Voraussetzung für die Visumbeantragung bei der deutschen Auslandsvertretung und nicht der eines anderen Mitgliedstaates der Europäischen Union ist, dass ihr alleiniges oder hauptsächliches Reiseziel in der Bundesrepublik Deutschland liegt. Informieren Sie sich am besten vorab, welche Unterlagen Sie benötigen und welche Besonderheiten Sie beachten müssen. Die notwendigen Informationen



zum Visumverfahren erhalten Sie unmittelbar über die Internetseite der zuständigen Botschaft oder des zuständigen Konsulats. Eine Übersicht der deutschen Auslandsvertretungen mit Kontaktadressen und Telefonnummern finden Sie auf der Internetseite des Auswärtigen Amtes – des Außenministeriums Deutschlands – unter www.diplo.de. Dort finden Sie auch allgemeine Informationen zur Einreise nach Deutschland und zu den Visabestimmungen. Die Visumgebühr beträgt in der Regel pro Person 80 Euro für Aufenthalte bis 90 Tage (Schengenvisa) und 75 Euro für längere Aufenthalte (nationale Visa).

Die Auslandsvertretungen benötigen grundsätzlich nicht mehr als 15 Arbeitstage, um über einen Visumantrag für einen kurzen Aufenthalt bis zu

90 Tagen zu entscheiden. Weitere Informationen hierzu finden Sie auf der Homepage der zuständigen Auslandsvertretung. Wenn Sie ein Visum für einen längeren Aufenthalt beantragen möchten, sollten Sie mit einer mehrmonatigen Bearbeitungszeit rechnen. An den meisten deutschen Auslandsvertretungen muss für die Beantragung eines Visums ein Termin vereinbart werden. Dies erfolgt ebenfalls über die Homepage der zuständigen Auslandsvertretung. Sie können dazu beitragen, die Bearbeitungszeit Ihres Visumantrages zu verkürzen, indem Sie bei Antragstellung alle erforderlichen Unterlagen und Informationen vollständig einreichen.

■ WICHTIGER HINWEIS

Wenn Sie in Deutschland arbeiten möchten, müssen Sie grundsätzlich ein Visum beantragen. Ausgenommen hiervon sind Bürgerinnen und Bürger der Europäischen Union, Islands, Liechtensteins, Norwegens und der Schweiz. Staatsangehörige von Australien, Israel, Japan, Kanada, der Republik Korea, Neuseeland und den Vereinigten Staaten von Amerika können den erforderlichen Aufenthaltstitel auch nach Einreise bei der zuständigen Ausländerbehörde in Deutschland einholen. Dabei ist zu beachten, dass die beabsichtigte Erwerbstätigkeit erst nach Erteilung des Aufenthaltstitels aufgenommen werden darf.



Hier können Sie sich informieren

Internet:

- Auswärtiges Amt: **www.diplo.de**, Menüpunkt „Service/Visa und Aufenthalt“
- Deutscher Akademischer Austauschdienst: **www.daad.de**
- Portal der Bundesregierung für Fachkräfte aus dem Ausland **www.make-it-in-germany.com**

E-Mail:

- Bürgerservice des Auswärtigen Amtes: **buergerservice@diplo.de**

Telefon:

- Bürgerservice des Auswärtigen Amtes: **+49 30 5000 2000** (Montag bis Freitag, 9 bis 15 Uhr)

2. Informationen zum Familiennachzug

Ausländische Eheleute und minderjährige ledige Kinder haben grundsätzlich die Möglichkeit, nach Deutschland mit einzureisen oder nachzuziehen. Sonstigen Familienangehörigen kann die Zuwanderung in Ausnahmefällen erlaubt werden. Ausländische Eheleute, die weder die Staatsangehörigkeit eines Staates der Europäischen Union besitzen noch mit einer Unionsbürgerin oder einem Unionsbürger verheiratet sind und bei ihren in Deutschland lebenden Eheleuten auf Dauer bleiben wollen, müssen grundsätzlich bereits vor der Einreise nachweisen, dass sie zumindest über einfache Deutschkenntnisse verfügen. Die Verpflichtung zum Sprachnachweis beim Visumantrag besteht unabhängig davon, ob in Deutschland lebende Eheleute die deutsche Staatsangehörigkeit besitzen. Die Deutschkenntnisse sollen es nachziehenden Eheleuten leichter machen, von Anfang an am gesellschaftlichen Leben in Deutschland teilzunehmen zu können.

Ausnahmen vom Sprachnachweis

Ausnahmen gelten unter anderem:

- wenn Eheleute im Besitz einer Blauen Karte EU, einer ICT-Karte, einer Mobiler-ICT-Karte oder einer Aufenthaltserlaubnis für Forscher sind,
- wenn in Deutschland lebende Eheleute auch für einen längerfristigen Aufenthalt visumfrei in das Bundesgebiet einreisen und sich darin aufhalten dürfen oder ein Daueraufenthaltsrecht aufgrund europarechtlicher Vorschriften genießen,
- bei erkennbar geringem Integrationsbedarf,
- für Personen, die zu einem in Deutschland anerkannten Asylberechtigten oder Flüchtling nachziehen, sofern die Ehe bereits bestand, als dieser seinen Lebensmittelpunkt nach Deutschland verlegte,
- für Personen, die wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung nicht Deutsch lernen können.



TIPP

Was genau mit „einfachen Deutschkenntnissen“ gemeint ist, erfahren Sie im Faltblatt „Nachweis einfacher Deutschkenntnisse beim Ehegattennachzug aus dem Ausland“, das Sie auf der Internetseite des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge unter www.bamf.de/publikationen bestellen oder herunterladen können.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Ausländerbehörde
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)

Internet:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge:
www.bamf.de, Menüpunkt „Migration & Aufenthalt“

E-Mail:

- Hotline „Arbeiten und Leben in Deutschland“ des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge und der Zentralen Auslands- und Fachvermittlung der Bundesagentur für Arbeit
Kontaktformular unter **www.bamf.de/kontakt**

Telefon:

- Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge:
+49 911 943-0
- Hotline „Arbeiten und Leben in Deutschland“ (ALID)
+49 30 1815-1111 (Montag bis Freitag)

Informationsmaterialien:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (erhältlich über **www.bamf.de/flyer-ehgattennachzug**):
- **Nachweis einfacher Deutschkenntnisse beim Ehegattennachzug aus dem Ausland** (in zahlreichen Sprachen)

II. Deutsch lernen

Es gibt viele Möglichkeiten, Deutsch zu lernen: Schulen, Universitäten, Kulturzentren, Vereine, Volkshochschulen und private Sprachschulen. Eine Möglichkeit, Deutsch zu lernen, ist die Teilnahme an einem Integrations- oder Berufssprachkurs im Rahmen des Gesamtprogramms Sprache der Bundesregierung. Die Rahmenbedingungen, Inhalte und Qualitätssicherung werden in ganz Deutschland auf Bundesebene sichergestellt. Die Teilnahme an Integrations- und Berufssprachkursen bringt Vorteile im Alltagsleben und insbesondere bei der Arbeitssuche. Wer den Integrationskurs erfolgreich mit dem „Zertifikat Integrationskurs“ abschließt, kann bei der Arbeitssuche und darüber hinaus bei der Beantragung einer Niederlassungserlaubnis sowie im Falle einer Einbürgerung davon profitieren.



TIPP

Wenn Sie in Deutschland leben möchten, sollten Sie möglichst schnell Deutsch lernen. Das ist wichtig, um neue Menschen kennenzulernen, sich im Alltag verständigen zu können und Arbeit zu finden. Wenn Sie in einem Kurs Deutsch lernen, lernen Sie die deutsche Sprache von Anfang an richtig.

1. Der Integrationskurs: Sprache und mehr

Mit dem Integrationskurs unterstützt Sie der deutsche Staat beim Deutschlernen. Integrationskurse bestehen aus einem Sprachkurs und einem Orientierungskurs. In der Regel dauert ein Integrationskurs 700 Stunden. Es gibt Vollzeit- und Teilzeitkurse.

Wenn Sie die deutsche Sprache nicht ausreichend beherrschen, können oder müssen Sie unter bestimmten Voraussetzungen einen Integrationskurs besuchen. Zugewanderte sowie Geflüchtete mit guter Bleibeperspektive können von den Ausländerbehörden, den Trägern der Grundsicherung beziehungsweise den zuständigen Leistungsbehörden für Asylbewerberinnen und Asylbewerber zur Teilnahme an einem Integrationskurs verpflichtet werden. Wenn dies nicht der Fall ist, können Sie beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge einen Antrag auf Zulassung zum



Integrationskurs stellen. Mit einer Berechtigung oder Verpflichtung zum Integrationskurs wird Ihre Teilnahme finanziell durch den Staat gefördert.

Im Internet können Sie nachlesen, ob Sie die Voraussetzungen erfüllen, um zu einem Integrationskurs verpflichtet oder berechtigt zu werden (www.bamf.de/integrationskurs). Sie können aber auch als Selbstzahlerin und Selbstzahler an einem Integrationskurs teilnehmen. In diesem Fall informieren Sie sich am besten bei einem Integrationskursträger vor Ort.

Sprachkurs

Der Sprachkurs umfasst in der Regel 600 Stunden, bei speziellen Integrationskursen 900 Stunden. Dort werden wichtige Themen aus dem alltäglichen Leben behandelt, zum Beispiel:

- Einkaufen und Wohnen
- Gesundheit
- Arbeit und Beruf
- Ausbildung und Erziehung von Kindern
- Freizeit und soziale Kontakte
- Medien und Mobilität

Außerdem lernen Sie, Briefe und E-Mails auf Deutsch zu schreiben, Formulare auszufüllen, zu telefonieren oder sich um eine Arbeitsstelle zu bewerben.

Orientierungskurs

Der letzte Kursabschnitt des Integrationskurses heißt Orientierungskurs und dauert in der Regel 100 Stunden. Im Orientierungskurs sprechen Sie über:

- die deutsche Rechtsordnung, Geschichte und Kultur
- Rechte und Pflichten in Deutschland
- die Region, in der Sie leben
- Werte, die in Deutschland wichtig sind, zum Beispiel Religionsfreiheit, Toleranz und Gleichberechtigung

Spezielle Integrationskurse

Zusammen mit Menschen, die ähnliche Interessen und Bedürfnisse haben, lernt es sich am besten. Das gilt auch für den Integrationskurs. Deshalb gibt es neben dem allgemeinen Integrationskurs Angebote, die sich an bestimmte Zielgruppen wenden:

- Alphabetisierungskurse für Menschen, die Unterstützung beim Lesen und Schreiben brauchen
- Frauenintegrationskurse, an denen nur Frauen teilnehmen und die sich gezielt an den Bedürfnissen von Frauen orientieren
- Integrationskurse für Zweitschriftlernende, die in einem nicht lateinischen Schriftsystem alphabetisiert sind und zunächst die lateinischen Schriftzeichen lernen müssen
- Elternintegrationskurse, die besonders Themen aus den Bereichen Erziehung und Bildung ansprechen
- Jugendintegrationskurse, die Jugendliche auf eine Ausbildung oder ein Studium vorbereiten
- Integrationskurse für Menschen mit Beeinträchtigungen, in welchen unter anderem Punktschrift, Gebärdensprache oder technische Hilfsmittel beim Spracherwerb zum Einsatz kommen
- Förderkurse für Menschen, die schon länger in Deutschland leben und einen besonderen Sprachförderbedarf haben

Außerdem kann der Integrationskurs als 430-stündiger Intensivkurs für Schnelllernende besucht werden.

Zertifikat Integrationskurs

Am Ende des Sprachkurses und des Orientierungskurses müssen Sie jeweils eine Prüfung ablegen. Wenn Sie beide Prüfungen bestehen, erhalten Sie das „Zertifikat Integrationskurs“. Dieses Zertifikat bescheinigt Ihnen, dass Sie ausreichende Deutschkenntnisse und wichtige Grundkenntnisse über die deutsche Gesellschaft erworben haben. Mit dem „Zertifikat Integrationskurs“ können Sie gegebenenfalls früher eingebürgert werden. Außerdem kann das „Zertifikat Integrationskurs“ bei der Arbeitssuche sehr nützlich sein.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Jugendmigrationsdienste (JMD)
- Amt für Integration oder interkulturelles Büro der Gemeinde
- Kulturzentren
- Sprachschulen
- Agentur für Arbeit und Jobcenter

Internet:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge:
www.bamf.de/integrationskurs
www.bamf.de/bamf-navi

E-Mail:

- Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge:
Kontaktformular unter www.bamf.de/kontakt

Telefon:

- Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge:
+49 911 943-0

Informationsmaterialien:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (erhältlich über www.bamf.de/publikationen):
 - **Lernen Sie Deutsch!**
(Faltblatt zum Integrationskurs in zahlreichen Sprachen)
 - **Deutsch lernen – Chancen verbessern**
(Faltblatt zum Jugendintegrationskurs auf Deutsch)
 - **Deutsch lernen – für die Zukunft Ihrer Familie**
(Faltblatt zum Elternintegrationskurs auf Deutsch, Arabisch, Englisch, Russisch und Türkisch)

2. Deutsch für den Beruf

Um Arbeit zu finden und erfolgreich im Beruf zu sein, sind gute Deutschkenntnisse wichtig. Es gibt daher spezielle Kurse, in denen Sie berufsbezogenes Deutsch lernen können. In solchen Kursen lernen Sie Wörter, Grammatik und Redewendungen, die Sie brauchen, um sich mit Kolleginnen und Kollegen, Kundinnen und Kunden sowie Vorgesetzten verständigen zu können. Außerdem lernen Sie auch komplizierte Arbeitsanweisungen und Texte zu verstehen und erfahren zum Beispiel, was Sie beim Schreiben von geschäftlichen E-Mails und Briefen beachten müssen.

Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge bietet Berufssprachkurse kostenlos für Menschen mit Migrationshintergrund an. Die Kurse können mit beruflicher Qualifizierung und der Möglichkeit, einen Beruf durch ein Praktikum näher kennenzulernen, kombiniert werden.

Neben den vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge geförderten Kursen gibt es auch andere Deutschkurse für den Beruf. Für diese müssen Sie häufig eine Teilnahmegebühr bezahlen. Es lohnt sich, genau hinzusehen und zu vergleichen, denn die Inhalte der Kurse unterscheiden sich oft sehr stark. Wählen Sie immer den Kurs aus, der am besten zu Ihren Interessen und Bedürfnissen passt.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Jugendmigrationsdienste (JMD)
- Sprachschulen und Universitäten
- Agentur für Arbeit, Jobcenter oder die entsprechende Einrichtung der Gemeinde
- Arbeitgeber

Internet:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge:
www.bamf.de/berufssprachkurse

E-Mail:

- Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge:
Kontaktformular unter www.bamf.de/kontakt

Telefon:

- Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge:
+49 911 943-0

Informationsmaterialien:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (erhältlich über www.bamf.de/publikationen):
- **Berufsbezogene Deutschförderung**
Faltblatt Berufssprachkurse (gem. § 45a AufenthG) in 12 Sprachen

3. Deutsch für Kinder und Jugendliche

Für Kinder und Jugendliche bieten Kindergärten und Schulen vielfältige Möglichkeiten, Deutsch zu lernen. Mehr darüber erfahren Sie in Kapitel VIII „Schule, Ausbildung und Studium“ dieser Broschüre und direkt im Kindergarten oder in der Schule Ihres Kindes.



III. Informationen und Rat

In den ersten Wochen und Monaten in Deutschland wird Ihnen vielleicht vieles fremd erscheinen. Was in Ihrem Herkunftsland selbstverständlich und einfach war, funktioniert hier möglicherweise nach anderen Regeln. Informieren Sie sich so gut wie möglich und nutzen Sie Beratungsangebote. In Deutschland gibt es viele Organisationen, die Ihnen gerne helfen, wenn Sie nicht weiterwissen. Hier erfahren Sie, wohin Sie sich in erster Linie wenden können:

1. Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Migrationsberatung helfen Ihnen, Ihre Probleme zu lösen – schnell und unbürokratisch. Sie unterstützen Sie ab Ihrem ersten Tag in Deutschland und wissen Rat bei Fragen – etwa zu folgenden Themen:

- **Deutsch lernen**

(Zum Beispiel: Wo kann ich Deutsch lernen? Muss ich den Kurs selbst zahlen? Wie melde ich mich für einen Integrationskurs an?)

- **Ausbildung und Beruf**

(Zum Beispiel: Wird mein Schulabschluss oder meine Ausbildung anerkannt? Wie und wo finde ich Arbeit?)

- **Wohnen**

(Zum Beispiel: Wie finde ich eine Wohnung? Wie viel kostet eine Wohnung?)

- **Gesundheit**

(Zum Beispiel: Brauche ich eine Krankenversicherung? Zu welcher Ärztin oder welchem Arzt kann ich gehen?)

- **Ehe, Familie und Erziehung**

(Zum Beispiel: Wer hilft mir während der Schwangerschaft? Wer berät mich bei Eheproblemen? Wie finde ich eine Kinderbetreuung? Können meine Kinder sofort in den Kindergarten oder in die Schule gehen?)

Probleme gemeinsam lösen

Die Beraterinnen und Berater verstehen meistens auch die Sprache Ihres Herkunftslandes und sind mit Problemen und Herausforderungen vertraut, die sich beim Einleben in Deutschland ergeben können. Nach einem persönlichen Gespräch entwickeln sie mit Ihnen zusammen einen Plan, der Ihnen hilft, sich schnell im Alltag in Deutschland zurechtzufinden. Im Mittelpunkt der Beratung stehen Ihre Fähigkeiten und Kenntnisse. Sie erfahren, welche Unterstützungsangebote es gibt und wo Sie Deutsch lernen können. Die Beraterinnen und Berater prüfen auch, ob Sie an staatlich geförderten Integrationskursen oder anderen Integrationsangeboten vor Ort teilnehmen können.

WICHTIGER HINWEIS

Die Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE) ist für Sie jederzeit kostenlos.

Wer bietet Migrationsberatung an?

Migrationsberatungsstellen gibt es in vielen Städten in Deutschland. Folgende Organisationen bieten eine kostenlose Migrationsberatung an:

- Arbeiterwohlfahrt
- Deutscher Caritasverband
- Diakonie Deutschland – Evangelisches Werk für Diakonie und Entwicklung e.V.
- Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband
- Deutsches Rotes Kreuz
- Zentralwohlfahrtsstelle der Juden in Deutschland
- Bund der Vertriebenen

Onlineberatung „mbeon“

Ein großer Teil der Beratungskräfte ist auch über die Onlineberatung „mbeon“ erreichbar. Mit der Chat-App „mbeon“ können Sie rund um die Uhr direkt mit den Beraterinnen und Beratern in Kontakt treten und Ihre Fragen stellen. Weitere Informationen finden Sie unter **www.mbeon.de**.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Ausländerbehörde
- Übergangwohnheim
- Gemeinde-, Stadt- oder Kreisverwaltung
- Freunde, Familie, Nachbarn
- Arbeitgeber
- Vereine

Internet:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge:
www.bamf.de/migrationsberatungsstellen
www.bamf.de/bamf-navi

E-Mail:

- Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge:
Kontaktformular unter www.bamf.de/kontakt

Telefon:

- Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge:
+49 911 943-0

Informationsmaterialien:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (erhältlich über www.bamf.de/publikationen):
 - **Lassen Sie sich beraten!** (Faltblatt zur Migrationsberatung in zahlreichen Sprachen)

2. Jugendmigrationsdienste – Beratung für junge Menschen mit Migrationshintergrund (JMD)

Gerade für junge Menschen ist die erste Zeit in einem fremden Land spannend und anstrengend zugleich. Sie wollen neue Freundinnen und Freunde finden und sich in der Schule oder im Beruf beweisen. Die Jugendmigrationsdienste helfen jungen Menschen dabei, die Herausforderungen des Einlebens in Deutschland zu meistern. Sie beraten und begleiten zugewanderte Jugendliche und junge Erwachsene vom 12. bis zum 27. Lebensjahr bei ihrem schulischen, beruflichen und sozialen Integrationsprozess.

WICHTIGER HINWEIS

Die Beratung der Jugendmigrationsdienste (JMD) ist für Sie beziehungsweise Ihre Kinder jederzeit kostenlos.

Besondere Angebote und individuelle Beratung

Die Angebote der Jugendmigrationsdienste reichen von der individuellen Begleitung mit Integrationsförderplan über Einzelfallberatung und Elternarbeit bis hin zu Gruppenaktivitäten und Kursen. Sie bekommen dort zum Beispiel Hilfe und Auskunft bei Fragen zu folgenden Themen:

- Schul- und Ausbildungssystem
- Berufsplanung
- Bewerbungstechniken
- Umgang mit Neuen Medien, insbesondere mit Deutschlernprogrammen
- Teilhabe in allen Bereichen des sozialen, kulturellen und politischen Lebens

Die Jugendmigrationsdienste gibt es bundesweit an über 470 Standorten. Mit der Beratung sind die Träger der Jugendsozialarbeit betraut:

- Bundesarbeitsgemeinschaft Evangelische Jugendsozialarbeit
- Bundesarbeitsgemeinschaft Katholische Jugendsozialarbeit
- Arbeiterwohlfahrt
- Internationaler Bund, Paritätischer Wohlfahrtsverband und Deutsches Rotes Kreuz

Onlineberatung „jmd4you“

Für junge Migrantinnen und Migranten bis zum 27. Lebensjahr besteht die Möglichkeit einer Onlineberatung in verschiedenen Sprachen. Fragen können öffentlich über eine Chatfunktion oder individuell gestellt werden.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Jugendmigrationsdienste (JMD)
- Ausländerbehörde
- Jugendamt
- Übergangwohnheim
- Gemeinde-, Stadt- oder Kreisverwaltung
- Freunde, Familie, Nachbarn
- Arbeitgeber
- Vereine

Internet:

- Einen Jugendmigrationsdienst in Ihrer Nähe finden Sie unter **www.jugendmigrationsdienste.de**
- Onlineberatung unter
 - www.jmd4you.de** (Deutsch)
 - www.your-way-in-germany.org** (Englisch)
 - www.putjwgermaniju.org** (Russisch)
 - www.almanyayolu.org** (Türkisch)
 - www.bousaletuk-fi-almanya.org** (Arabisch)
 - www.udherrefyesi-gjermani.org** (Albanisch)

Informationsmaterialien:

- Faltblatt Jugendmigrationsdienste erhältlich über **www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen**

3. Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge

Falls Sie darüber hinaus noch Fragen haben, können Sie sich an den Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge wenden. Er hilft insbesondere bei Fragen rund um die Themen Migration und Integration weiter – etwa zum Integrationskurs, zum Aufenthaltsrecht oder zur Einbürgerung.

Sie erreichen den Bürgerservice unter der Telefonnummer **+49 911 943-0** oder schriftlich über das Kontaktformular unter **www.bamf.de/kontakt**.

4. Das Internet als Informationsquelle

Auf der Suche nach Informationen kann das Internet eine große Hilfe sein. Viele Behörden, Stadtverwaltungen und Ämter haben Internetseiten, auf denen Sie nützliche Informationen finden. Informationen rund um den Alltag in Deutschland, Adressen und weitere Tipps finden Sie auf der Internetseite des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge unter dem Menüpunkt „Integration“: **www.bamf.de/integration**.

WICHTIGER HINWEIS

Um nicht Opfer von Betrügerinnen oder Betrügern zu werden, sollten Sie im Internet vorsichtig sein. Ganz besonders, wenn es um Ihre Bankdaten oder persönliche Informationen geht. Auch vor Einkäufen im Internet sollten Sie sich sehr genau informieren.

Einen guten Überblick über die Gefahren des Internets bietet die Broschüre „**Verbraucherschutz kompakt – Guter Rat in Alltagsfragen**“ des Presse- und Informationsamtes der Bundesregierung, erhältlich unter **www.bundesregierung.de**, Menüpunkt „Service/Publicationen“. Auch die Verbraucherzentralen und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE) und der Jugendmigrationsdienste (JMD) können Ihnen weiterhelfen.

Sie sollten bedenken: Nicht alle Angebote im Internet sind vertrauenswürdig und richtig. Auf einigen Seiten finden sich auch falsche Informationen. Unter dem Menüpunkt „Impressum“ auf einer Internetseite erfahren Sie, wer für die Seite verantwortlich ist. Internetseiten, die kein Impressum haben, sollten Sie besser nicht trauen. Besonders vertrauenswürdig sind dagegen die Internetseiten von Ministerien, Ämtern und Behörden.

TIPP

Eine Möglichkeit, wichtige Adressen und Telefonnummern zu finden, sind die Gelben Seiten®, ein nach Themen beziehungsweise Fachgebieten sortiertes Telefonbuch. Dieses Telefonbuch gibt es für jede Stadt oder Region. Öffentliche Stellen, wie zum Beispiel das Wohnungsamt, finden Sie in den Gelben Seiten® häufig unter dem Stichwort „Behörden“. Es gibt die Gelben Seiten® auch im Internet unter: www.gelbeseiten.de. Über die Suche im Internet können Sie außerdem auch Adressen und Telefonnummern von Behörden, Institutionen und anderen Einrichtungen finden.

IV. Aufenthalt und Einbürgerung

1. Anlaufstellen zum Aufenthaltsrecht

Wenn Sie Ihren Lebensmittelpunkt nach Deutschland verlegen möchten oder bereits nach Deutschland gezogen sind, sind für Sie die Regelungen des Aufenthaltsrechts besonders wichtig. Die Rahmenbedingungen für Ihren Aufenthalt in Deutschland hängen davon ab, ob Sie als Spätaussiedlerin oder Spätaussiedler zuwandern, Bürgerin oder Bürger eines Mitgliedstaates der Europäischen Union, des Europäischen Wirtschaftsraums (EWR – bestehend aus den EU-Mitgliedstaaten sowie Island, Liechtenstein und Norwegen) und der Schweiz sind oder aus einem Land außerhalb der Europäischen Union stammen.

Anlaufstellen für Bürgerinnen und Bürger der Europäischen Union, des Europäischen Wirtschaftsraums und der Schweiz

Wenn Sie als Bürgerin oder Bürger der EU oder des EWR auf Dauer in Deutschland leben möchten, können Sie von Ihrem Freizügigkeitsrecht Gebrauch machen; dies gilt auch für Ihre Familienmitglieder, wenn diese selbst eine andere Staatsangehörigkeit besitzen. Nach Ihrer Einreise müssen Sie sich, wie auch deutsche Staatsbürgerinnen und Staatsbürger, beim Meldeamt einwohnerrechtlich anmelden. Wenn Ihre Familienmitglieder eine andere Staatsangehörigkeit besitzen als die vorab genannten, erhalten sie von der Ausländerbehörde eine sogenannte Aufenthaltskarte.

Als Staatsangehörige oder Staatsangehöriger der Schweiz genießen Sie aufgrund des Freizügigkeitsabkommens zwischen der Europäischen Union und der Schweiz in Deutschland ebenfalls Freizügigkeit; Ihnen wird zur Bescheinigung Ihres Aufenthaltsrechts von der Ausländerbehörde eine Aufenthaltserlaubnis ausgestellt.



WICHTIGER HINWEIS

Alle in Deutschland gemeldeten EU-Bürgerinnen und -Bürger, die seit mindestens drei Monaten in Deutschland leben und das 18. Lebensjahr erreicht haben, dürfen an den Kommunalwahlen teilnehmen.

Anlaufstellen für Menschen aus Staaten außerhalb der Europäischen Union, des Europäischen Wirtschaftsraums und der Schweiz

Bürgerinnen und Bürger aus Staaten, die nicht zur EU, dem EWR und der Schweiz gehören, müssen sich bei allen Fragen zum Aufenthaltsrecht an die Ausländerbehörde ihrer Stadt oder Gemeinde wenden. Diese Behörde ist für alle aufenthaltsrechtlichen Angelegenheiten zuständig – auch hinsichtlich der Ausübung einer Erwerbstätigkeit – und erteilt die Aufenthalts- oder Niederlassungserlaubnis, die Blaue Karte EU, die ICT-Karte, die Mobiler-ICT-Karte sowie die Erlaubnis zum Daueraufenthalt-EU. Die Stadt-, Gemeinde- oder Kreisverwaltung in Ihrer Gemeinde oder Stadt hilft Ihnen weiter, wenn Sie die zuständige Ausländerbehörde nicht kennen. Die zuständige Ausländerbehörde kann auch über die BAMF-Suche ermittelt werden: www.bamf.de/auslaenderbehoerden.



TIPP

Mit dem am 1. März 2020 in Kraft getretenen Fachkräfteeinwanderungsgesetz werden die Möglichkeiten zur Einwanderung von Fachkräften aus Drittstaaten deutlich erweitert, um den Aufenthalt zur Erwerbstätigkeit für diesen Personenkreis attraktiver zu gestalten. Als Fachkräfte werden Personen mit einem deutschen, einem anerkannten ausländischen oder einem dem deutschen Hochschulabschluss vergleichbaren ausländischen Hochschulabschluss beziehungsweise Personen mit inländischer qualifizierter Berufsausbildung oder einer mit einer inländischen qualifizierten Berufsausbildung gleichwertigen ausländischen Berufsausbildung bezeichnet.

Das Fachkräfteeinwanderungsgesetz erleichtert den Zugang für Fachkräfte in Ausbildungsberufen und verbessert die Perspektiven für Fachkräfte, die aus einem Land außerhalb der Europäischen Union kommen. Wenn bei Ihnen im Anerkennungsverfahren Defizite der erworbenen ausländischen Qualifikation im Vergleich zur deutschen Ausbildung festgestellt wurden, können Sie auch zur Nachqualifizierung nach Deutschland einreisen. Als IT-Spezialistinnen und -Spezialisten können Sie bei ausgeprägter berufspraktischer Erfahrung unabhängig von einem formalen Abschluss einreisen.

Um dieser Zielgruppe eine schnelle Einreise nach Deutschland zu ermöglichen, wurde zusätzlich das beschleunigte Fachkräfteverfahren eingeführt. Arbeitgeber können diese gegen Gebühr bei der zuständigen Ausländerbehörde beantragen.

Informationen zu den einzelnen Schritten finden Sie auf www.make-it-in-germany.com in der Rubrik für Arbeitgeber.

Anlaufstellen für Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler

Als Spätaussiedlerin und Spätaussiedler oder Familienangehöriger können Sie sich bei Fragen zur Staatsangehörigkeit an die Stadt-, Gemeinde- oder Kreisverwaltung Ihres Wohnortes wenden. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dort helfen auch bei anderen behördlichen Fragen. Weitere Informationen finden Sie in der Broschüre „Willkommen in Deutschland – Zusatzinformationen für Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler“.

2. Informationen zum Aufenthaltsrecht

Wenn Sie nicht Staatsangehöriger eines Mitgliedstaates der EU, des EWR oder der Schweiz sind und dauerhaft in Deutschland bleiben möchten, benötigen Sie dazu eine Erlaubnis: den sogenannten Aufenthaltstitel. Es gibt – neben dem Visum für die Einreise und den anschließenden Aufenthalt – für den längerfristigen Aufenthalt im Bundesgebiet sechs Arten von Aufenthaltstiteln:

- Aufenthaltserlaubnis
- Blaue Karte EU
- ICT-Karte
- Mobiler-ICT-Karte
- Niederlassungserlaubnis
- Erlaubnis zum Daueraufenthalt-EU

Ein Aufenthaltstitel wird in Deutschland als eigenständiges Dokument mit elektronischem Speicher- und Verarbeitungsmedium ausgestellt, welches unter anderem biometrische Merkmale beinhaltet.

Die Aufenthaltserlaubnis

Die Aufenthaltserlaubnis ist zeitlich befristet und verbunden mit einem bestimmten Aufenthaltszweck. Sie wird beispielsweise an Personen erteilt, die:

- in Deutschland eine Berufsausbildung machen, einen Ausbildungsbeziehungsweise Studienplatz suchen oder ein Studium absolvieren möchten,
- in Deutschland arbeiten, forschen oder Arbeit als Fachkraft suchen möchten,

- aus völkerrechtlichen, humanitären oder politischen Gründen in Deutschland bleiben können,
- aus familiären Gründen nach Deutschland zuwandern,
- Ausländerinnen und Ausländer und ehemalige Deutsche sind, die nach Deutschland zurückkehren wollen,
- in einem anderen Mitgliedstaat der Europäischen Union ein Daueraufenthaltsrecht besitzen.

Die Erteilung ist jeweils an einige Voraussetzungen gebunden. Eine Aufenthaltserlaubnis kann grundsätzlich nur verlängert werden, wenn die Voraussetzungen für die Erteilung noch vorliegen.

WICHTIGER HINWEIS

Eine Ausländerin beziehungsweise ein Ausländer aus einem Drittstaat (Staaten außerhalb der Europäischen Union, des EWR und der Schweiz) mit einem gültigen Aufenthaltstitel darf grundsätzlich in Deutschland arbeiten, es sei denn es besteht ein gesetzliches Verbot. Der Aufenthaltstitel lässt erkennen, ob eine Erwerbstätigkeit erlaubt ist oder Beschränkungen unterliegt. Ausführliche Informationen erhalten Sie bei der zuständigen Ausländerbehörde an Ihrem Wohnort.

Um mit einem ausländischen Abschluss in Deutschland arbeiten zu können, ist in der Regel die Feststellung der Gleichwertigkeit des Berufsabschlusses beziehungsweise das Vorliegen eines anerkannten oder eines mit einem deutschen Hochschulabschluss vergleichbaren Hochschulabschlusses notwendig.

Weitere Informationen hierzu finden Sie im Kapitel V „Arbeit und Beruf“.

- Hotline „Arbeiten und Leben in Deutschland“: **+49 30-1815-1111**

Die Blaue Karte EU

Die Blaue Karte EU ist ein befristeter Aufenthaltstitel zum Zweck der hochqualifizierten Beschäftigung. Sie können eine Blaue Karte EU erhalten, wenn Sie folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Sie können ein abgeschlossenes Hochschulstudium nachweisen. Wenn Ihr Hochschulabschluss nicht in Deutschland erworben wurde, muss der Abschluss entweder in Deutschland anerkannt oder mit einem deutschen Abschluss vergleichbar sein.
- Sie haben einen Arbeitsvertrag oder ein verbindliches Arbeitsplatzanangebot mit einem bestimmten jährlichen Mindestbruttogehalt. Die Bruttogehaltsgrenze wird jährlich angepasst und liegt im Jahr 2020 bei 55.200 Euro. In den sogenannten Mangelberufen, wozu Berufe mit Bezug zu Naturwissenschaften, Mathematik, Ingenieurwesen, Informations- und Kommunikationstechnologien sowie Humanmedizin (ausgenommen Zahnmedizin) gehören, ist das erforderliche Mindestbruttogehalt niedriger. Dieses wird ebenfalls jährlich angepasst und liegt im Jahr 2020 bei 43.056 Euro.

Die Blaue Karte EU wird zunächst für vier Jahre ausgestellt, wenn der Arbeitsvertrag eine entsprechende oder auch längere Laufzeit vorsieht. Eine Verlängerung ist grundsätzlich möglich.

ICT-Karte und Mobiler-ICT-Karte

Die ICT-Karte ist ein zeitlich befristeter Aufenthaltstitel, der zum Zweck des unternehmensinternen Transfers erteilt wird. Damit können Führungskräfte, Spezialisten oder Trainees, die bei einem Unternehmen mit Sitz außerhalb der EU tätig sind, vorübergehend in einer Niederlassung desselben Unternehmens beziehungsweise in einem Unternehmen derselben Unternehmensgruppe in Deutschland eingesetzt werden.

Um eine ICT-Karte beantragen zu können, müssen Sie dem Unternehmen vor Beginn des Transfers seit mindestens sechs Monaten sowie während des gesamten Transfers angehören. Die ICT-Karte wird befristet für die Dauer des Transfers, längstens jedoch für drei Jahre an Führungskräfte und Spezialisten beziehungsweise ein Jahr an Trainees erteilt.

Die Mobiler-ICT-Karte wird für die Mobilität im Rahmen des unternehmensinternen Transfers von mehr als 90 Tagen erteilt, wenn Sie bereits eine ICT-Karte in einem anderen EU-Staat haben.

Die Niederlassungserlaubnis

Die Niederlassungserlaubnis ist unbefristet. Mit ihr dürfen Sie in Deutschland arbeiten. Um eine Niederlassungserlaubnis zu erhalten, müssen Sie in der Regel seit fünf Jahren eine Aufenthaltserlaubnis besitzen und weitere Voraussetzungen erfüllen. Wer eine Niederlassungserlaubnis beantragen möchte, muss zum Beispiel grundsätzlich seinen Lebensunterhalt und den seiner Familienangehörigen eigenständig bestreiten können sowie über ausreichende Deutschkenntnisse verfügen. Auch Vorstrafen können der Erteilung einer Niederlassungserlaubnis entgegenstehen. Für Fachkräfte mit Berufsausbildung oder akademischer Ausbildung gilt eine kürzere Wartezeit von vier Jahren.

Im Falle einer inländischen abgeschlossenen Berufsausbildung oder eines inländischen Studienabschlusses verkürzt sich die Frist für die Erteilung einer Niederlassungserlaubnis auf zwei Jahre; bei Inhaberinnen und Inhabern einer Blauen Karte EU ist dies unter Umständen nach 33 Monaten beziehungsweise bei ausreichenden Kenntnissen der deutschen Sprache nach 21 Monaten möglich.

Die Erlaubnis zum Daueraufenthalt-EU

Bei der Erlaubnis zum Daueraufenthalt-EU handelt es sich ebenfalls um einen unbefristeten Aufenthaltstitel, der zur Erwerbstätigkeit berechtigt. Die Erteilung setzt voraus, dass sich die Ausländerin oder der Ausländer seit fünf Jahren mit einem Aufenthaltstitel im Bundesgebiet aufgehalten hat; im Übrigen ähneln die Voraussetzungen denen des § 9 AufenthG für die Erteilung einer deutschen Niederlassungserlaubnis. Die Erlaubnis zum Daueraufenthalt-EU berechtigt auch zur Mobilität innerhalb der Europäischen Union, indem sie in den anderen Mitgliedstaaten ein Recht auf Erteilung eines befristeten Aufenthaltstitels verleiht.

WICHTIGER HINWEIS

Die für eine Niederlassungserlaubnis und für eine Erlaubnis zum Daueraufenthalt-EU erforderlichen ausreichenden Deutschkenntnisse können Sie unter anderem durch den erfolgreichen Besuch eines Integrationskurses nachweisen. Weitere Informationen zum Integrationskurs finden Sie in Kapitel II „Deutsch lernen“ dieser Broschüre.

TIPP



Zögern Sie nicht, wenn Sie Fragen zu Ihrem Aufenthaltstitel haben: In jeder Migrationsberatungsstelle finden Sie Menschen, die Ihnen weiterhelfen können.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Stadt-, Gemeinde-, Kreisverwaltung: Ausländeramt, Passamt
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Jugendmigrationsdienste (JMD)

Internet:

- Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat: **www.bmi.bund.de**, unter „Themen“, Menüpunkt „Migration“ oder „Heimat & Integration“
- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge: **www.bamf.de**, Menüpunkt „Migration & Aufenthalt“
- Make it in Germany: **www.make-it-in-germany.com**

E-Mail:

- Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat: Kontaktformular unter **www.bmi.bund.de**, Menüpunkt „Service/Kontakt/Bürgerservice“

Telefon:

- Bürgerservice des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat: **+49 30 18681-0** oder **+49 228 99681-0**
- Hotline „Arbeiten und Leben in Deutschland“: **+49 30 1815-1111**

WICHTIGER HINWEIS

Inhaberinnen und Inhaber einer Blauen Karte EU, eines Daueraufenthalts-EU, einer ICT-Karte oder einer Aufenthaltserlaubnis zu Studien- beziehungsweise Forschungszwecken können unter bestimmten Umständen innerhalb der EU Mobilitätsrechte ausüben.

Die Einreise und der Aufenthalt im Rahmen der EU-Mobilität sind dabei sowohl nach Deutschland mit dem Aufenthaltstitel eines anderen EU-Staats als auch in einen anderen EU-Staat mit einem deutschen Aufenthaltstitel möglich. Studierende, Forschende und unternehmensintern Transferierte benötigen für kürzere Aufenthalte keinen deutschen Aufenthaltstitel. Die aufnehmende Einrichtung in Deutschland beziehungsweise das Unternehmen im ersten EU-Mitgliedstaat muss lediglich eine Mitteilung an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge senden.

Achtung: Diese Regelungen gelten in allen EU-Staaten mit Ausnahme Dänemarks und Irlands.

Weitere Informationen zu den Voraussetzungen finden Sie unter **www.bamf.de**, Menüpunkt „Migration & Aufenthalt/Zuwandernde aus Drittstaaten/Mobilität in der EU“.

3. Einbürgerung

Wenn Sie dauerhaft in Deutschland leben, können Sie sich unter bestimmten Voraussetzungen einbürgern lassen. Dazu ist ein Antrag erforderlich. Bei Kindern und Jugendlichen unter 16 Jahren müssen die gesetzlichen Vertreter, also in der Regel die Eltern, den Antrag stellen.

Für Anträge zur Einbürgerung sind die Bundesländer zuständig. Die Antragsformulare erhalten Sie bei den zuständigen Einbürgerungsbehörden. Welche Behörde für Ihre Einbürgerung zuständig ist, können Sie bei der Stadt- oder Kreisverwaltung, bei der Ausländerbehörde oder der Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer oder den Jugendmigrationsdiensten erfahren.



TIPP

Vor der Abgabe des Antrags ist es hilfreich, ein Beratungsgespräch in der Behörde zu führen. Dabei können viele Fragen direkt geklärt werden.

Kosten

Die Einbürgerung kostet in der Regel 255 Euro pro Person. Für minderjährige Kinder, die mit ihren Eltern zusammen eingebürgert werden, sind 51 Euro zu bezahlen. Wenn Sie ein geringes Einkommen haben oder wenn mehrere Kinder (mit-)eingebürgert werden, kann die Gebühr verringert oder eine Zahlung auf Raten vereinbart werden.

Voraussetzungen

CHECKLISTE



Sie haben nach § 10 des Staatsangehörigkeitsgesetzes (StAG) einen Anspruch auf Einbürgerung, wenn die folgenden Voraussetzungen vorliegen:

- geklärte Identität und Staatsangehörigkeit
- seit mindestens acht Jahren rechtmäßiger und gewöhnlicher Aufenthalt in Deutschland
- ein dem Grunde nach auf einen dauerhaften Aufenthalt ausgerichtetes Aufenthaltsrecht zum Zeitpunkt der Einbürgerung
- Bekenntnis zur freiheitlichen demokratischen Grundordnung des Grundgesetzes der Bundesrepublik Deutschland und Abgabe einer Loyaltätsklärung
- eigenständige Sicherung des Lebensunterhalts (auch für unterhaltsberechtigte Familienangehörige) ohne Sozialhilfe und Arbeitslosengeld II („Hartz IV“)
- in der Regel Verlust beziehungsweise Aufgabe der bisherigen Staatsangehörigkeit
- keine Verurteilung wegen einer Straftat
- ausreichende Deutschkenntnisse
- Kenntnisse über die Rechts- und Gesellschaftsordnung sowie die Lebensverhältnisse in Deutschland, die Sie durch einen Einbürgerungstest nachweisen
- die Einordnung in die deutschen Lebensverhältnisse muss gewährleistet sein

Wenn eine dieser Voraussetzungen nicht erfüllt ist, haben Sie in der Regel auch keinen Anspruch auf Einbürgerung. Die Einbürgerungsbehörde kann der Einbürgerung aber zustimmen, wenn ein öffentliches Interesse an Ihrer Einbürgerung besteht und mindestens einige wichtige der oben genannten Mindestanforderungen erfüllt sind. Auch ist eine Verkürzung der Aufenthaltsdauer in Deutschland, beispielsweise bei Vorliegen besonderer Integrationsleistungen, möglich.

Regelung für Kinder

In Deutschland geborene Kinder haben automatisch die deutsche Staatsangehörigkeit, wenn der Vater oder die Mutter oder beide Elternteile Deutsche sind. Kinder von Ausländerinnen und Ausländern erhalten bei Geburt in Deutschland die deutsche Staatsangehörigkeit, wenn mindestens ein Elternteil zu diesem Zeitpunkt seit acht Jahren seinen gewöhnlichen rechtmäßigen Aufenthalt in Deutschland hat und ein unbefristetes Aufenthaltsrecht besitzt. Sie müssen sich nur dann ab Vollendung ihres 21. Lebensjahres zwischen der deutschen und der Staatsangehörigkeit ihrer Eltern entscheiden, wenn es sich bei der anderen Staatsangehörigkeit nicht um die eines anderen Mitgliedstaates der Europäischen Union oder der Schweiz handelt und sie nicht in Deutschland aufgewachsen sind.

Einbürgerungstest

Wenn Sie die deutsche Staatsangehörigkeit beantragen möchten, müssen Sie Ihr Wissen über Deutschland in einem Test nachweisen. Der Einbürgerungstest besteht aus 33 Fragen. Wenn Sie mindestens 17 Fragen richtig beantworten, haben Sie den Test bestanden. 30 Fragen gehören zu den Themenbereichen „Leben in der Demokratie“, „Geschichte und Verantwortung“ sowie „Mensch und Gesellschaft“. Drei Fragen werden zu dem Bundesland gestellt, in dem Sie wohnen.

Auf der Internetseite des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge www.bamf.de/einbuengerung finden Sie einen Mustertest und alle Fragen des Einbürgerungstestes.

WICHTIGER HINWEIS

Sie müssen keinen Test ablegen, wenn Sie einen deutschen Schulabschluss haben oder die Anforderungen wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit, einer Behinderung oder altersbedingt nicht erfüllen können.

TIPP

Der Onlinetest des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge ist kostenlos. Jedoch bieten auch viele private Internetseiten Vorbereitungen auf den Einbürgerungstest an. Der Hinweis auf die Kosten versteckt sich oft im Kleingedruckten am Seitenrand oder Seitenende. Lesen Sie deshalb immer die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) des Anbieters sehr genau!



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Stadt-, Gemeinde-, Kreisverwaltung: Ausländeramt, Passamt
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Jugendmigrationsdienste (JMD)

Internet:

- Beauftragte der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration: **www.einbuengerung.de**
- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge:
www.bamf.de/einbuengerung

E-Mail:

- Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge:
Kontaktformular unter **www.bamf.de/kontakt**

Telefon:

- Bürgerservice des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge:
+49 911 943-0

Informationsmaterialien:

- Broschüre der Beauftragten der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration (erhältlich über **www.integrationsbeauftragte.de**, Menüpunkt „Service/Publikationen“): „**Die deutsche Staatsbürgerschaft. Alles was Sie darüber wissen sollten**“



V. Arbeit und Beruf

In diesem Kapitel erhalten Sie Informationen zur Anerkennung ausländischer Qualifikationen, Hinweise zur Arbeitssuche, zur beruflichen Weiterbildung, zum Thema Selbstständigkeit, zum Arbeitsrecht sowie zu Einkommen und Steuern.

WICHTIGER HINWEIS

Welche Möglichkeiten Sie haben, in Deutschland zu arbeiten, hängt auch von Ihrem Herkunftsland ab. Bürgerinnen und Bürger aus Staaten der Europäischen Union sowie aus der Schweiz, Norwegen, Island und Liechtenstein brauchen in Deutschland keine Genehmigung zur Aufnahme einer Erwerbstätigkeit. Stammen Sie aus Kroatien oder aus einem Staat außerhalb der EU, erkundigen Sie sich bitte auf der Internetseite der Zentralen Auslands- und Fachvermittlung (ZAV) der Bundesagentur für Arbeit über die Bedingungen zur Arbeitsaufnahme in Deutschland (www.zav.de).

1. Anerkennung von ausländischen Abschlüssen und Dokumenten

Das Berufsqualifikationsfeststellungsgesetz (BQFG) regelt das Anerkennungsverfahren für die Berufe, die in die Zuständigkeit des Bundes fallen. Es stellt sicher, dass die jeweils zuständige Stelle die Gleichwertigkeit Ihrer im Ausland erworbenen Berufsqualifikation mit dem deutschen Referenzberuf prüft. Damit haben Sie einen Rechtsanspruch auf Überprüfung der Gleichwertigkeit Ihrer ausländischen Berufsqualifikation mit einem deutschen Berufsabschluss – und zwar unabhängig von Ihrer Staatsangehörigkeit. Entscheidend sind allein Ihre Berufsqualifikationen.

Viele Berufe – die sogenannten nicht reglementierten Berufe – können Sie auch ohne eine formelle Anerkennung Ihrer Berufsqualifikation ausüben. Eine Prüfung Ihrer Qualifikationen ist aber trotzdem sinnvoll, damit Arbeitgeber und Unternehmen Ihre Fertigkeiten und Kenntnisse besser einschätzen können. Für die Beantragung eines Aufenthaltstitels als Fachkraft nach §§ 18 ff. Aufenthaltsgesetz (neue Fassung) ist die Anerkennung jedoch eine Voraussetzung. Für die sogenannten reglementierten Berufe ist dagegen eine Anerkennung Ihrer ausländischen Ausbildung und Abschlüsse zwingend erforderlich. Dies sind vor allem Berufe im Gesundheitsbereich (beispielsweise Ärztin oder Arzt, Gesundheits- und Krankenpflegerin oder Gesundheits- und Krankenpfleger) sowie im sozialen oder pädagogischen Bereich.

Ob Sie eine Anerkennung brauchen, wenn Sie in Ihrem erlernten Beruf arbeiten möchten, erfahren Sie auf der Internetseite **www.erkennung-in-deutschland.de**. Dort erhalten Sie auch Informationen dazu, welche Stellen für Ihren Beruf zuständig sind oder wo Sie eine weitergehende Beratung erhalten können. Für Ihre Fragen steht Ihnen außerdem die Hotline „Arbeiten und Leben in Deutschland“ in deutscher und englischer Sprache zur Verfügung (Telefonnummer: + 49 30 1815-1111).

Das Anerkennungsverfahren erfolgt in dem Bundesland, in dem Sie arbeiten wollen; einen Antrag können Sie aber auch aus dem Ausland stellen. Für das Verfahren benötigen Sie gegebenenfalls beglaubigte Kopien Ihrer Zeugnisse und eine Übersetzung durch im In- oder Ausland beidigte oder öffentlich bestellte Übersetzerinnen und Übersetzer. (Eine Datenbank mit in Deutschland beeidigten oder öffentlich bestellten Übersetzerinnen und Übersetzern finden Sie auf der Internetseite **www.justiz-dolmetscher.de**.) Eine Beglaubigung Ihrer Dokumente

erhalten Sie oft in Einwohnermeldeämtern, kirchlichen Institutionen und bei einem Notar in Deutschland. Im Ausland können Beglaubigungen teilweise von den deutschen Auslandsvertretungen vorgenommen werden.

■ WICHTIGER HINWEIS

Fragen Sie die zuständige Stelle, welche Unterlagen Sie benötigen und in welcher Form Sie diese vorlegen müssen (zum Beispiel als Original, beeidigte Übersetzung oder beglaubigte Kopie).



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Beratungsstellen des Förderprogramms IQ
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Jugendmigrationsdienste (JMD)

Internet:

- www.anererkennung-in-deutschland.de
- www.bmbf.de
- www.bamf.de
- www.anabin.de
- www.netzwerk-iq.de
- Für nicht reglementierte Hochschulabschlüsse:
www.kmk.org, Menüpunkt „ZAB (Zentralstelle für ausländisches Bildungswesen)“
- Bundesagentur für Arbeit: www.arbeitsagentur.de
- Dolmetscher-/Übersetzerdatenbank: www.justiz-dolmetscher.de

E-Mail:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge: Kontaktformular unter www.bamf.de/auslaendische-berufsabschluesse

Telefon:

- Hotline „Arbeiten und Leben in Deutschland“: **+49 30 1815-1111** (Montag bis Freitag)

Informationsmaterialien:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (erhältlich über www.bamf.de/publikationen):
 - **Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse**
(Faltblatt in zahlreichen Sprachen)
 - **Anerkennung Ihres Berufsabschlusses – Ein Schritt auf Ihrem Weg zum Arbeiten in Deutschland**
(Faltblatt in zahlreichen Sprachen)
 - **Berufliche Anerkennung für Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler** (Faltblatt in Deutsch und Russisch)

2. Berufsberatung, Ausbildungs- und Arbeitsstellenvermittlung

Einen geeigneten Ausbildungs- oder Arbeitsplatz zu finden, ist nicht immer leicht. Im Folgenden erhalten Sie einige nützliche Informationen zur Berufsberatung und zur Suche nach einer Ausbildungs- oder Arbeitsstelle.

Um in Deutschland einen passenden Beruf zu finden, müssen Sie selbst aktiv werden. Die Berufsinformationszentren (BIZ) der Agenturen für Arbeit bieten Ihnen viele Informationen über die verschiedenen Berufe in Deutschland, die Tätigkeiten und notwendigen Qualifikationen. Darüber hinaus beraten Sie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Agentur für Arbeit und helfen Ihnen bei der Suche nach einem passenden Ausbildungsplatz oder einer Arbeitsstelle. Agenturen für Arbeit gibt es in ganz Deutschland. Erkundigen Sie sich, welche regional für Sie zuständig ist. Bei der Suche hilft Ihnen die Internetseite der Bundesagentur für Arbeit www.arbeitsagentur.de, Bereich „Privatpersonen“, Menüpunkt „Dienststelle finden“.

Speziell für Mütter mit Migrationshintergrund bietet das ESF-Bundesprogramm „Stark im Beruf – Mütter mit Migrationshintergrund steigen ein“ die Möglichkeit, sich in einem von rund 90 bundesweiten Projekten zu den Themen Ausbildungs- und Arbeitsplatzsuche, Bewerbung und Qualifikationen beraten und coachen zu lassen.

■ WICHTIGER HINWEIS

In Deutschland werden viele Berufe (besonders im handwerklichen und kaufmännischen Bereich) im dualen System ausgebildet: Das heißt, die Ausbildung findet im Betrieb (Praxis) und in der Berufsschule (Theorie) statt.

Arbeitssuche im Internet und in der Tageszeitung

Im Internet gibt es verschiedene Jobportale, die Ihnen bei der Suche nach Stellen für Ihre Qualifikation und/oder in einer bestimmten Region helfen (zum Beispiel die Jobbörse der Bundesagentur für Arbeit). Sie können sich von einigen Internetseiten per E-Mail benachrichtigen lassen, wenn es für Ihren gesuchten Beruf eine neue Stellenanzeige gibt.

Zusätzlich können Sie sich auf Internetseiten von Unternehmen über Stellenangebote informieren. Dort finden Sie Stellenanzeigen oft unter den Begriffen „Jobs“ oder „Karriere“.

Einige Arbeitsstellen werden auch in Tageszeitungen angeboten. Die Stellenanzeigen stehen meistens in den Ausgaben am Mittwoch und am Samstag.

CHECKLISTE



In den folgenden Zeitungen finden Sie beispielsweise einen großen überregionalen Stellenmarkt:

- Süddeutsche Zeitung
- Frankfurter Allgemeine Zeitung
- Frankfurter Rundschau
- Die Zeit

Eine weitere Möglichkeit der Arbeitssuche ist, in einer Zeitung unter „Stellengesuche“ eine eigene Anzeige aufzugeben oder ein Profil bei einem Jobportal im Internet anzulegen. Dort können Sie Ihre Fähigkeiten und Qualifikationen darstellen und beschreiben, nach welcher Arbeit Sie suchen.

TIPP



Gehen Sie direkt auf mögliche Arbeitgeber zu und suchen Sie den persönlichen Kontakt.

WICHTIGER HINWEIS

Vorsicht: Im Internet und in Tageszeitungen gibt es manchmal unseriöse Anzeigen (zum Beispiel beim Thema Heimarbeit). Erkundigen Sie sich deshalb genau, um welche Arbeit es sich handelt, bevor Sie einen Arbeitsvertrag unterschreiben.

Bewerben

Wichtig für die erfolgreiche Suche nach einem Arbeitsplatz ist eine Bewerbung, in der Sie Ihre Qualifikationen und Erfahrungen beschreiben. Arbeitgeber erwarten in der Regel eine schriftliche Bewerbung mit einem Anschreiben, einem Lebenslauf (meist mit Foto und Unterschrift), Zeugnissen und Arbeitsnachweisen, um Ihre Qualifikationen zu beurteilen. Zeugnisse und andere wichtige Dokumente sollten Sie in deutscher Sprache vorlegen. Immer öfter sind auch Onlinebewerbungen möglich. Erkundigen Sie sich immer genau, in welcher Form der Arbeitgeber die Bewerbung haben möchte.



CHECKLISTE

Zu einer Bewerbung gehören:

- Anschreiben (Brief)
- Lebenslauf mit Foto und Unterschrift (in Form einer Tabelle oder als Text)
- Zeugnisse, Referenzen, Arbeitsnachweise (ins Deutsche übersetzt)



TIPP

Die Agentur für Arbeit bietet Bewerbungstrainings an. Dort lernen Sie, wie eine Bewerbung geschrieben wird und was sie enthalten muss.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Agentur für Arbeit
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Jugendmigrationsdienste (JMD)

Internet:

- Bundesagentur für Arbeit:
www.arbeitsagentur.de und **www.planet-beruf.de**
- Bundesministerium für Arbeit und Soziales: **www.bmas.de**
- Informationen zur Ausbildung: **www.ausbildung.net**
- Informationen zum Arbeiten in Deutschland:
www.ba-auslandsvermittlung.de
- Jobportal der Arbeitsagentur:
www.jobboerse.arbeitsagentur.de
- Jobportale:
www.stepstone.de, www.jobrapido.de, www.monster.de
- Informationen zur Bewerbung:
www.bewerbungsdschungel.com
- Informationen für Mütter mit Migrationshintergrund:
www.starkimberuf.de

Telefon:

- Service-Center der Agentur für Arbeit: **0800 4 5555 00***
(Montag bis Freitag, 8 bis 18 Uhr)

Informationsmaterialien:

- Bundesagentur für Arbeit (erhältlich über **www.arbeitsagentur.de**):
 - **Die JOBBÖRSE** auf **www.arbeitsagentur.de**
 - Themenhefte „**durchstarten**“
 - **planet-beruf.de, Mein Start in die Ausbildung**
(Schülerarbeitsheft)
 - **planet-beruf.de, Berufswahl begleiten** oder
Meslek seçiminde destek (Servicemagazin für Eltern und Erziehungsberechtigte)

* nur innerhalb Deutschlands erreichbar, gebührenfrei

3. Berufliche Weiterbildung

Berufliche Aus- und Weiterbildung sind in Deutschland sehr wichtig. Für viele Berufe ist es notwendig, nach der Ausbildung weitere Qualifikationen zu erwerben. Dafür gibt es verschiedene Qualifizierungs- und Weiterbildungsmaßnahmen:

- Kurse und Seminare
- Umschulungsprogramme
- Studium (Fernstudium, virtuelles Studium)
- E-Learning

Die Bundesagentur für Arbeit ist eine wichtige Ansprechstelle, wenn es um Ihre berufliche Weiterbildung geht. Informationen und Beratung zur beruflichen Integration und Weiterbildung gibt es auch beim Förderprogramm „Integration durch Qualifizierung“ (IQ). Oft bieten auch Arbeitgeber selbst solche Weiterbildungen an. Wenn Sie daran teilnehmen möchten, sollten Sie mit Ihrem Arbeitgeber sprechen.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Agentur für Arbeit
- Weiterbildungsinstitute
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)

Internet:

- Bundesagentur für Arbeit:
kursnet-finden.arbeitsagentur.de
- **www.bildungserver.de**
- Förderprogramm IQ: **www.netzwerk-iq.de** (Menüpunkte „Anerkennung“, „Berufsbezogenes Deutsch“, „Diversity Management“, „Existenzgründung“, „Qualifizierung“)
- DGB-Bildungswerk (Qualifizierung und Weiterbildung):
www.dgb-bildungswerk.de

4. Existenzgründung und Selbstständigkeit

Selbstständige Unternehmerinnen und Unternehmer spielen für Deutschland eine wichtige Rolle. Deutschland braucht Menschen mit kreativen Ideen, die neue Produkte, Prozesse und Dienstleistungen entwickeln. Ein Problem bei der Existenzgründung ist allerdings das finanzielle Risiko. Deshalb sind gute Vorbereitung und ausreichende finanzielle Absicherung notwendig. Wenn Sie ein Unternehmen gründen möchten, können Sie staatliche Fördermittel beantragen.

WICHTIGER HINWEIS

Wer als Ausländerin oder Ausländer eine selbstständige Tätigkeit aufnehmen darf, ist durch das Aufenthaltsgesetz und das Freizügigkeitsgesetz/EU geregelt. Insbesondere wenn Sie aus einem Land außerhalb der Europäischen Union kommen, sollten Sie sich genau über die für Sie geltenden Regelungen informieren.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Industrie- und Handelskammer, Handwerkskammer
- Regionale Gründerinitiativen und -netzwerke
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)

Internet:

- Existenzgründungsportal des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie (BMWi) (unter anderem mit Informationen für Existenzgründerinnen und Existenzgründer mit Migrationshintergrund):

www.existenzgruender.de

- Make it in Germany – Das Portal der Bundesregierung für Fachkräfte im Ausland: **www.make-it-in-germany.com**
- Gründerplattform – Der interaktive Wegweiser von BMWi und KfW zur Selbstständigkeit: **www.gruenderplattform.de**
- Förderprogramm IQ: **www.netzwerk-iq.de**
- Zentrale Anlaufstellen der Steuerverwaltung für ausländische Investoren im Bundeszentralamt für Steuern: **www.germantaxes.info**

Telefon:

- Infotelefon des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie: Mittelstand/Existenzgründung: **+49 30 340 60 65 60**
(Montag bis Donnerstag, 8 bis 20 Uhr, Freitag, 8 bis 12 Uhr)

Informationsmaterialien:

- Publikationen des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie (erhältlich unter **www.existenzgruender.de**, Menüpunkt „Mediathek/Publikationen“):
 - **Starthilfe – Der erfolgreiche Weg in die Selbständigkeit**
 - **EXIST – Gründerstipendium**
 - **Infoletter GründerZeiten**
 - **Gründungslotse Deutschland**

5. Arbeitsrecht: Arbeitszeit, Urlaub und Krankheit

Eine volle Arbeitsstelle umfasst in Deutschland etwa 40 Stunden pro Woche. Es ist auch möglich, in Teilzeit zu arbeiten. Die maximale Arbeitszeit pro Tag ist gesetzlich begrenzt, durchschnittlich auf acht Stunden (zehn Stunden mit Ausgleich auf 48 Stunden innerhalb von sechs Monaten). Nach der Arbeit ist eine Ruhezeit von mindestens elf Stunden einzuhalten. Gesetzlich zulässig ist Arbeit an allen Werktagen der Woche (Montag bis Samstag) sowie Nacht- und Schichtarbeit. In vielen Bereichen, zum Beispiel im Gesundheitswesen, in der Gastronomie und in Verkehrsbetrieben, ist auch Arbeit an Sonn- und Feiertagen erlaubt. Vielfach wird in Deutschland von Montag bis Freitag gearbeitet.

Wer fünf Tage pro Woche arbeitet, hat einen gesetzlichen Anspruch auf mindestens 20 Arbeitstage Urlaub im Jahr. Jugendliche haben bei einer Fünf-Tage-Woche einen längeren gesetzlichen Urlaubsanspruch: bei einem Alter unter 16 Jahren mindestens 25 Tage, unter 17 Jahren mindestens 22,5 Tage und unter 18 Jahren mindestens 20,8 Tage.

Krankheit

Wenn Sie krank sind, zahlt Ihr Arbeitgeber sechs Wochen lang Ihr volles Gehalt. Sind Sie länger als sechs Wochen krank und gesetzlich versichert, bezahlt Ihre Krankenkasse 70 Prozent Ihres Lohnes. Bei privaten Krankenversicherungen gelten verschiedene Regeln. Fragen Sie direkt bei Ihrer Krankenkasse nach.

Wichtig ist, dass Sie Ihrem Arbeitgeber sofort melden, wenn Sie krank sind. Sollten Sie länger als drei Tage krank sein, müssen Sie spätestens am vierten Tag eine Bescheinigung vom Arzt (Attest) bei Ihrem Arbeitgeber einreichen. Arbeitgeber sind allerdings berechtigt, die Vorlage der ärztlichen Bescheinigung auch früher zu verlangen.

WICHTIGER HINWEIS

Welche Krankheit Sie haben, müssen Sie Ihrem Arbeitgeber nicht sagen. Diese Information unterliegt der ärztlichen Schweigepflicht und steht deshalb auch nicht auf dem Attest, das Sie von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt bekommen.

Kündigungsschutz

In Betrieben mit mehr als zehn Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gilt in Deutschland das Kündigungsschutzgesetz, das vor sozial nicht gerechtfertigten Kündigungen schützt. Es findet Anwendung, wenn das Arbeitsverhältnis länger als sechs Monate bestanden hat (sog. Wartezeit). Einen besonderen Kündigungsschutz genießen zum Beispiel Betriebsratsmitglieder, Schwangere und Mütter, die in einem Arbeitsverhältnis stehen, bis zum Ablauf von vier Monaten nach der Entbindung, Arbeitnehmende in der Elternzeit und schwerbehinderte Menschen.

Je länger Sie für eine Firma arbeiten, desto länger ist auch Ihre gesetzliche Kündigungsfrist, wenn Ihr Arbeitgeber das Arbeitsverhältnis kündigt. Kündigungsfristen können sich allerdings auch aus einem anzuwendenden Tarifvertrag ergeben.



Hier können Sie sich informieren

Internet:

- Bundesministerium für Arbeit und Soziales: www.bmas.de
- Informationsportal zu Arbeitsleben und Behinderung: www.talentplus.de

Informationsmaterialien:

- Publikationen des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (erhältlich über www.bmas.de, Menüpunkt „Service/Publikationen“):
 - **Das Arbeitszeitgesetz**
 - **Kündigungsschutz**
 - **Arbeitsrecht**
 - **Teilzeit – alles, was Recht ist**

6. Einkommen und Steuern

Ihr Einkommen müssen Sie in Deutschland versteuern. Wie Sie das tun, hängt davon ab, ob Sie angestellt oder selbstständig arbeiten.

Als Angestellte oder Angestellter erhalten Sie von Ihrem Arbeitgeber den Nettobetrag Ihres Einkommens auf Ihr Konto überwiesen. Ihr Arbeitgeber hat dann bereits die Rentenversicherung, Krankenversicherung, Arbeitslosenversicherung und Pflegeversicherung von Ihrem Gehalt abgezogen und direkt bezahlt. Außerdem sind Lohnsteuer, eventuell ein Solidaritätszuschlag und die mögliche Kirchensteuer schon an das Finanzamt gegangen. Als Selbstständige oder Selbstständiger müssen Sie Ihre Einkünfte selbst versteuern.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Örtlicher Lohnsteuerverein
- Finanzamt
- Bundeszentralamt für Steuern

Internet:

- Lohn- und Einkommensteuerrechner des Bundesministeriums der Finanzen: **www.bmf-steuerrechner.de**
- Informationen zu den Begriffen des deutschen Steuerrechts: **www.bundesfinanzministerium.de**, Menüpunkt „Service/ Publikationen/Amtliche Handbücher (Umsatz-, Lohn-, Einkommen-, Körperschaft- und Gewerbesteuer)/Broschüren“ (unter anderem „Steuern A von Z“)
- Fachliche Steuerinformationen zum Beispiel zur steuerlichen Identifikationsnummer: **www.bzst.de**
- Finanzamtssuche: **www.finanzamt.de**

Telefon:

- Bürgertelefon des Bundesministeriums der Finanzen:
+49 30 18682-3300
- Steuerliches Info-Center (SIC) des Bundeszentralamtes für Steuern:
+49 228 406-1240

VI. Wohnen

1. Wohnungssuche

Wenn Sie eine Wohnung oder ein Haus suchen, ist das Internet die erste Informationsquelle. Dort gibt es Anbieter, die sich auf die Vermittlung von Wohnungen und Häusern spezialisiert haben. Viele Zeitungen veröffentlichen auf ihrer Internetseite ebenfalls Wohnungsanzeigen.

Anzeigen in Zeitungen

Auch ein Blick in die örtliche Zeitung lohnt sich. Erkundigen Sie sich vorher bei Nachbarn, Bekannten oder direkt bei der Zeitung, an welchem Wochentag die Wohnungsanzeigen erscheinen – häufig stehen sie in der Wochenendausgabe.

Wenn Sie in der Zeitung etwas Passendes gefunden haben, müssen Sie mit der Vermieterin beziehungsweise dem Vermieter oder der Verkäuferin beziehungsweise dem Verkäufer Kontakt aufnehmen. Bei den Angeboten ist entweder eine Telefonnummer oder eine E-Mail-Adresse angegeben. Manchmal sind Kennziffern oder Kennbuchstaben aufgeführt – sogenannte Chiffren. Auf eine Anzeige mit Chiffre müssen Sie schriftlich antworten und einen Brief an die Zeitung schicken. Dieser wird dann automatisch an die Vermieterin und den Vermieter oder die Verkäuferin und den Verkäufer weitergeleitet. Vergessen Sie nicht, die entsprechende Chiffrenummer auf dem Briefumschlag und in Ihrem Brief zu nennen.

Hilfe vom Wohnungsamt

Das Wohnungsamt Ihrer Stadt oder Gemeinde kann Ihnen bei der Wohnungssuche auch weiterhelfen. Häufig werden dort Wohnungen direkt vermittelt. Ist das nicht der Fall, können die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Wohnungsamtes Ihnen zumindest mit nützlichen Adressen und Informationen weiterhelfen.



Eine Immobilienmaklerin oder einen Immobilienmakler beauftragen

Sie können auch die Hilfe von Immobilienmaklerinnen und Immobilienmaklern in Anspruch nehmen. Diese vermitteln gegen Bezahlung Wohnungen und Häuser. Kontaktadressen hierfür finden Sie in Branchenverzeichnissen und örtlichen Telefonbüchern.

WICHTIGER HINWEIS

Wenn Sie die Hilfe einer Immobilienmaklerin oder eines Immobilienmaklers in Anspruch nehmen, können bei der Vermietung Kosten in Höhe von maximal zwei Monatsmieten zuzüglich der Mehrwertsteuer auf Sie zukommen. Die Maklerkosten muss aber die Vermieterin oder der Vermieter zahlen, wenn sie oder er die Maklerin oder den Makler beauftragt hat. Beim Kauf beträgt die Maklerprovision in der Regel drei bis sechs Prozent des Kaufpreises zuzüglich der Mehrwertsteuer. Bei einem durch einen Makler oder eine Maklerin vermittelten Kauf einer Wohnung oder eines Einfamilienhauses muss der Käufer oder die Käuferin maximal die Hälfte der Provision zahlen, wenn der Makler oder die Maklerin vom Verkäufer oder der Verkäuferin oder von beiden Parteien beauftragt wird. Außerdem darf der Käufer oder die Käuferin zur Zahlung erst verpflichtet sein, wenn der Verkäufer oder die Verkäuferin nachweist, dass er oder sie seinen Anteil an der Maklerprovision gezahlt hat.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Stadt-, Gemeinde-, Kreisverwaltung: Wohnungsamt
- Tageszeitung
- Anzeigenblätter
- Makler (im Vermittlungsfall möglicherweise kostenpflichtig)

Internet:

- Internetseiten der Tageszeitungen
- Immobilienseiten im Internet

2. Was kommt nach dem Umzug?

Wohnsitz ummelden

Sobald Sie eine neue Wohnung und damit auch eine neue Adresse haben, müssen Sie das der zuständigen Meldebehörde in Ihrer Gemeinde innerhalb von 14 Tagen mitteilen. Zudem müssen Sie der Meldebehörde eine Wohnungsgeberbestätigung vorlegen.

Nachsendeauftrag erteilen

Wenn Sie umgezogen sind, sollten Sie der Post einen Nachsendeauftrag erteilen. Ihre Briefe und Pakete werden dann für einen vereinbarten Zeitraum automatisch an Ihre neue Adresse weitergeleitet. Dieser Service kostet jedoch eine Gebühr. Die Zeit, in der der Nachsendeauftrag läuft, sollten Sie auch nutzen, um Banken, Versicherungen, Ämter und andere über Ihren Umzug zu informieren.

Telefon ummelden

Wenn Sie ein Festnetztelefon haben, sollten Sie daran denken, es rechtzeitig vor Ihrem Umzug um- oder abzumelden.

WICHTIGER HINWEIS

Wenn Sie sich zu spät ummelden, müssen Sie eventuell ein Bußgeld bezahlen. Außerdem kann eine verspätete Ummeldung unter Umständen negative Auswirkungen auf Ihren Aufenthaltsstatus haben.

3. Unterstützung vom Staat

Sozialwohnungen

In den meisten Städten und Gemeinden gibt es Sozialwohnungen, die vom Staat gefördert werden, um eine preiswerte Miete zu ermöglichen. Diese Wohnungen dürfen deshalb nur an bedürftige Bevölkerungsgruppen vermietet werden. Um eine solche Wohnung mieten zu können, brauchen Sie einen Wohnberechtigungsschein. Wenn Ihr Einkommen unter einer bestimmten Grenze liegt, können Sie den Wohnberechtigungsschein bei Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung beantragen. Zuständig ist meist das Wohnungsamt.



WICHTIGER HINWEIS

Ein Wohnberechtigungsschein gilt nur befristet. Kümmern Sie sich deshalb rechtzeitig um eine Verlängerung!

Wohngeld

Als Mieterin oder Mieter haben Sie möglicherweise einen Anspruch auf Wohngeld. Ob und in welcher Höhe Sie diesen Mietzuschuss bekommen, hängt ab von der Zahl der zu berücksichtigenden Haushaltsmitglieder, der Höhe Ihres Gesamteinkommens und der Höhe der Miete.



TIPP

Für die Prüfung, ob und wie viel Wohngeld Ihnen zusteht, können Sie einen Wohngeldrechner nutzen. Solch einen Wohngeldrechner finden Sie im Internet zum Beispiel auf den Seiten des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat (BMI) unter **www.bmi.bund.de** oder den Seiten des Landes Nordrhein-Westfalen unter **www.wohngeldrechner.nrw.de**.

Auch die Eigentümerinnen und Eigentümer von Wohnungen oder Häusern, in denen sie selbst wohnen, können einen staatlichen Zuschuss bekommen, den sogenannten Lastenzuschuss. Der Lastenzuschuss hängt ab von der Zahl der zu berücksichtigenden Haushaltsmitglieder, der Höhe des monatlichen Gesamteinkommens sowie der zu berücksichtigenden Belastung. Weitere Informationen und die nötigen Formulare erhalten Sie bei der Wohngeldbehörde Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Stadt-, Gemeinde-, Kreisverwaltung: Wohnungsamt

Internet:

- Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat:
www.bmi.bund.de

E-Mail:

- Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat:
poststelle@bmi.bund.de oder nutzen Sie das Kontaktformular
des Bürgerservices auf der Internetseite des BMI

Telefon:

- Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat:
+49 30 18681-0

4. Miete und Mietrecht

Der Mietvertrag ist ein wichtiges Dokument und regelt viele Details des Mietverhältnisses. Er ist sowohl für Sie als auch für die Vermieterin oder den Vermieter bindend, sofern der Inhalt nicht den gesetzlichen Vorschriften zum Schutz des Mieters widerspricht. Sie sollten den Mietvertrag deshalb sehr genau lesen, bevor Sie ihn unterschreiben.

Zwar kann ein Mietvertrag auch mündlich vereinbart werden, aus Gründen der Rechtssicherheit empfiehlt es sich jedoch, den Vertrag schriftlich abzuschließen. In der Praxis verwenden Vermieterinnen und Vermieter meist vordruckte Verträge, die von Mieterverbänden herausgegeben werden. Auch diese Verträge müssen den gesetzlichen Mieterschutzvorschriften entsprechen.

Zusätzlich zum Mietvertrag müssen Sie oft ein sogenanntes Übergabeprotokoll unterschreiben, wenn Sie in eine neue Wohnung einziehen. Mit Ihrer Unterschrift bestätigen Sie, in welchem Zustand die Wohnung war, als Sie sie übernommen haben. Lesen Sie sich deshalb das Übergabeprotokoll sehr genau durch. Für Schäden, die darin nicht vermerkt

sind, könnte Sie Ihre Vermieterin oder Ihr Vermieter später verantwortlich machen.

Die Vermieterin oder der Vermieter kann als Sicherheit für die Wohnung eine Kautio n verlangen. Ihre Vermieterin oder Ihr Vermieter hat nach Beendigung des Mietverhältnisses das Recht, die Mietkautio n ganz oder teilweise einzubehalten, wenn Sie mit (einem Teil) der Mietzahlung im Rückstand sind, Ihrer vertraglich vereinbarten Verpflichtung zur Vornahme von Schönheitsreparaturen nicht nachgekommen sind und/oder Schäden am Wohnraum verursacht haben, die Ihre Vermieterin oder Ihr Vermieter reparieren lassen muss. Die Summe der Kautio n darf höchstens so hoch sein wie drei Monatskaltmieten (Miete ohne Nebenkosten).



CHECKLISTE

Vor Abschluss eines Mietvertrages sollten Sie sich über alle Einzelheiten informieren, zum Beispiel über:

- die Höhe der Miete,
- die Höhe der Nebenkosten (insbesondere auch Heizkosten; Sie können sich den Energieausweis vorlegen lassen),
- die Höhe der Kautio n,
- eine mögliche Maklerprovision,
- eine mögliche Staffelmiete (eine Miete, die automatisch regelmäßig erhöht wird),
- die Dauer des Mietvertrages (befristet oder unbefristet),
- die vertragliche Verpflichtung, Schönheitsreparaturen zu übernehmen.

TIPP

Bestehen Sie darauf, dass alle Vereinbarungen schriftlich im Mietvertrag festgehalten werden, da mündliche Absprachen später häufig zu Streit führen.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Stadt-, Gemeinde- und Kreisverwaltung: Wohnungsamt
- Mietervereine (Mitgliedschaft kostenpflichtig)

Internet:

- Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz:
www.mieterschutz.bund.de
- Deutscher Mieterbund e. V.: **www.mieterbund.de**

Betriebskosten und Abfallentsorgung

Neben der Miete für die Wohnräume (auch als Nettokaltmiete bezeichnet) müssen Sie in der Regel sogenannte Betriebskosten bezahlen (häufig auch als Nebenkosten bezeichnet), die einmal pro Jahr abgerechnet werden. Dazu gehören vor allem die Kosten für Heizung und Wasser sowie Abwasser- und Müllgebühren. In der Regel bezahlen Sie jeden Monat einen bestimmten Betrag für die Betriebskosten als Pauschale oder als Vorauszahlung. Im Falle der Vorauszahlung erhalten Sie spätestens ein Jahr nach Ende des Abrechnungszeitraumes (meist das Kalenderjahr) eine Abrechnung nach den tatsächlich entstandenen Kosten und mit dem auf Sie entfallenden Anteil. Diese Abrechnung der Betriebskosten sollten Sie genau prüfen.

Der Müll wird in Deutschland getrennt gesammelt und entsorgt. Für Papier und Pappe, Biomüll (etwa Obst- und Gemüsereste) und den restlichen Müll stehen meistens gesonderte Behälter zur Verfügung. Zusätzlich gibt es Sammelstellen oder Container für weitere Abfallsorten, zum Beispiel für Glas und für Sondermüll (wie Farben und Lacke) oder Sperrmüll.

Auf gute Nachbarschaft!

Die allgemeine Nachtruhe gilt in der Regel von 22 bis 6 Uhr. Darüber hinaus kann Bestandteil des Mietvertrages eine Hausordnung sein, in der gegebenenfalls ergänzende Ruhezeiten festgelegt sind. Die Hausordnung legt die Regeln für das Zusammenleben aller Hausbewohnerinnen und Hausbewohner fest und enthält Rechte und Pflichten, die für alle Bewohnerinnen und Bewohner gelten. Sie bekommen die Hausordnung von der Hausverwaltung oder Ihrer Vermieterin oder Ihrem Vermieter. Als Mieterin oder Mieter eines Hauses oder einer Wohnung haben Sie bestimmte Pflichten, zum Beispiel müssen Sie die vereinbarte Miete pünktlich bezahlen. Sie haben aber auch Rechte, etwa wenn es um größere Reparaturen geht. Sollten Sie Fragen zum Thema Mietrecht haben, können der Mieterbund und die örtlichen Mietervereine gute Anlaufstellen sein. In vielen Städten haben diese Büros eingerichtet, an die Sie sich wenden können. Allerdings sind ihre Angebote zum Teil kostenpflichtig.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Stadt-, Gemeinde-, Kreisverwaltung
- Hausverwaltung
- Vermieterin/Vermieter
- Mietervereine (Mitgliedschaft kostenpflichtig)
- Verbraucherzentralen in den Ländern mit rund 200 Beratungsstellen in ganz Deutschland

Internet:

- Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz:
www.mieterschutz.bund.de
- Deutscher Mieterbund e. V.: **www.mieterbund.de**
- Mieterschutzbund e. V.: **www.mieterschutzbund.de**
- Verbraucherzentralen: **www.verbraucherzentralen.de**

VII. Kinder und Familie

Für viele Menschen in Deutschland ist die Familie sehr wichtig. Sie prägt unser Leben auf vielfältige Weise. Die meisten Menschen in Deutschland sehen die Kindererziehung als gemeinsame Aufgabe von Müttern und Vätern an. Viele Mütter arbeiten, immer mehr Väter entscheiden sich dafür, nach der Geburt ihres Kindes eine Zeit lang zu Hause zu bleiben, um sich um ihr Kind zu kümmern.

1. Schwangerschaft und Mutterschutz

Schwangerschaftsberatung

Es gibt Beratungsangebote, die sich speziell an werdende Mütter, Väter und Elternpaare richten. Wenn Sie ein Kind erwarten, hilft Ihnen die Schwangerschaftsberatung bei allen Fragen rund um die Themen Schwangerschaft und Geburt weiter und unterstützt Sie vor und während der Schwangerschaft mit medizinischen, sozialen und juristischen Informationen. Die Beratung erfolgt auf Wunsch anonym und mehrsprachig.

In der Schwangerschaftsberatung erhalten Sie Informationen zu diesen und weiteren Themen:

- Fragen im Zusammenhang mit der Schwangerschaft und Geburt
- finanzielle und soziale Unterstützungsleistungen während und nach der Schwangerschaft
- Arbeitsrecht (zum Beispiel Mutterschutz und Elternzeit)
- Schwangerschaftsabbruch
- das Angebot der vertraulichen Geburt
- Hilfen für Familien und Kinder
- Betreuungsmöglichkeiten für Kinder

Schwangeren, die sich in einer Konfliktlage befinden und die einen Abbruch der Schwangerschaft erwägen, steht die Schwangerschaftskonfliktberatung zur Seite. Sie ist eine der Voraussetzungen für einen Schwangerschaftsabbruch innerhalb der Zwölf-Wochen-Frist. Die Beratung ist auf Wunsch anonym, stets unentgeltlich und wird ergebnisoffen geführt. Eine staatlich anerkannte Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle in Ihrer Nähe finden Sie auf www.familienplanung.de/beratung/.



Die Bundesstiftung „Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens“ hilft schwangeren Frauen in Notlagen schnell und unbürokratisch durch ergänzende finanzielle Unterstützung in Verbindung mit individueller Beratung. Schwangere Frauen in Not können Stiftungsmittel erhalten, wenn sie nicht genügend Geld haben, um die im Zusammenhang mit Schwangerschaft und Geburt sowie Pflege und Erziehung des Kleinkindes entstehenden Ausgaben zu bestreiten. Um das festzustellen, überprüft die Schwangerschaftsberatungsstelle die Einkommensverhältnisse. Unterstützungsleistungen kann nur erhalten, wer in Deutschland wohnt, ein Schwangerschaftsattest vorlegt und wenn andere Leistungen zur Deckung der Ausgaben nicht ausreichen beziehungsweise nicht rechtzeitig zur Verfügung stehen. Der Antrag auf finanzielle Hilfen durch die Bundesstiftung Mutter und Kind muss während der Schwangerschaft bei einer Schwangerschaftsberatungsstelle gestellt werden. Nach der Geburt ist keine Antragstellung mehr möglich.



TIPP

Wohlfahrts- und Familienverbände, Kirchen, Sozialämter, Gesundheitsämter sowie Ärztinnen und Ärzte bieten Schwangerschaftsberatung und Schwangerschaftskonfliktberatung an. Die meisten Beratungsangebote sind kostenlos und können auch anonym durchgeführt werden. Oft gibt es neben der persönlichen Beratung auch Angebote per Internet oder Telefon.

Frühe Hilfen

Frühe Hilfen sind Angebote für Familien mit Kindern von null bis drei Jahre ab der Schwangerschaft. Frühe Hilfen unterstützen Sie, wenn Sie sich in der Schwangerschaft und nach der Geburt unsicher fühlen. Sie begleiten Sie, wenn Sie Unterstützung bei der Versorgung Ihres Kindes brauchen. Die Unterstützungsangebote der Frühen Hilfen sind für die Familien freiwillig, vertraulich und kostenfrei. Die Frühen Hilfen unterstützen Sie zum Beispiel in diesen Situationen:

- Sie fühlen sich oft erschöpft im Alltag mit Ihrem Kind.
- Sie haben Fragen zur Versorgung und Erziehung Ihres Kindes.
- Es gibt Streit mit Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner.
- Sie fühlen sich oft allein und suchen den Austausch mit anderen Müttern und Vätern.
- Sie wissen nicht, an wen Sie sich in Deutschland mit Ihrem Problem wenden können oder wer für was zuständig ist.
- Sie sind alleinerziehend und hätten gerne Unterstützung.
- Ihr Baby schreit viel und Sie wissen nicht mehr weiter.

Zu den Frühen Hilfen gehören verschiedene Angebote. Das kann die Begleitung und Unterstützung sein durch:

- Familienhebammen
- Familienkinderkrankenschwestern
- Willkommensbesuchsdienste nach der Geburt Ihres Kindes
- Freiwillige/Ehrenamtliche (Familienpatenschaften)
- Erziehungsberatungen
- offene Elterntreffs
- offene Babysprechstunden

Wo finde ich Frühe Hilfen?

Informationen über Angebote der Frühen Hilfen finden Sie unter **www.elternsein.info**.

Hier gibt es auch eine Postleitzahlensuche für Anlaufstellen der Frühen Hilfen in Ihrer Nähe.

Auch das Elterntelefon der „Nummer gegen Kummer“ und die bke-Onlineberatung (Bundeskongferenz für Erziehungsberatung e.V.) informieren Schwangere und Eltern mit Kindern von null bis drei Jahre über Frühe Hilfen und Angebote vor Ort.

Beide Beratungsangebote sind bundesweit anonym, kostenlos und vertraulich.

Schwangerschaft und die Zeit kurz nach der Geburt

Während der Schwangerschaft und nach der Geburt haben Sie Anspruch auf Betreuung durch eine Hebamme oder eine Ärztin oder einen Arzt. Sobald Sie wissen, dass Sie schwanger sind, sollten Sie alle vier Wochen zu einer Frauenärztin oder einem Frauenarzt gehen – ab der 32. Schwangerschaftswoche sogar alle zwei Wochen. Die Kosten der Schwangerschaftsvorsorge werden von den Krankenkassen übernommen.

Berufstätige Schwangere, die abhängig beschäftigt sind, genießen einen besonderen Schutz – den sogenannten Mutterschutz. Er beginnt sechs Wochen vor der Geburt und endet acht Wochen danach. Dieser Schutz ist in Deutschland gesetzlich geregelt. In dieser Zeit dürfen Schwangere grundsätzlich nicht arbeiten. Ihr Arbeitsplatz bleibt erhalten, sie können nach Ende des Mutterschutzes wieder in den Beruf zurückkehren. Außerdem dürfen Schwangere nicht mehr als 8,5 Stunden pro Tag arbeiten und keine schwere körperliche Arbeit verrichten. Genaueres hierzu erfahren Sie von Ihrem Arbeitgeber oder bei einer der genannten Beratungsstellen.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Frauenärztin/Frauenarzt
- Schwangerschaftsberatung/Schwangerschaftskonfliktberatung
- Gesundheitsamt
- Arbeitgeber

Internet:

- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:
 - www.bmfsfj.de
 - www.familienportal.de
- Bundesstiftung „Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens“: www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de
- Hilfen für Schwangere in Not- und Konfliktlagen: www.schwanger-und-viele-fragen.de
- Suche nach Frauenärzten: www.frauenaerzte.de
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: www.familienplanung.de
- Elternratgeber des Bayerischen Landesjugendamtes: www.elternnetz.de
- www.elternsein.info
- www.bke-elternberatung.de
- www.fruehehilfen.de (Seite des Nationalen Zentrums Frühe Hilfen (NZFH))
- Beratungsangebot der „Nummer gegen Kummer“: www.nummergegenkummer.de

Telefon:

- Servicetelefon des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: **+49 30 201 791 30** (Montag bis Donnerstag, 9 bis 18 Uhr)
- Notruf für Schwangere mit Anonymitätswunsch des Bundesamtes für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben: **0800 40 40 020***
- Elterntelefon der „Nummer gegen Kummer“: **0800 111 0 550***

* nur innerhalb Deutschlands erreichbar, gebührenfrei

Informationsmaterialien:

- Publikationen des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (erhältlich über www.bmfsfj.de):
 - **Leitfaden zum Mutterschutz**
 - **Schwangerschaftsberatung § 218**
 - **Die vertrauliche Geburt – Informationen über das Gesetz zum Ausbau der Hilfen für Schwangere und zur Regelung der vertraulichen Geburt**
 - **Hilfe und Unterstützung in der Schwangerschaft – Bundesstiftung Mutter und Kind**
 - Flyer zu den Leistungen der **Bundesstiftung „Mutter und Kind“** (in zahlreichen Sprachen)

2. Elternzeit und Elterngeld

Elternzeit

In Deutschland können Sie mit der Elternzeit eine Auszeit von Ihrem Berufsleben nehmen, um Ihre Kinder selbst zu betreuen und zu erziehen. Als Arbeitnehmende können Sie mit der Elternzeit von Ihrem Arbeitgeber verlangen, dass er Sie bis zu drei Jahre von der Arbeit freistellt. Elternzeit können Mütter und Väter allein oder gemeinsam nehmen. Auch Großeltern können unter bestimmten Voraussetzungen einen Anspruch auf Elternzeit haben.

Jeder Elternteil kann seine gesamte Elternzeit in drei Zeitabschnitte aufteilen. Bei der Mutter des Kindes beginnt die Elternzeit frühestens im Anschluss an den Mutterschutz. Die Zeit des Mutterschutzes wird von der Elternzeit abgezogen. Ein Anteil von bis zu 24 Monaten Elternzeit kann auch im Zeitraum zwischen dem dritten Geburtstag und der Vollendung des achten Lebensjahres des Kindes beansprucht werden. Gegenüber dem Arbeitgeber gilt:

- für die Anmeldung der Elternzeit innerhalb der ersten drei Lebensjahre des Kindes eine Anmeldefrist von sieben Wochen,

- für die Elternzeit für den Zeitraum zwischen dem dritten Geburtstag und dem vollendeten achten Lebensjahr des Kindes eine Anmeldefrist von 13 Wochen.

Wenn Sie in Elternzeit sind, müssen Sie nicht arbeiten. Möchten Sie während der Elternzeit dennoch weiterarbeiten, können Sie dies tun. Jedoch nicht mehr als 30 Stunden pro Woche. Wenn Sie nicht arbeiten, erhalten Sie keinen Lohn. Zum Ausgleich können Sie Elterngeld beantragen.

Während der Elternzeit haben Sie einen besonderen Kündigungsschutz. Ihr Arbeitgeber darf Ihnen nur in Ausnahmefällen kündigen. Nach Ihrer Elternzeit können Sie an Ihren alten Arbeitsplatz zurückkehren.



CHECKLISTE

Wichtig ist, dass Sie:

- mit dem Kind in einem Haushalt leben,
- das Kind überwiegend selbst betreuen und erziehen,
- während der Elternzeit nicht mehr als 30 Wochenstunden arbeiten.

Elterngeld

Das Elterngeld ist eine staatliche Unterstützung für Eltern, die ihr Kind nach der Geburt selbst betreuen und deshalb nicht oder nicht voll erwerbstätig sind. Auch Eltern, die vor der Geburt nicht berufstätig waren, erhalten Elterngeld.

Die wichtigsten Informationen zum Elterngeld:

- Elterngeld gibt es in drei Varianten: Basiselterngeld, ElterngeldPlus und Partnerschaftsbonus. Es beträgt normalerweise 65 Prozent des Nettoeinkommens, das Eltern vor der Geburt hatten und das nach der Geburt wegfällt. Die Höhe Ihres Elterngeldes hängt davon ab, wie viel Sie in dem Jahr vor der Geburt Ihres Kindes verdient haben. Je nach Einkommen beträgt das Basiselterngeld zwischen 300 Euro und 1.800 Euro im Monat und das ElterngeldPlus zwischen 150 Euro und 900 Euro im Monat.

- Basiselterngeld wird innerhalb der ersten 14 Monate nach der Geburt gezahlt. Es gibt für die Eltern zwölf Monatsbeträge an Basiselterngeld.
- Wenn Mutter und Vater sich den Elterngeldbezug teilen und ihr Einkommen wegfällt, bekommen sie zusammen maximal 14 Monatsbeträge an Basiselterngeld. Ein Elternteil kann dabei mindestens zwei und höchstens zwölf Monate Elterngeld beziehen. Basiselterngeld kann nur innerhalb der ersten 14 Lebensmonate des Kindes gezahlt werden; danach können Eltern nur noch das ElterngeldPlus oder den Partnerschaftsbonus beziehen.
- ElterngeldPlus können Eltern doppelt so lange bekommen wie Basiselterngeld: Ein Monat Basiselterngeld entspricht zwei Monaten ElterngeldPlus.
- Als Partnerschaftsbonus erhalten Eltern jeweils vier zusätzliche ElterngeldPlus-Monate, wenn sie beide in vier aufeinanderfolgenden Monaten gleichzeitig 25 bis 30 Wochenstunden arbeiten.
- Alleinerziehenden stehen die vollen 14 Monate Basiselterngeld zu, wenn sie es als Ausgleich für wegfallendes Einkommen erhalten. Auch getrennt lebenden Elternteilen steht das Elterngeld zur Verfügung.
- Wenn Sie vor der Geburt nicht gearbeitet haben, können Sie den Mindestbetrag an Basiselterngeld in Höhe von 300 Euro oder 150 Euro ElterngeldPlus erhalten.

CHECKLISTE



Um Elterngeld zu erhalten, müssen Sie folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Sie betreuen und erziehen Ihr Kind nach der Geburt selbst.
- Sie leben mit Ihrem Kind in einem Haushalt zusammen.
- Sie sind entweder gar nicht erwerbstätig oder nicht mehr als 30 Stunden pro Woche berufstätig.
- Sie leben in Deutschland.

Staatsangehörige von EU-Mitgliedstaaten, Islands, Liechtensteins, Norwegens und der Schweiz haben ebenso wie Deutsche einen Anspruch auf Elterngeld, wenn sie in Deutschland erwerbstätig sind oder in Deutschland wohnen. Für andere Ausländerinnen und Ausländer gilt: Menschen mit einer Niederlassungserlaubnis können Elterngeld erhalten. Mit einer Erlaubnis zum Daueraufenthalt-EU können Sie ebenfalls Elterngeld bekommen. Wer eine Aufenthaltserlaubnis besitzt, hat nur dann einen

Anspruch auf Elterngeld, wenn sie oder er auch zur Erwerbstätigkeit in Deutschland berechtigt ist oder hier schon erlaubt gearbeitet hat. Lassen Sie sich über die genauen Regelungen beraten.

Elterngeld können Sie bei Ihrer Elterngeldstelle vor Ort beantragen. In einigen Bundesländern können Sie Elterngeld auch mit Unterstützung von ElterngeldDigital unter **www.elterngeld-digital.de** beantragen.



TIPP

Mit einem Elterngeldrechner können Sie die voraussichtliche Höhe des Elterngeldes berechnen, das Sie bekommen. Sie finden ihn auf der Internetseite des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend **www.bmfsfj.de**, Menüpunkt „Familie“.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Stadt-, Kreis-, Gemeindeverwaltung
- Familienberatungsstellen
- Elterngeldstellen

Internet:

- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend **www.bmfsfj.de**, Menüpunkt „Familie“
- Serviceportal des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: **www.familienportal.de**

Telefon:

- Servicetelefon des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: **+49 30 201 791 30** (Montag bis Donnerstag, 9 bis 18 Uhr)

Informationsmaterialien:

- Publikation des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (erhältlich über www.bmfsfj.de):
 - **Elterngeld, ElterngeldPlus und Elternzeit**

3. Kindergeld und Kinderzuschlag

Kindergeld

Eltern haben bis zum 18. Geburtstag ihres Kindes einen Anspruch auf Kindergeld, wenn das Kind in Deutschland lebt, in einem Mitgliedstaat der Europäischen Union oder in einem Staat, auf den das Abkommen über den Europäischen Wirtschaftsraum Anwendung findet. Macht Ihr Kind eine Ausbildung oder studiert es, verlängert sich der Anspruch maximal bis zum 25. Geburtstag. Für die ersten beiden Kinder erhalten Sie pro Kind monatlich je 219 Euro, für das dritte Kind 225 Euro und für jedes weitere Kind je 250 Euro. Das Kindergeld wird auf Antrag bei der Familienkasse der Agentur für Arbeit gewährt. Zusätzlich werden Familien sogenannte Kinderfreibeträge bei der Lohn- und Einkommensteuer gewährt. Das Antragsformular für das Kindergeld erhalten Sie bei der Familienkasse, auch online unter www.familienkasse.de.

WICHTIGER HINWEIS

Staatsangehörige von EU-Mitgliedstaaten, Islands, Liechtensteins, Norwegens und der Schweiz haben ebenso wie Deutsche einen Anspruch auf Kindergeld, wenn sie in Deutschland erwerbstätig sind oder in Deutschland wohnen. Für andere Ausländerinnen und Ausländer gilt: Menschen mit einer Niederlassungserlaubnis können Kindergeld erhalten. Wer eine Aufenthaltserlaubnis besitzt, hat nur dann einen Anspruch auf Kindergeld, wenn sie oder er auch zur Erwerbstätigkeit in Deutschland berechtigt ist oder hier schon erlaubt gearbeitet hat. Lassen Sie sich über die genauen Regelungen beraten.

Kinderzuschlag

Familien mit kleinem Einkommen werden außerdem durch den Kinderzuschlag (KiZ) staatlich unterstützt. Den Kinderzuschlag bekommen Eltern, die genug verdienen, um sich selbst zu versorgen, deren Einkommen aber nicht oder nur knapp für die gesamte Familie reicht.

Sie können einen Anspruch auf Kinderzuschlag haben, wenn Folgendes zutrifft:

- Ihre Kinder sind unter 25 Jahre alt, leben mit Ihnen im selben Haushalt und sind weder verheiratet noch verpartnert.
- Sie bekommen für Ihre Kinder Kindergeld oder eine vergleichbare Leistung, zum Beispiel aus dem Ausland.
- Sie haben als Paar mindestens ein monatliches Bruttoeinkommen von 900 Euro oder als alleinerziehende Person in Höhe von 600 Euro (Mindesteinkommensgrenze).
- Sie haben genug Einkommen für sich selbst und können zusammen mit dem Kinderzuschlag den Bedarf Ihrer Familie decken.



TIPP

Erhalten Sie Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, studieren Sie oder befinden sich in einer Ausbildung, die nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (BAföG) förderungsfähig ist, können Sie Kinderzuschlag nur unter besonderen Voraussetzungen bekommen.

WICHTIGER HINWEIS

Bekommen Sie ausschließlich Leistungen nach dem SGB II oder Sozialhilfe nach dem SGB XII und haben sonst kein Einkommen, steht Ihnen der Kinderzuschlag nicht zu.

Der Kinderzuschlag beträgt monatlich bis zu 205 Euro je Kind. Ihr Einkommen und Vermögen und das Ihres Kindes werden auf den Kinderzuschlag teilweise angerechnet und reduzieren die Höhe des Kinderzuschlags.

Der Kinderzuschlag muss schriftlich bei der Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit beantragt werden. Den Antrag für den Kinderzuschlag erhalten Sie bei der Familienkasse, unter **www.kizdigital.de**. Der Antrag auf Kinderzuschlag kann zudem auch online gestellt werden.

Wenn Sie den Kinderzuschlag erhalten, stehen Ihnen für Ihr Kind Bildungs- und Teilhabeleistungen wie zum Beispiel das kostenlose gemeinschaftliche Mittagessen in Kita und Schule sowie ein Schulbedarfspaket in Höhe von 150 Euro je Schuljahr zu. Außerdem können Sie sich von den Kitagebühren befreien lassen.

Die Leistungen für Bildung und Teilhabe beantragen Sie bitte bei der für Sie zuständigen kommunalen Stelle. Welche Stelle für Sie zur Beantragung zuständig ist, erfahren Sie auf der Internetseite des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (**www.bmas.de**, Menüpunkt „Themen/Arbeitsmarkt/Grundsicherung/Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhaltes“).

Eventuell haben Sie zusätzlich einen Anspruch auf Wohngeld. Informationen hierzu erhalten Sie von Ihrer zuständigen Wohngeldstelle.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Familienberatungsstellen
- Familienkassen der Bundesagentur für Arbeit
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Jugendmigrationsdienste (JMD)

Internet:

- Familienkasse: **www.familienkasse.de** oder **www.kinderzuschlag.de**
- Serviceportal des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: **www.familienportal.de**

Telefon:

- Familienkasse (Montag bis Freitag, 8 bis 18 Uhr):
 - Fragen zu Kindergeld und Kinderzuschlag: **0800 4 5555-30***
 - Ansagen zum Auszahlungstermin von Kindergeld und Kinderzuschlag: **0800 4 5555-33***

* nur innerhalb Deutschlands erreichbar, gebührenfrei

Informationsmaterialien:

- Publikationen der Familienkasse
(erhältlich über www.familienkasse.de):
 - **Merkblatt Kindergeld**
 - **Merkblatt Kinderzuschlag**

4. Möglichkeiten der Kinderbetreuung

Für Kinder ist es wichtig, so früh wie möglich eine Kindertageseinrichtung zu besuchen, damit ihre Entwicklung und ihre Sprachkenntnisse bestmöglich gefördert werden. In den Einrichtungen werden Eltern auch beraten, wie sie ihre Kinder fördern und ihre Familie unterstützen können. Kinder ab vollendetem ersten Lebensjahr haben einen Rechtsanspruch auf einen Betreuungsplatz. Es gibt in Deutschland viele Möglichkeiten der Kinderbetreuung, insbesondere:

- im Alter bis zu drei Jahren:
 - Krabbelgruppen
 - Tagesmütter/Tagesväter
 - Spielkreise
 - Kinderkrippen
 - altersgemischte Kindergärten
- ab drei Jahren bis zum Schulstart:
 - Kindergärten
 - sonstige schulvorbereitende Einrichtungen
 - Tagesmütter/Tagesväter
- ab dem Schulalter:
 - Ganztagsschulen
 - Horte
 - Hausaufgabenbetreuung

TIPP

Für die Teilnahme an diesen Betreuungsangeboten müssen Sie Ihre Kinder vorher anmelden. Manchmal sind die Plätze wegen der großen Zahl interessierter Eltern knapp. Erkundigen Sie sich am besten so früh wie möglich nach freien Plätzen.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Stadt-, Gemeinde-, Kreisverwaltung
- Familienberatung und Jugendämter
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Kindertageseinrichtungen

Internet:

- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: **www.bmfsfj.de**, Menüpunkt „Kinder und Jugend“
- Informationen zur Kinderbetreuung: **www.fruehe-chancen.de**
- Viele weitere Links: **www.familienportal.de**

5. Streit, Krisen und Gewalt in der Familie

Krisen und Streit können in jeder Familie vorkommen. Wenn allerdings der Streit überhandnimmt und vielleicht sogar Gewalt dazukommt, sollten Sie sich unbedingt professionelle Hilfe in einer Beratungsstelle holen. Alle Beratungsstellen sind kostenlos und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dort helfen Ihnen schnell und unbürokratisch – auch ohne dass Sie Ihren Namen nennen. Alle Kinder in Deutschland haben ein Recht auf eine Erziehung ohne Gewalt. Dabei sind alle Kinder, vor allem Säuglinge und Kleinkinder, auf unsere Aufmerksamkeit angewiesen. Wenn Sie befürchten, dass ein Kind verwaht oder misshandelt wird, wenden Sie sich bitte an die Polizei, das Jugendamt oder eine Erziehungsberatungsstelle.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Erziehungs-, Familien- und Eheberatungsstellen
- Jugendämter
- Fachberatungsstellen für Betroffene von Menschenhandel und bei sexueller Gewalt gegen Kinder

Internet:

- Deutscher Kinderschutzbund: **www.dksb.de**
- Beratungsstellen für Kinder, Jugendliche und Eltern in Ihrer Nähe und Beratung in Ihrer Muttersprache finden Sie hier: **www.bke.de**
- Zentrum Bayern Familie und Soziales/Bayerisches Landesjugendamt: **www.elternimnetz.de**
- Nummer gegen Kummer e. V. hat auch eine Onlineberatung per Mail oder Chat für Kinder und Jugendliche: **www.nummergegenkummer.de**
- **www.hilfeportal-missbrauch.de/startseite.html**
- **www.kinderschutz-zentren.org/zentren-vor-ort**
- **www.infektionsschutz.de/beratung**
- **www.schwanger-und-viele-fragen.de**
- **www.hilfetelefon.de**
- **www.nina-info.de** (Hilfe bei sexuellem Missbrauch)

Telefon:

- Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“, bundesweit, rund um die Uhr, anonym: **0800 116 016*** oder **www.hilfetelefon.de**
- Telefonberatung „Psychische Gesundheit“ **0800 2322783***
- Hilfetelefon für „Schwangere in Not“ **0800 40 40 020***
- Hilfetelefon „Sexueller Missbrauch“ **0800 22 55 530*** (Montag, Mittwoch und Freitag: 9 bis 14 Uhr, Dienstag und Donnerstag: 15 bis 20 Uhr)
- Bundesweite Telefonseelsorge (rund um die Uhr): **0800 1110111*** und **0800 1110222***
- Nummer gegen Kummer:
Kinder- und Jugendtelefon: **116 111***
Elterntelefon: **0800 111 0 550***

* nur innerhalb Deutschlands erreichbar, gebührenfrei

Informationsmaterialien:

- Publikationen des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (erhältlich unter www.bmfsfj.de):
 - **Kinder- und Jugendhilfe**
 - **Häusliche Gewalt – Kinder leiden mit** (Deutsch, Arabisch, Russisch und Türkisch)
- www.ecpat.de: Flyer „Ich brauche Hilfe“ in 13 Sprachen



VIII. Schule, Ausbildung und Studium

1. Das Schulsystem und die Schularten in Deutschland

Schulpflicht

Alle Kinder, die in Deutschland leben, müssen zur Schule gehen. Die Schulpflicht beginnt in der Regel im Herbst desjenigen Jahres, in dem ein Kind sechs Jahre alt wird. Sie dauert zumeist bis zum Ablauf des Schuljahres, in dem die Jugendlichen 18 werden. Die konkreten Regelungen zur Schulpflicht unterscheiden sich in den einzelnen Bundesländern. Es gibt auch Einschulungsmöglichkeiten während eines Schuljahres.

Der Schulbesuch an staatlichen Schulen ist kostenlos. Zusätzlich gibt es in Deutschland auch Privatschulen. Diese verlangen in der Regel ein Schulgeld von den Eltern.

Schularten

In Deutschland sind die Länder für die Schulausbildung zuständig. Jedes Bundesland hat Besonderheiten, vor allem die Bezeichnungen der weiterführenden Schularten können sich unterscheiden. Der Bildungsweg der Kinder und Jugendlichen ist jedoch in allen Bundesländern ähnlich:

TIPP



Einen ersten Überblick über das Schulsystem, die Schularten und -abschlüsse erhalten Sie in mehreren Sprachen auf der Internetseite www.wir-sind-bund.de, Menüpunkt „Eltern“.

Grundschule (Primarstufe)

Zunächst besuchen alle Kinder vier Jahre lang (in den Ländern Berlin und Brandenburg sechs Jahre lang) die Grundschule. Hier gilt das Wohnortprinzip: Das heißt, die Kinder besuchen in der Regel die Grundschule in der Nähe ihres Wohnorts. In einigen Bundesländern können die Eltern die Grundschule für ihr Kind selbst wählen.

In der letzten Klasse der Grundschule entscheidet sich, auf welche weiterführende Schule (Sekundarstufe I) die Kinder danach gehen werden. Dazu erteilen die Lehrer der Grundschule eine Empfehlung („Übergangsempfehlung“), die mit einer Beratung der Eltern verbunden sein soll. In den meisten Bundesländern können die Eltern entscheiden, welche weiterführende Schule ihr Kind nach der Grundschule besucht. Ausschlaggebend für die Empfehlung sind die Noten in der Grundschule und die Einschätzungen der individuellen Voraussetzungen der Kinder durch die Lehrerin oder den Lehrer.

Weiterführende Schulen (Sekundarstufe I und II)

In manchen Bundesländern kann ein Kind einen Probeunterricht auf der weiterführenden Schule besuchen. Eine Übersicht über die einzelnen Regelungen ist auf der Internetseite der Kultusministerkonferenz erhältlich (www.kmk.org).

Das Schulsystem in den Sekundarstufen I und II ist in Deutschland sehr differenziert. Eltern sollten gemeinsam mit ihrem Kind und dessen Lehre-

rin oder Lehrer sorgfältig beraten, welche Schule für das Kind gewählt wird. Die Schulbehörden bieten dazu Informationen an.

Folgende weiterführende Schularten gibt es:

- Hauptschulen (bis zur 9. oder 10. Klasse)
- Realschulen (bis zur 10. Klasse)
- Schulen mit mehreren Bildungsgängen (hier können Haupt- oder Realschulabschlüsse erworben werden)
- Gymnasien (bis zur 12. oder 13. Klasse)
- Gesamtschulen (ohne oder mit gymnasialer Oberstufe, hier können alle Abschlüsse erworben werden)

In mehreren Ländern gibt es weiterführende Schularten, in denen die Bildungsgänge der Hauptschule und der Realschule organisatorisch zusammengefasst sind – an diesen Schulen kann sowohl der Haupt- als auch der Realschulabschluss erworben werden:

- die Mittelschule (Bayern)
- die Sekundarschule oder integrierte Sekundarschule (Sachsen-Anhalt, Nordrhein-Westfalen, Berlin)
- die Regelschule (Thüringen)
- die Oberschule (Brandenburg, Niedersachsen, Bremen, Sachsen)
- die Realschule plus (Rheinland-Pfalz)
- die Stadtteilschule (Hamburg)
- die Regionalschule (Mecklenburg-Vorpommern)
- die Werkrealschule/Werkhauptschule (Baden-Württemberg)
- die Gemeinschaftsschule (Saarland, Schleswig-Holstein)

Die Schulpflicht gilt auch für Kinder und Jugendliche mit Behinderungen oder sonderpädagogischem Förderbedarf. Über einen möglichen sonderpädagogischen Förderbedarf entscheidet die Schulbehörde nach einem entsprechenden Verfahren. Dies muss von den Eltern oder der Schule beantragt werden. Je nach Ergebnis kann das Kind entweder weiter eine allgemeine Schule besuchen oder auf eine Förderschule überwiesen werden. Es gibt unterschiedliche Typen von Förderschulen (in einigen Bundesländern heißen sie auch Sonderschulen, Förderzentren oder Schulen für Behinderte). Zudem gibt es Schulen mit inklusivem Unterricht, in denen Kinder mit und ohne Behinderung gemeinsam unterrichtet werden. Die Bundesländer gehen unterschiedlich an das Thema Inklusion heran.

Nach dem Haupt- oder Realschulabschluss können Jugendliche entweder weiter eine Schule der Sekundarstufe II bis zur Allgemeinen Hochschulreife (Abitur) oder zur Fachgebundenen Hochschulreife (Fachabitur) besuchen, die zum Studium an Universitäten und Hochschulen berechtigen, oder eine Berufsausbildung mit dem Besuch einer Berufsschule beginnen. Mit einem Realschulabschluss stehen mehr Berufsfelder offen als mit einem Abschluss der Hauptschule. Die Ausbildung im Gymnasium oder der gymnasialen Oberstufe endet nach der 12. oder 13. Klasse mit der Allgemeinen Hochschulreife (Abitur) und berechtigt zum Studium an Universitäten und Hochschulen. Das Fachabitur berechtigt zum Studium an (Fach-)Hochschulen. In einigen Ländern kann nach dem Realschulabschluss auch an beruflichen Schulen die Allgemeine Hochschulreife erworben werden.

Im Laufe der Schulzeit ist prinzipiell der Wechsel von einer Schulart zu einer anderen möglich, wenn die erforderlichen Leistungen erbracht werden.

TIPP

Informieren Sie sich, welche weiterführenden Schulen es in Ihrem Bundesland gibt, welche Schulabschlüsse dort erworben werden können und zu welchem weiteren Bildungsweg die Abschlüsse jeweils berechtigen! Jedes Kultus- oder Schulministerium hat eine Internetseite, auf der alle Bildungswege erläutert sind. Auch die Schulverwaltung und die Schulen selbst bieten Beratungen an. Die meisten Schulen veranstalten (häufig zu Beginn des Jahres) einen „Tag der offenen Tür“, an dem sich Eltern und Kinder über die Angebote informieren können.



CHECKLISTE

Die Angebote der einzelnen Schulen unterscheiden sich. Informieren Sie sich beim Schulamt, im Internet oder bei anderen Eltern über die Schulen vor Ort. Die folgenden Fragen können Ihnen bei der Auswahl einer Schule für Ihr Kind helfen:

- Welche Abschlüsse ermöglicht die Schule?
- Welche zusätzlichen Unterrichtsangebote hat die Schule (zum Beispiel Fremdsprachen)?
- Werden zusätzliche Angebote für die Kinder gemacht (zum Beispiel Arbeitsgemeinschaften, Sportkurse, musisch-kulturelle Angebote, Theaterspielen oder anderes)?
- Gibt es zusätzliche Förderangebote (zum Beispiel Sprachförderung, Hausaufgabenhilfe)?
- Wie werden Kinder bei Lernproblemen unterstützt?
- Wie sind die Schulräume gestaltet?
- Bietet die Schule ein Ganztagsangebot oder eine Nachmittagsbetreuung an?
- Gibt es ein warmes Mittagessen in der Schule?
- Gibt es Elternsprechtage oder andere Angebote für Eltern?



WICHTIGER HINWEIS

Klassenreisen, Ausflüge, Schulfeste, Schulaufführungen und Schwimmunterricht sind in Deutschland Teil des Unterrichts und Schulalltags. Ihr Kind sollte an diesen Veranstaltungen teilnehmen, weil es hier viel Neues lernen kann und weil diese gemeinsamen Aktivitäten besonders die Motivation und Schulfreude der Kinder, aber auch ihre sprachlichen Fähigkeiten stärken.

Besondere Förderangebote

Für Kinder und Jugendliche, die mit einer anderen Muttersprache als Deutsch aufwachsen, gibt es im Kindergarten und in der Schule besondere Sprachförderangebote auf Deutsch, zum Teil auch in der Muttersprache. In Zuständigkeit der Bundesländer wird der Sprachförderbedarf der Kinder im Vorschulalter über verschiedene Instrumente erfasst. Einige Länder erheben dabei den Sprachstand aller Kinder zu einem bestimmten Zeitpunkt vor der Einschulung, andere testen bestimmte Gruppen oder

erfassen den Sprachstand in der laufenden pädagogischen Arbeit. Daran schließen sich je nach Bundesland unterschiedliche Förderangebote an. Mit dem Bundesprogramm „Sprach-Kitas: Weil Sprache der Schlüssel zur Welt ist“ fördert das Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend die alltagsintegrierte sprachliche Bildung als festen Bestandteil in der Kindertagesbetreuung und setzt damit bundesweit einen wichtigen Impuls.

TIPP

Für den Bildungserfolg Ihres Kindes ist es wichtig, dass es gut Deutsch spricht. Nutzen Sie deshalb die Sprachförderangebote! In einigen Bundesländern ist die Teilnahme an Deutschförderangeboten für diejenigen Kinder verpflichtend, bei denen Förderbedarf erkannt wurde. In vielen Bundesländern ist es – je nach Schulart – auch möglich, einzelne Herkunftssprachen (zum Beispiel Türkisch, Italienisch, Russisch, Spanisch) als Fremdsprache in der Schule zu lernen. Informationen über die Angebote zur Deutschförderung und zum Lernen der Herkunftssprache in der Schule erhalten Sie direkt im Kindergarten oder in der Schule Ihres Kindes sowie von der Migrationsberatung und den Jugendmigrationsdiensten.

Kinder und Jugendliche, die im Laufe ihrer Schulzeit nach Deutschland kommen, brauchen besondere Unterstützung. Für sie gibt es Förder- oder Sprachlernklassen, in denen sie von spezifisch qualifizierten Lehrkräften begleitet werden, bevor sie in die regulären Schulklassen wechseln. Welche Angebote es für Ihr Kind gibt, erfahren Sie bei der Schulbehörde.

TIPP

Wenn Sie Ihr Kind unterstützen möchten, ist es wichtig, dass Sie sich gut über das Bildungssystem in Deutschland und die Angebote vor Ort informieren. Sie sollten sowohl über den Schulalltag als auch über die Fortschritte Ihres Kindes Bescheid wissen. Schulen bieten dafür Elternabende und Elterngespräche an. Hier können Sie mit den Lehrerinnen oder Lehrern Ihres Kindes reden und auch Probleme ansprechen. In allen deutschen Schulen gibt es Elternvertretungen. Nehmen Sie Kontakt zur Elternvertretung Ihrer Schule auf, um sich mit anderen Eltern auszutauschen! Außerdem hat jedes Land eine Landeselternvertretung, bei der Sie auch Beratung finden.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Schulbehörde/Schulamt
- Schulen/Schulleitung
- Elternvertretung, Elternnetzwerke
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Jugendmigrationsdienste (JMD)
- Migrantenorganisationen

Internet:

- Ständige Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland: www.kmk.org
- Deutscher Bildungsserver: www.bildungsserver.de
- Bundesministerium für Bildung und Forschung: www.bmbf.de
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: www.bmfsfj.de
- Bundeselternrat: www.bundeselternrat.de
- Bundesverwaltung: www.wir-sind-bund.de
- www.handbookgermany.de, Menüpunkt „Lernen“

2. Berufsausbildung

Eine gute Ausbildung ist die wichtigste Voraussetzung für einen erfolgreichen Start ins Berufsleben. Um in Deutschland einen Arbeitsplatz zu finden, ist es wichtig, eine Berufsausbildung oder ein Studium abgeschlossen zu haben.

Eine Berufsausbildung dauert in der Regel zwei bis drei Jahre und verläuft meistens im sogenannten dualen System. Das heißt: Die praktische Ausbildung im Betrieb wird kombiniert mit theoretischen Lernphasen in der Schule. Manche Ausbildungen, zum Beispiel im Pflegebereich, werden nur in Schulen angeboten. Voraussetzung für den Zugang zu einer Berufsausbildung ist in der Regel mindestens ein Hauptschulabschluss.

Berufswahl

In Deutschland gibt es rund 400 Ausbildungsberufe. Die Berufsberatung der Agentur für Arbeit berät Jugendliche bei ihrer Berufswahl. Sie können

sich dazu an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Berufsinformationszentren der Arbeitsagenturen wenden.

Die Bundesverwaltung sucht Bewerberinnen und Bewerber aller Nationalitäten für mehr als 130 verschiedene Ausbildungsberufe. Welche Berufe es gibt und wie sich Ihr Kind bewerben kann, erfahren Sie auf der Internetseite **www.wir-sind-bund.de**. Die Informationen für Eltern werden in mehreren Sprachen angeboten.

Vor Beginn der Berufsausbildung schließt der Auszubildende mit dem Ausbildungsbetrieb einen schriftlichen Ausbildungsvertrag. Er regelt die Bestandteile und Ziele der Ausbildung. Jugendliche, die finanzielle Unterstützung während der Ausbildung benötigen, können bei der Agentur für Arbeit die sogenannte Berufsausbildungsbeihilfe beantragen.

TIPP



In vielen Berufen sind Fremdsprachenkenntnisse wichtig. Erkundigen Sie sich gemeinsam mit Ihrem Kind nach Berufsfeldern, in denen Ihre Herkunftssprache von Vorteil ist.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Berufsberatung der Agentur für Arbeit
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Jugendmigrationsdienste (JMD)

Internet:

- Bundesagentur für Arbeit:
 - **www.arbeitsagentur.de**, Bereich „Privatpersonen“, Menüpunkt „Schule, Ausbildung und Studium“
 - **www.planet-beruf.de**
 - **www.berufenet.arbeitsagentur.de**
- Bundesinstitut für Berufsbildung: **www.bibb.de**, Menüpunkt „Berufe“
- Bundesverwaltung: **www.wir-sind-bund.de**

Telefon:

- Service-Center der Agentur für Arbeit:
0800 4 5555-00* (Montag bis Freitag, 8 bis 18 Uhr)

Informationsmaterialien:

- Publikation der Agentur für Arbeit (erhältlich unter **www.arbeitsagentur.de**, Menüpunkt „Download-Center“):
Beruf aktuell – Lexikon der Ausbildungsberufe

* nur innerhalb Deutschlands erreichbar, gebührenfrei

3. Studieren in Deutschland

In Deutschland gibt es unterschiedliche Arten von Hochschulen:

- Universitäten
- Technische Hochschulen
- Musik- und Kunsthochschulen
- Pädagogische Hochschulen
- Fachhochschulen beziehungsweise Hochschulen für Angewandte Wissenschaften
- Verwaltungsfachhochschulen

Studienvoraussetzungen

Voraussetzung für ein Studium ist je nach Hochschultyp die Hochschulreife oder Fachhochschulreife. Bei ausländischen Abschlüssen entscheiden die Zulassungsstellen der Hochschulen, ob die Voraussetzungen für ein Studium vorliegen. Inwiefern Studienleistungen, die bereits in einem anderen Land absolviert wurden, auf ein Studium in Deutschland angerechnet werden können, entscheiden die Hochschulen selbst. Für eine hochschulübergreifende und kostenpflichtige Vorprüfung können Sie sich auch an die Servicestelle „uni-assist“ wenden.

Eine besondere Unterstützung beim Erlernen der deutschen Sprache für Studieninteressierte bietet das Förderprogramm „Garantiefonds-Hochschulbereich“. Junge anerkannte Flüchtlinge, Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler sowie deren Angehörige, die in Deutschland leben, hier die Hochschulreife erwerben und sich auf ein Hochschulstudium vorbe-

reiten möchten, erhalten eine umfassende Beratung und – sofern sie zum förderfähigen Personenkreis gehören – auch finanzielle Unterstützung. Informationen und Adressen hierzu erhalten Sie unter www.bildungsberatung-gfh.de und www.obs-ev.de.

Studiengebühren

Für ein Bachelorstudium an staatlichen deutschen Hochschulen werden grundsätzlich keine allgemeinen Studiengebühren erhoben. Jeder Studierende muss sogenannte Semesterbeiträge leisten. Zusätzlich erheben einige Bundesländer Studiengebühren für Langzeitstudierende, für Zweitstudiengänge oder für internationale Studierende, die zum Zwecke des Studiums von außerhalb der EU nach Deutschland einreisen. Für bestimmte Masterprogramme können Studiengebühren anfallen. Private Hochschulen erheben meist deutlich höhere Gebühren. Zur (Teil-)Finanzierung eines Studiums werden in Deutschland von der Begabtenförderung des Bundes und von mehreren Stiftungen Stipendien vergeben.

Neben den klassischen Studiengängen, die ausschließlich an Hochschulen und Fachhochschulen stattfinden, werden in den letzten Jahren auch vermehrt duale Studiengänge angeboten. Diese haben einen höheren Praxisbezug. Zwischen dem Studierenden und dem Unternehmen besteht eine vertragliche Verbindung, die in der Regel eine Bezahlung in unterschiedlicher Höhe beinhaltet.

TIPP



Unter bestimmten Voraussetzungen haben Studierende Anspruch auf eine staatliche Ausbildungsförderung (BAföG). Ein Teil davon muss nach Abschluss der Ausbildung zurückgezahlt werden.

WICHTIGER HINWEIS

Auch die Bundesverwaltung bietet duale Studiengänge an. Beschreibungen der Studiengänge finden Sie auf der Internetseite www.wir-sind-bund.de.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Universitäten/Amt für Ausbildungsförderung des Studentenwerks
- Jugendmigrationsdienste (JMD)
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)

Internet:

- Bundesagentur für Arbeit: **www.arbeitsagentur.de**, Bereich „Privatpersonen“, Menüpunkt „Schule, Ausbildung und Studium“
- Internetplattform „abi“ der Bundesagentur für Arbeit: **www.abi.de**
- Deutscher Akademischer Austauschdienst: **www.daad.de**
- Jugendmigrationsdienste: **www.jmd-portal.de**
- Otto Benecke Stiftung e. V.: **www.obs-ev.de**
- Bildungsberatung Garantiefonds Hochschule: **www.bildungsberatung-gfh.de**
- uni-assist e. V.: **www.uni-assist.de**
- Informationssystem zur Anerkennung ausländischer Bildungsabschlüsse: **www.anabin.de**
- Bundesministerium für Bildung und Forschung: **www.bafög.de**
- Übersicht über Stipendien: **www.stipendienlotse.de**
- Begabtenförderungswerke: **www.bmbf.de**, Menüpunkt „Bildung/Begabtenförderung/Begabtenförderungswerke“
- Bundesverwaltung: **www.wir-sind-bund.de**

Telefon:

- Service-Center der Agentur für Arbeit: **0800 4 5555-00*** (Montag bis Freitag, 8 bis 18 Uhr)
- BAföG-Hotline des Bundesministeriums für Bildung und Forschung: **0800 223 63 41*** (Montag bis Freitag, 8 bis 20 Uhr)
- Otto Benecke Stiftung e. V.: **+49 228 8163-0**

* nur innerhalb Deutschlands erreichbar, gebührenfrei

4. Erwachsenenbildung

In Deutschland gibt es viele Möglichkeiten, sich auch nach der Schule oder der Universität weiterzubilden. Im Rahmen der Erwachsenenbildung können Sie allgemeine Qualifikationen oder Schulabschlüsse erwerben. Es gibt Tages- oder Abendkurse, aber auch Unterricht von zu Hause aus (zum Beispiel Telekolleg oder Fernuniversität).

Die Bundesagentur für Arbeit ist eine wichtige Ansprechstelle, wenn es um Ihre berufliche Weiterbildung geht. Im Telefonbuch und in den Gelben Seiten® finden Sie zudem Institute für Aus- und Weiterbildung. Volkshochschulen bieten ihre Kurse nahezu überall in Deutschland an.

Möglich sind zum Beispiel:

- Weiterbildungsmaßnahmen
- Sprachlehrgänge
- Vermittlung von Praktikumsplätzen
- spezielle Eingliederungslehrgänge für junge Erwachsene



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Agentur für Arbeit
- Volkshochschule
- Ausbildungsinstitute, Weiterbildungsinstitute
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)

Internet:

- Bundesagentur für Arbeit: **www.arbeitsagentur.de**, Bereich „Privatpersonen“, Menüpunkt „Karriere und Weiterbildung“
- KURSNET – das Portal für berufliche Aus- und Weiterbildung: **www.kursnet.arbeitsagentur.de**
- Verzeichnis der Volkshochschulen: **www.volkshochschule.de**
- Deutscher Bildungsserver: **www.bildungsserver.de**



IX. Gesundheit und Vorsorge

1. Hilfe bei Krankheiten und Unfällen

Wenn Sie krank sind, sollten Sie zu einer Allgemeinärztin oder einem Allgemeinarzt in Ihrer Nähe gehen. Diese helfen Ihnen und überweisen Sie, wenn nötig, zu einer Fachärztin oder einem Facharzt.



WICHTIGER HINWEIS

In Deutschland gibt es eine allgemeine Krankenversicherungspflicht. Die Kosten für die ärztliche Behandlung tragen in der Regel die gesetzlichen Krankenkassen oder werden von den privaten Krankenversicherungen erstattet. Für bestimmte Leistungen können finanzielle Eigenanteile anfallen. Hierbei gibt es Unterschiede zwischen den Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen und denen der privaten Krankenversicherungen.

Die meisten Menschen in Deutschland sind in einer der gesetzlichen Krankenkassen versichert. Arbeitnehmende, die mehr als geringfügig beschäftigt sind, sind pflichtversichert. Übersteigt Ihr Arbeitsentgelt eine Höchstgrenze, können Sie wählen, ob Sie freiwillig in der gesetzlichen Krankenversicherung oder in einer privaten Krankenversicherung versichert sein möchten (siehe hierzu ausführlich das Kapitel X „Banken und Versicherungen“).

Medikamente, die Ihnen verschrieben werden, erhalten Sie in einer Apotheke. Dort müssen Sie nur einen geringen Teil der Kosten selbst bezahlen (höchstens zehn Euro), den Rest übernimmt Ihre Krankenkasse. Medikamente für Kinder und Jugendliche bis zum Ende des 18. Lebensjahres sind kostenlos, wenn sie von einer Ärztin oder einem Arzt verschrieben wurden. Sind Sie bei einer privaten Krankenversicherung, müssen Sie Arztbesuche und Medikamente zunächst selbst bezahlen. Anschließend können Sie die Rechnung an Ihre Krankenversicherung schicken, welche die Kosten erstattet.

WICHTIGER HINWEIS

Nach Unfällen, in Notfällen oder wenn Sie außerhalb der Sprechstunden krank werden, können Sie den ärztlichen Notdienst anrufen oder sich in besonders dringenden Fällen direkt an den Rettungsdienst wenden.

Die wichtigsten Telefonnummern, die deutschlandweit gelten:

- **Rettungsdienst: 112**
- **Giftnotruf: +49 30 19240**
- **Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116 117**

Auch Apotheken haben einen Nacht- beziehungsweise Notdienst. Aktuelle Informationen dazu finden Sie in Ihrer Lokalzeitung.

Hilfe in Ihrer Sprache

Sie sprechen erst wenig Deutsch und möchten deshalb eine Ärztin oder einen Arzt besuchen, die/der Ihre Sprache spricht? Die Kassenärztliche Vereinigung des Bundeslandes, in dem Sie leben, kann Ihnen hierbei weiterhelfen. Die Adressen und Telefonnummern der Kassenärztlichen Vereinigungen finden Sie auf der Internetseite: www.kbv.de, Menüpunkt „Service/Arztbesuche“.

Ärztliche Schweigepflicht

Ärztinnen und Ärzte dürfen grundsätzlich ohne Ihre Zustimmung keine Informationen über Sie an andere weitergeben – weder an offizielle Stellen noch an Ihren Arbeitgeber oder Familienmitglieder. Teilweise gilt das auch bei Informationen über die Gesundheit Ihrer Kinder. Zum Beispiel darf die Frauenärztin oder der Frauenarzt Ihrer 16-jährigen Tochter Ihnen nicht ohne Zustimmung Ihrer Tochter die Untersuchungsergebnisse mitteilen.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Hausärztin/Hausarzt oder Allgemeinärztin/Allgemeinarzt
- Kinder- und Jugendärztin/Kinder- und Jugendarzt
- Krankenkasse

Internet:

- Bundesministerium für Gesundheit: **www.bundesgesundheitsministerium.de**
- Unabhängige Patientenberatung Deutschland: **www.unabhaengige-patientenberatung.de**
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: **www.bzga.de**
- Bundesärztekammer: **www.bundesaerztekammer.de**, Menüpunkt „Arztsuche“ (Arztsuche nach Bundesländern)
- **www.gkv-spitzenverband.de**, Menüpunkt „Die gesetzlichen Krankenversicherungen“ (Übersicht über die gesetzlichen Krankenkassen)
- Verband der Privaten Krankenversicherung: **www.pkv.de**

E-Mail:

- Bundesministerium für Gesundheit: **poststelle@bmg.bund.de**, **info.gehoerlos@bmg.de**

Telefon:

- Bundesministerium für Gesundheit (Montag bis Donnerstag, 8 bis 18 Uhr, Freitag, 8 bis 12 Uhr):
 - Fragen zur Krankenversicherung: **+49 30 340 60 66-01**
 - Fragen zur gesundheitlichen Prävention: **+49 30 340 60 66-03**
 - Beratungsservice für Gehörlose und Hörgeschädigte:
Gebärdentelefon (Videotelefonie)
www.gebaerdentelefon.de/bmg/, Fax: **+49 30 340 60 66-07**

2. Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen

Viele Krankheiten lassen sich gut behandeln, wenn sie früh erkannt werden. Früherkennungs- und Vorsorgeuntersuchungen für Kinder und Erwachsene helfen dabei. So können zum Beispiel Frauen und Männer im Alter von 18 bis 34 Jahren einmalig und Frauen und Männer ab 35 Jahre alle drei Jahre an einer Gesundheitsuntersuchung („Check-up“) teilnehmen. Ferner haben Frauen und Männer einen Anspruch auf regelmäßige Untersuchungen zur Früherkennung von bestimmten Krebskrankheiten. Die Krankenkassen bezahlen viele Vorsorgeuntersuchungen. Ihre Ärztin oder Ihr Arzt berät Sie gern.

Impfungen gehören zu den wichtigsten und wirksamsten Schutzmaßnahmen. Moderne Impfstoffe sind gut verträglich und schützen vor schweren Krankheiten. In Deutschland sind alle Impfungen freiwillig, bis auf die Nachweispflicht über einen ausreichenden Masernschutz für alle nach 1970 Geborenen in Gemeinschafts- und Gesundheitseinrichtungen. Es gibt allerdings Schutzimpfungen, die empfohlen werden. Die Kosten hierfür werden von den Krankenkassen übernommen.

Gesundheitsvorsorge und Impfschutz bei Kindern

Da Infektionskrankheiten für Säuglinge und Kinder besonders gefährlich sind, sollten Sie Ihre Kinder bereits im Alter von sechs Wochen zum ersten Mal impfen lassen. Spätestens bis zum Ende des zweiten Lebensjahres sollten Ihre Kinder vollständig gegen die wichtigsten Krankheiten geimpft sein.



TIPP

In Deutschland werden bestimmte Impfungen für Säuglinge, Kinder, Jugendliche und Erwachsene empfohlen. Diese sind in einem Impfkalender zusammengefasst. Der Impfkalender ist auf der Internetseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung www.bzga.de unter dem Menüpunkt „Infomaterialien“ erhältlich.

Früherkennungsuntersuchungen bei Kindern

In Deutschland gibt es einheitliche Gesundheitsuntersuchungen für Kinder von der Geburt an bis zum Schulalter, die sogenannten U1- bis U9-Untersuchungen. Diese Untersuchungen helfen, Entwicklungsstörungen und Erkrankungen bei Kindern zu erkennen und frühzeitig zu behandeln. Eltern werden dabei zugleich über Möglichkeiten informiert, wie sie die Entwicklung ihres Kindes fördern und Gesundheitsrisiken vermeiden können. Die Untersuchungen sollen zu bestimmten Zeitpunkten in der Entwicklung ihres Kindes stattfinden. Während dieser vorgegebenen Zeiträume werden die Kosten für die U-Untersuchungen von den Krankenkassen übernommen. Die Teilnahme an ihnen ist freiwillig. Um die Entwicklung Ihres Kindes zu fördern, ist es aber wichtig, regelmäßig an den Untersuchungen teilzunehmen. Einen genauen Termin vereinbaren Sie mit Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Kinder- und Jugendärztin/Kinder- und Jugendarzt
- Hausärztin/Hausarzt oder Allgemeinärztin/Allgemeinarzt
- Krankenkasse

Internet:

- Bundesministerium für Gesundheit:
www.bundesgesundheitsministerium.de
- Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung:
www.bvpraevention.de

- Informationen zur Kindergesundheit:
 - www.kindergesundheit-info.de
 - www.bundesgesundheitsministerium.de,
Menüpunkt „Themen/Prävention/Kindergesundheit“

E-Mail:

- Bundesministerium für Gesundheit: poststelle@bmg.bund.de

Telefon:

- Bundesministerium für Gesundheit:
Bürgertelefon zum Thema „Gesundheitliche Prävention“:
+49 30 340 60 66-03 (Montag bis Donnerstag, 8 bis 18 Uhr,
Freitag, 8 bis 12 Uhr)

Informationsmaterialien:

- Bundesministerium für Gesundheit
(erhältlich über www.gesundheitsministerium.de,
Menüpunkt „Service/Publikationen“)

3. HIV-/Aidsberatung/Informationen über sexuell übertragbare Krankheiten (STI)

Es gibt Krankheiten, die man beim Sex bekommen kann. Zum Beispiel HIV, Hepatitis und Syphilis. Kondome können vor einer Infektion schützen.

Eine HIV-Infektion kann heute mit Medikamenten sehr gut behandelt werden. Deshalb ist es wichtig, sich frühzeitig testen zu lassen. Andere sexuell übertragbare Krankheiten (STI) lassen sich umso einfacher und schneller behandeln, je frühzeitiger sie entdeckt und behandelt werden.

Informieren Sie sich kostenlos bei den zuständigen Beratungsstellen oder beim Gesundheitsamt und lassen Sie sich testen. Beratung und Test sind auch möglich, ohne dass Sie Ihren Namen nennen.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Gesundheitsamt
- pro familia
- Aidsberatungsstellen

Internet:

- www.aidshilfe.de
- www.liebesleben.de
- Bundesministerium für Gesundheit:
www.bundesgesundheitsministerium.de
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: www.bzga.de,
 - Menüpunkt „Programme und Aktivitäten/HIV/STI-Prävention“
 - Menüpunkt „Service/Beratungsstellen“
- www.profamilia.de, Menüpunkt „Beratungsstellen“

E-Mail:

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:
telefonberatung@bzga.de (in Deutsch)

Telefon:

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:
+49 221 892031 (Montag bis Donnerstag, 10 bis 22 Uhr, Freitag bis Sonntag, 10 bis 18 Uhr)
- Gesundheitszentrum für Migrantinnen und Migranten, Köln:
+49 221 420398-0 (Montag bis Donnerstag, 8:30 bis 17 Uhr, Freitag, 8:30 bis 15 Uhr, Informationen auch in Russisch und Türkisch)
- VIA-Afrikanerherz, Berlin: **+49 30 35050013**

Informationsmaterialien:

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (erhältlich über www.liebesleben.de, Menüpunkt „Infomaterial“)

4. Drogen- und Suchtberatung

Drogen, Alkohol, Nikotin, Medikamente, Glücksspiel, Essen, Internet und Konsum – viele Dinge können abhängig machen. Jede Sucht ist eine ernst zu nehmende Krankheit. Hilfesuchende und ihre Familien brauchen daher Rat und professionelle Hilfe. Sie sollten sich an eine Ärztin, an einen Arzt oder an eine Beratungsstelle wenden. Je schneller eine Sucht behandelt wird, desto besser sind die Chancen auf Heilung. Schnelle und anonyme Hilfe bieten auch viele Organisationen und Selbsthilfegruppen.



Hier können Sie sich informieren

Internet:

- Zu Beratungsstellen:
 - Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: **www.bzga.de**, Menüpunkt „Service/Beratungsstellen“
 - Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.: **www.dhs.de**, Menüpunkt „Suchthilfe“
- **www.caritas.de/onlineberatung**, Menüpunkt „Sucht“
- Fachverband Sucht e.V.: **www.sucht.de**
- **www.drugcom.de**, **www.kenn-dein-limit.de**, **www.rauchfrei-info.de**, **www.check-dein-spiel.de**, **www.ins-netz-gehen.de**

Telefon:

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:
 - Infotelefon zur Suchtvorbeugung: **+49 221 892031** (Montag bis Donnerstag, 10 bis 22 Uhr, Freitag bis Sonntag, 10 bis 18 Uhr)
 - Sucht & Drogen Hotline: **+49 1806 313031** (rund um die Uhr)

Informationsmaterialien:

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (erhältlich über **www.bzga.de**, Menüpunkt „Infomaterialien/Suchtvorbeugung“)
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (erhältlich über **www.dhs.de**, Menüpunkt „Informationsmaterial“)

5. Teilhabe von Menschen mit Behinderung

Der deutsche Staat fördert die gleichberechtigte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben von Menschen mit körperlicher, geistiger oder seelischer Behinderung. Schwerbehinderten steht im Arbeits- und Berufsleben besonderer Schutz zu, zum Beispiel bei Kündigung.

Sollten Sie von einer Behinderung oder Schwerbehinderung betroffen sein, erhalten Sie beim Versorgungsamt auf Antrag einen (Schwer-)Behindertenausweis, der den Grad Ihrer Behinderung belegt. Mit diesem Dokument erhalten Sie beispielsweise in öffentlichen Verkehrsmitteln Vergünstigungen.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Krankenkasse, Rentenversicherungsträger
- Agentur für Arbeit
- Stadt-, Gemeinde-, Kreisverwaltung: Sozialamt, Versorgungsamt
- Gemeinsame Servicestellen der Rehabilitationsträger

Internet:

- Bundesministerium für Arbeit und Soziales:
 - www.bmas.de, Menüpunkt „Themen/Teilhabe und Inklusion“:
 - www.einfach-teilhabe.de
- Beauftragter der Bundesregierung für die Belange von Menschen mit Behinderungen: www.behindertenbeauftragter.de
- Deutsche Rentenversicherung, Gemeinsame Servicestellen: www.reha-servicestellen.de

E-Mail:

- Bundesministerium für Arbeit und Soziales: info@bmas.bund.de, info.gehoerlos@bmas.bund.de

Telefon:

- Bundesministerium für Arbeit und Soziales
(Montag bis Donnerstag, 8 bis 20 Uhr):
 - Informationen für Menschen mit Behinderung:
+49 30 221911-006
 - Service für Gehörlose und Hörgeschädigte: Gebärdentelefon,
www.gebaerdentelefon.de/bmas

Informationsmaterialien:

- Publikationen des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (erhältlich über www.bmas.de, Menüpunkt „Service/Publikationen“):
 - **Ratgeber für Menschen mit Behinderungen**
 - **Rehabilitation und Teilhabe von Menschen mit Behinderungen** (Deutsch, Englisch und Französisch)
 - Menüpunkt „Service/Gesetze“: **Das Gesetz zur Gleichstellung behinderter Menschen**

X. Banken und Versicherungen

1. Geldgeschäfte und Zahlungsmittel

Viele Geldgeschäfte verlaufen in Deutschland ohne Bargeld. Für Zahlungen ohne Bargeld werden sogenannte Girokonten verwendet. Über ein Girokonto kann der komplette Zahlungsverkehr abgewickelt werden: Dem Konto kann Geld gutgeschrieben (zum Beispiel durch Überweisungen oder Bargeldeinzahlungen) und es kann Geld abgebucht werden (zum Beispiel durch Bargeldabhebungen, Kartenzahlungen, Überweisungen, Lastschriften, Daueraufträge). Das Girokonto dient insbesondere dazu, Rechnungen zu bezahlen und regelmäßige Ausgaben (Miete, Strom) zu begleichen. Auch Löhne und Gehälter werden direkt auf ein Girokonto überwiesen. Insbesondere wenn Sie berufstätig sind, sollten Sie daher bei einer Bank ein solches Konto einrichten.

Fragen Sie eine Bank Ihrer Wahl, wenn Sie ein Girokonto einrichten möchten. Erkundigen Sie sich genau nach den Bedingungen und Kosten. Diese können sehr unterschiedlich sein. Fragen Sie auch, welche Dokumente und Unterlagen Sie zur Eröffnung des Kontos mitbringen müssen.

Jede Verbraucherin und jeder Verbraucher hat grundsätzlich einen Anspruch auf ein sogenanntes Basiskonto, das bestimmte Mindestfunktionen erfüllen muss. Hierzu zählen die Ein- und Auszahlung von Bargeld, die Ausführung von Lastschriften, Überweisungen und Daueraufträgen sowie Kartenzahlungen. Die Bank darf für das Basiskonto angemessene Kontoführungsgebühren verlangen.

Kredite

Für größere Anschaffungen bieten Banken häufig Kredite an. Die Bank verlangt für das geliehene Geld aber in aller Regel Zinsen, die sehr hoch sein können. Überlegen Sie auch deshalb genau, bevor Sie einen Kreditvertrag abschließen. Denken Sie daran, dass Sie den Kredit vielleicht viele Jahre lang zurückzahlen müssen und dass sich auch Ihr Einkommen verändern kann. Informieren Sie sich genau, prüfen Sie, ob das Angebot seriös ist, und vergleichen Sie immer mehrere Angebote.

**TIPP**

Suchen Sie sich schnell professionelle Hilfe, wenn Sie merken, dass Sie einen Kredit nicht mehr abzahlen können. Eine Schuldnerberatung gibt es in jedem größeren Ort. Auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE) helfen Ihnen gern.

Dispositionscredit

Wenn Sie ein Girokonto haben, gewährt Ihnen Ihre Bank häufig einen sogenannten Dispositionscredit – auch Überziehungskredit genannt. Sie können damit bis zu einer vereinbarten Grenze mehr Geld ausgeben, als auf Ihrem Konto vorhanden ist. Damit sind Sie zwar für kurzfristige Ausgaben sehr flexibel. Jedoch sind die Zinsen für einen Überziehungskredit viel höher als normale Kreditzinsen. Er eignet sich daher nur, wenn Sie kurzfristig kleinere Beträge benötigen.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Verbraucherzentralen in den Ländern mit rund 200 Beratungsstellen in ganz Deutschland
- Sparkassen und Banken in Ihrer Nähe

Internet:

- Verbraucherzentralen: www.verbraucherzentrale.de

Telefon:

- Verbrauchertelefon der Bundesanstalt für Finanzdienstleistungsaufsicht (BaFin): **0800 2 100 500***

* nur innerhalb Deutschlands erreichbar, gebührenfrei

2. Gesetzliche Sozialversicherung

In Deutschland sind Personen, die gegen Arbeitsentgelt beschäftigt sind, grundsätzlich in den Schutz der gesetzlichen Sozialversicherung einbezogen. Die deutsche Sozialversicherung ist ein gesetzliches Versicherungssystem, das eine wirksame Absicherung vor großen Lebensrisiken und deren Folgen wie Krankheit, Unfall, Arbeitslosigkeit, Alter und Pflegebedürftigkeit bietet. Sie will jedem Einzelnen einen stabilen Lebensstandard garantieren, gibt Unterstützung und trägt die Rente, wenn die Menschen aus der Berufstätigkeit ausgeschieden sind.

Die Sozialversicherung ist eine Pflichtversicherung. Die Hälfte der Beiträge für die gesetzliche Sozialversicherung wird grundsätzlich vom Arbeitgeber bezahlt. Die andere Hälfte bezahlen Arbeitnehmende selbst. Sie wird automatisch vom Gehalt oder Lohn abgezogen. Es gibt unter anderem folgende Ausnahmen: Für die Pflegeversicherung zahlen in bestimmten Fällen Arbeitnehmende etwas mehr als Arbeitgeber, dafür bezahlen Arbeitgeber die kompletten Beiträge zur Unfallversicherung. Durch diese Beiträge erwerben Sie Ansprüche auf Leistungen aus den unterschiedlichen Bereichen der Sozialversicherung.

Der Beitrag zur Sozialversicherung richtet sich grundsätzlich nach dem Einkommen. Allerdings gilt für alle Bereiche, mit Ausnahme der Unfallversicherung, dass der Beitrag ab einer gewissen Einkommenshöhe nicht weiter ansteigt (sogenannte Beitragsbemessungsgrenze).



Hier können Sie sich informieren

Internet:

- Bundesministerium für Arbeit und Soziales: www.bmas.de, Menüpunkte „Themen/Soziale Sicherung“ und „Themen/Rente“
- Spitzenverbände der deutschen Sozialversicherung: www.dsv-europa.de

E-Mail:

- Bundesministerium für Arbeit und Soziales: info@bmas.bund.de

Informationsmaterialien:

- Bundesministerium für Arbeit und Soziales (erhältlich über www.bmas.de, Menüpunkt „Publikationen“):
 - **Soziale Sicherung im Überblick** (Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch und Türkisch)
 - **Sozialhilfe und Grundsicherung**

Rentenversicherung

Grundsätzlich sind Arbeitnehmende in der gesetzlichen Rentenversicherung pflichtversichert. Durch die Rentenversicherung sind Sie im Alter finanziell abgesichert. Um eine Rente im Alter zu erhalten, müssen mindestens fünf Jahre Beiträge gezahlt worden sein. Derzeit wird das Rentenalter stufenweise angehoben. Aktuell können Sie in der Regel ab einem Alter von 65 Jahren und 8 Monaten (Geburtsjahrgang 1954) eine Altersrente in Anspruch nehmen; danach wird das Rentenalter stufenweise auf 67 Jahre angehoben; ab dem Jahr 2031 gilt diese Altersgrenze dann für alle, die ab 1964 geboren sind. Allerdings wird es auch dann Ausnahmen geben, zum Beispiel für Menschen, die besonders lange Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung entrichtet haben. Die Rentenversicherung unterstützt Sie auch, wenn Sie im Laufe des Arbeitslebens erwerbsgemindert werden, das heißt, wenn Sie aufgrund einer Krankheit oder einer Behinderung auf nicht absehbare Zeit ganz oder teilweise außerstande sind, unter den üblichen Bedingungen des allgemeinen Arbeitsmarktes erwerbstätig zu sein, oder wenn Sie Witwe/Witwer oder Waise sind.

WICHTIGER HINWEIS

Die gesetzliche Rente ist geringer als das Einkommen während der Berufstätigkeit. Um Ihren Lebensstandard im Alter halten zu können, sollten Sie die gesetzliche Rentenversicherung durch eine private Vorsorge ergänzen.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Stadt-, Gemeinde-, Kreisverwaltung: Versicherungsamt
- Verbraucherzentralen in den Ländern mit rund 200 Beratungsstellen in ganz Deutschland
- Auskunft- und Beratungsstellen der Deutschen Rentenversicherung

Internet:

- Bundesministerium für Arbeit und Soziales: www.bmas.de, Menüpunkt „Themen/Rente“
- Deutsche Rentenversicherung: www.deutsche-rentenversicherung.de
- Verbraucherzentralen: www.verbraucherzentrale.de, Menüpunkt „Geld & Versicherungen“

E-Mail:

- Bundesministerium für Arbeit und Soziales: info@bmas.bund.de
- Deutsche Rentenversicherung: info@deutsche-rentenversicherung.de

Telefon:

- Servicetelefon der Deutschen Rentenversicherung: **0800 1000 4800*** (Montag bis Donnerstag, 7:30 bis 19:30 Uhr, Freitag, 7:30 bis 15:30 Uhr)
- Bürgertelefon des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales zum Thema „Rente“: **+49 30 221 911-001**

* nur innerhalb Deutschlands erreichbar, gebührenfrei

Informationsmaterialien:

- Broschüren des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (erhältlich über www.bmas.de, Menüpunkt „Publikationen“):
 - **Ratgeber zur Rente**
 - **Erwerbsminderungsrente**
 - **Zusätzliche Altersvorsorge**

Krankenversicherung

Die gesetzliche Krankenversicherung hilft Ihnen und Ihrer Familie, wenn Sie krank sind. Außerdem übernimmt sie viele Kosten für die Gesundheitsvorsorge (zum Beispiel beim Zahnarzt), bezahlt Rehabilitationsmaßnahmen und übernimmt die Kosten für die Geburt Ihrer Kinder. Wenn Sie wegen einer Krankheit längere Zeit nicht arbeiten können und deshalb kein Gehalt von Ihrem Arbeitgeber bekommen, zahlt die gesetzliche Krankenkasse Ihnen ein sogenanntes Krankengeld als Ausgleich.

Für Arbeitnehmende ist die gesetzliche Krankenversicherung bis zu einer bestimmten Einkommensgrenze (allgemeine beziehungsweise besondere Jahresarbeitsentgeltgrenze) Pflicht. Oberhalb dieser Grenze können Sie wählen, ob Sie Mitglied der gesetzlichen oder einer privaten Krankenversicherung sein möchten. Eine von diesen beiden Varianten müssen Sie wählen. Es ist nicht möglich, ganz auf Krankenversicherungsschutz zu verzichten.

TIPP

Auch wenn Sie selbstständig sind, können Sie frei entscheiden, ob Sie in der gesetzlichen Krankenversicherung oder in einer privaten versichert sein möchten. Private Krankenversicherungen unterscheiden sich jedoch oft in ihren Beiträgen und Leistungen – informieren Sie sich genau und vergleichen Sie immer mehrere Angebote! Auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer helfen Ihnen gern.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Krankenkassen und Versicherungsämter
- Verbraucherzentralen in den Ländern mit rund 200 Beratungsstellen in ganz Deutschland

Internet:

- Bundesministerium für Gesundheit:
www.bundesgesundheitsministerium.de
- Verbraucherzentralen: **www.verbraucherzentrale.de**
- Übersicht über die gesetzlichen Krankenversicherungen des GKV-Spitzenverbandes: **www.gkv-spitzenverband.de**, Menüpunkt „Krankenkassenliste“

E-Mail:

- Bundesministerium für Gesundheit: **poststelle@bmg.bund.de**
- Beratungsservice für Gehörlose und Hörgeschädigte:
info.gehoerlos@bmg.bund.de

Telefon:

- Bundesministerium für Gesundheit: Bürgertelefon zum Thema „Krankenversicherung“: **+49 30 340 60 66-01** (Montag bis Donnerstag, 8 bis 18 Uhr, Freitag, 8 bis 12 Uhr)
- Beratungsservice für Gehörlose und Hörgeschädigte:
Videotelefonie: **www.gebaerdentelefon.de/bmg/**
Telefax: **+49 30 340 60 66-07**

Informationsmaterialien:

- Bundesministerium für Gesundheit (erhältlich unter **www.bundesgesundheitsministerium.de**, Menüpunkt „Service/Unsere Publikationen“):
 - **Ratgeber Krankenversicherung – Alles was Sie zum Thema Krankenversicherung wissen sollten**
 - **Ratgeber Krankenhaus – Was Sie zum Thema Krankenhaus wissen sollten**

Pflegeversicherung

Die Pflegeversicherung hilft Ihnen, wenn Sie sich im Alter oder aufgrund einer schweren Krankheit nicht mehr selbst versorgen können und auf Pflege angewiesen sind. Die Pflegeversicherung unterstützt Pflegebedürftige sowie ihre pflegenden Angehörigen finanziell und durch Beratung. Wenn Sie Leistungen in Anspruch nehmen möchten, müssen Sie bei Ihrer Pflegeversicherung einen Antrag stellen.

Wenn Sie in der gesetzlichen Krankenversicherung versichert sind, gehören Sie automatisch der sozialen Pflegeversicherung an. Sind Sie hingegen in einer privaten Krankenversicherung versichert, müssen Sie auch eine private Pflege-Pflichtversicherung abschließen.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Krankenkasse oder private Versicherung
- Verbraucherzentralen in den Ländern mit rund 200 Beratungsstellen in ganz Deutschland

Internet:

- Bundesministerium für Gesundheit:
www.bundesgesundheitsministerium.de
- Verbraucherzentralen: **www.verbraucherzentrale.de**

E-Mail:

- Bundesministerium für Gesundheit: **poststelle@bmg.bund.de**
- Beratungsservice für Gehörlose und Hörgeschädigte:
info.gehoerlos@bmg.bund.de

Telefon:

- Bundesministerium für Gesundheit: Bürgertelefon zum Thema „Pflegeversicherung“: **+49 30 340 60 66-02** (Montag bis Donnerstag, 8 bis 18 Uhr, Freitag, 8 bis 12 Uhr)
- Beratungsservice für Gehörlose und Hörgeschädigte:
Videotelefonie: **www.gebaerdentelefon.de/bmg/**
Telefax: **+49 30 340 60 66-07**

Informationsmaterialien:

- Bundesministerium für Gesundheit (erhältlich unter www.bundesgesundheitsministerium.de, Menüpunkt „Service/ Unsere Publikationen“):
 - **Ratgeber Pflege – Alles, was Sie zum Thema Pflege wissen sollten**
 - **Ratgeber Demenz – Informationen für die häusliche Pflege von Menschen mit Demenz**
 - **Pflegeleistungen zum Nachschlagen**

Unfallversicherung

Die gesetzliche Unfallversicherung hilft Ihnen und Ihrer Familie dabei, gesundheitliche und finanzielle Probleme zu lösen, die unmittelbare Folge von Arbeitsunfällen oder Berufskrankheiten sind. Zu den Arbeitsunfällen zählen auch Unfälle auf dem Weg zur Arbeit oder zur Schule sowie von der Arbeit oder der Schule nach Hause.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Arbeitgeber, Unfallversicherungsträger

Internet:

- Bundesministerium für Arbeit und Soziales: www.bmas.de
- Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) – Spitzenverband der Berufsgenossenschaften und Unfallkassen: www.dguv.de

Arbeitslosenversicherung

Wer in Deutschland unverschuldet arbeitslos wird, ist nicht auf sich allein gestellt, sondern erhält Unterstützung vom Staat. Sie bekommen dabei aber nicht nur finanzielle Hilfe. Sie haben auch die Möglichkeit, zur Jobsuche die Vermittlungsdienstleistungen der Bundesagentur für Arbeit in Anspruch zu nehmen. Falls notwendig, können Sie an Maßnahmen zur

beruflichen Eingliederung teilnehmen (beispielsweise Aus- und Weiterbildung) und hierfür gegebenenfalls Förderleistungen erhalten.

Arbeitslosengeld

Wenn Sie Ihren Arbeitsplatz verlieren und davor, innerhalb einer Frist von 30 Monaten vor der Arbeitslosmeldung, mindestens zwölf Monate versicherungspflichtig beschäftigt waren, können Sie einen Antrag auf Arbeitslosengeld stellen. Die Bundesagentur für Arbeit prüft, ob Sie die Voraussetzungen erfüllen. Arbeitslosengeld erhalten Sie für maximal zwölf Monate, ab einem Alter von 50 Jahren für maximal 15 Monate, ab einem Alter von 55 Jahren für maximal 18 Monate und ab einem Alter von 58 Jahren für maximal 24 Monate.

WICHTIGER HINWEIS

Spätestens drei Monate bevor Ihre Beschäftigung endet, müssen Sie sich persönlich bei der Agentur für Arbeit vor Ort melden und mitteilen, dass Sie Arbeit suchen. Wenn Sie sich nicht rechtzeitig melden, kann eine Sperrzeit von einer Woche eintreten, während der Sie kein Arbeitslosengeld erhalten. Wenn Sie die Frist nicht einhalten können, weil Sie sehr kurzfristig erfahren, dass Sie Ihren Arbeitsplatz verlieren werden, müssen Sie sich spätestens am dritten Tag melden, nachdem Sie von der Kündigung erfahren haben.

Unterstützung durch Arbeitslosengeld II

Auch wer keine Leistungen aus der Arbeitslosenversicherung beanspruchen kann, hat bei Hilfebedürftigkeit unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf Unterstützung. Für erwerbsfähige Personen – also Menschen, die arbeiten können – und die Mitglieder ihrer Bedarfsgemeinschaft (zusammenlebende Familienangehörige) stellt die Grundsicherung für Arbeitsuchende eine solche Unterstützung dar. Die Leistungen der Grundsicherung für Arbeitsuchende umfassen neben der Beratung und der Sicherung des Lebensunterhalts, zum Beispiel Arbeitslosengeld II, Sozialgeld und gegebenenfalls Leistungen für Bildung und Teilhabe, Leistungen zur Eingliederung in Ausbildung oder Arbeit. Voraussetzung ist zunächst, dass die Mitglieder der jeweiligen Bedarfsgemeinschaft ihren Lebensunterhalt insgesamt nicht oder nicht ausreichend aus eigenem Einkommen oder

Vermögen sichern können. Bei ausländischen Personen kommt es zudem auf den Aufenthaltsstatus an. So sind zum Beispiel Ausländerinnen und Ausländer ohne Aufenthaltsrecht oder mit einem Aufenthaltsrecht, welches allein der Arbeitssuche dient, vom Leistungsbezug ausgeschlossen.

Weitere Informationen zu den genannten Leistungen und den genauen Regelungen erhalten Sie unter anderem von der Bundesagentur für Arbeit und den Jobcentern. Außerdem helfen Ihnen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer gern weiter.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Agentur für Arbeit
- Jobcenter
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)

Internet:

- Bundesagentur für Arbeit: **www.arbeitsagentur.de**

Telefon:

- Service-Center der Agentur für Arbeit: **0800 4 5555 00***
(Montag bis Freitag, 8 bis 18 Uhr)

Informationsmaterialien:

- Bundesagentur für Arbeit (erhältlich über **www.arbeitsagentur.de**, Menüpunkte „Download-Center“ oder „Für Menschen aus dem Ausland“)

* nur innerhalb Deutschlands erreichbar, gebührenfrei

3. Sach- und Personenversicherungen

Neben den gesetzlichen Versicherungen gibt es viele private Versicherungen, zum Beispiel:

- Privathaftpflichtversicherung
- Hausratversicherung
- Berufsunfähigkeitsversicherung
- Lebensversicherung
- Kfz-Haftpflichtversicherung

Jede Versicherung kostet Geld. Sie sollten gut überlegen, was Sie wirklich brauchen, bevor Sie eine Versicherung abschließen. Wenn Sie ein Auto oder ein Motorrad besitzen, sind Sie verpflichtet, eine Kfz-Haftpflichtversicherung abzuschließen. Sehr wichtig ist auch die Privathaftpflichtversicherung. Sie zahlt, wenn Sie einem anderen Menschen unbeabsichtigt materiellen Schaden zugefügt haben.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Verbraucherzentralen in den Ländern mit rund 200 Beratungsstellen in ganz Deutschland
- Versicherungen

Internet:

- Bundesanstalt für Finanzdienstleistungsaufsicht: www.bafin.de
- Verbraucherzentralen: www.verbraucherzentrale.de

Telefon:

- Verbrauchertelefon der Bundesanstalt für Finanzdienstleistungsaufsicht: **+49 228 29970299** (Montag bis Freitag, 8 bis 18 Uhr)

XI. Einkaufen und Verbraucherschutz

1. Einkaufen und Bezahlen

Lebensmittel und andere Dinge des täglichen Bedarfs können Sie in Lebensmittelmärkten, Einkaufszentren oder Fachgeschäften kaufen. Beachten Sie jedoch: Gleiche oder ähnliche Waren haben in verschiedenen Läden häufig unterschiedliche Preise. Besonders günstige Preise – Sonderangebote – gelten oft nur für kurze Zeit. Es lohnt sich daher, sich genau zu informieren sowie Qualität und Preise zu vergleichen.

Bei größeren Anschaffungen kann es sinnvoll sein, Testberichte zu den Produkten zu lesen. Es gibt viele Möglichkeiten, um herauszufinden, wie gut ein Angebot wirklich ist. Informationen und Produktbewertungen in Presseberichten, Fachmagazinen oder Veröffentlichungen im Internet bieten insbesondere die Stiftung Warentest und die Verbraucherzentralen der Länder an.

Ladenöffnungszeiten

Die Geschäfte haben in Deutschland nicht überall gleich lange geöffnet, die Öffnungszeiten unterscheiden sich in den einzelnen Bundesländern. In der Regel sind die Geschäfte von Montag bis Samstag von 9 bis 20 Uhr geöffnet.

Einkäufe bezahlen

Sie können nahezu überall in Deutschland mit Bargeld bezahlen. Die Möglichkeit, bargeldlos zu bezahlen, besteht ebenfalls vielfach. Haben Sie ein Konto bei einer Bank oder einer Sparkasse, wird Ihnen häufig eine Giro-card oder eine Kreditkarte ausgestellt (zum Teil gegen Gebühr), mit der Sie bezahlen können. Der bezahlte Betrag wird dann automatisch von Ihrem Konto abgebucht (vergleiche dazu auch Kapitel X „Banken und Versicherungen“).



Einkaufen im Internet

Viele Waren kann man heute auch über das Internet bestellen. Allerdings sind nicht alle Angebote im Internet seriös. Sie sollten deshalb gerade bei Einkäufen im Internet und bei Internetauktionen vorsichtig sein. Weitere Informationen hierzu finden Sie im Kapitel III, Punkt 4 „Das Internet als Informationsquelle“. Auf sichere Art können Sie im Internet einkaufen, wenn Sie zum Beispiel erst dann bezahlen müssen, wenn die Ware und die Rechnung bei Ihnen angekommen sind. Ebenfalls sicher ist das sogenannte Lastschriftverfahren, bei dem das Geld direkt von Ihrem Bankkonto abgebucht wird (vergleiche dazu auch Kapitel X „Banken und Versicherungen“). Hierzu müssen Sie zuvor die Erlaubnis geben. Das Verfahren hat den Vorteil, dass Sie in der Regel Ihr Geld innerhalb von acht Wochen von Ihrer Bank zurückholen lassen können.

TIPP



Wenn Sie Opfer eines Betrugs im Internet geworden sind, sollten Sie so schnell wie möglich Anzeige bei der Polizei erstatten und den Betreiber der Internetseite informieren. Verlieren Sie dabei keine Zeit – bei der Suche nach der Betrügerin oder dem Betrüger zählt jeder Tag.

WICHTIGER HINWEIS

Vorsicht bei Gewinnspielen

Seien Sie vorsichtig, wenn Sie Ihre Adresse angeben sollen. Bei Gewinnspielen werden oftmals Adressen gesammelt. Hinterher erhalten die betroffenen Kunden Werbung in großer Menge per Post, per E-Mail oder per Telefon. Viele Menschen fühlen sich davon belästigt. Auch Kunden- und Bonuskarten können dazu dienen, Adressen für unerwünschte Werbung zu sammeln.

2. Gewährleistung und Garantie

Jede Verkäuferin oder jeder Verkäufer muss sicherstellen, dass die Kundin oder der Kunde die Ware frei von Mängeln erhält. Bemerkt die Kundin oder der Kunde innerhalb von zwei Jahren nach der Ablieferung Mängel oder Fehler, die schon beim Erhalt der Ware vorhanden waren, hat er einen gesetzlichen Anspruch auf Gewährleistung. Das gilt auch bei reduzierter Ware und Sonderangeboten. Diesen Anspruch haben Sie natürlich nicht, wenn sich ein Produkt durch den Gebrauch abgenutzt hat. Wenn in den ersten sechs Monaten nach einem Kauf zwischen einem Unternehmer und einem Verbraucher ein Mangel auftaucht, muss die Verkäuferin oder der Verkäufer beweisen, dass die Ware ohne Fehler oder Mangel an Sie verkauft wurde. Wenn mehr als sechs Monate vergangen sind, müssen Sie als Kundin oder Kunde nachweisen, dass die Ware von Beginn an fehlerhaft war.

Umtauschen

Ein Umtausch ist immer freiwillig. Kein Geschäft muss gekaufte Ware umtauschen, wenn kein Mangel vorliegt.



TIPP

Wenn Sie die gekaufte Ware wegen eines Mangels zurückgeben oder umtauschen möchten, brauchen Sie dafür keine Originalverpackung. Niemand kann von Ihnen verlangen, Kartons oder Plastikfolien aufzubewahren. Auch den Kassenschein brauchen Sie nicht unbedingt. Der Bon macht es jedoch leichter zu beweisen, wo und wann ein Produkt gekauft wurde. Als Beweis kann auch ein Kontoauszug oder eine Zeugenaussage dienen.

WICHTIGER HINWEIS

Garantie und Gewährleistung sind nicht das Gleiche. Als Garantie wird das Versprechen eines Herstellers bezeichnet, dass sein Produkt über bestimmte Eigenschaften verfügt und/oder für eine bestimmte Dauer funktioniert. Jede Garantie ist freiwillig. Kein Hersteller muss eine Garantie für seine Ware geben.

3. „Haustürgeschäfte“ und per Brief, E-Mail oder im Internet geschlossene Verträge

Ein Vertrag ist schnell abgeschlossen und unterschrieben – manchmal zu schnell, vor allem im Internet, am Telefon oder an der Haustüre. Deshalb haben Sie bei solchen Verträgen als Verbraucher in der Regel ein gesetzliches Widerrufsrecht von 14 Tagen. Das bedeutet, dass Sie Ihre Vertragserklärung widerrufen können. Sie sind dann an den Vertrag nicht mehr gebunden. Ihren Widerruf müssen Sie nicht begründen. Aus Beweisgründen empfiehlt es sich jedoch, den Widerruf in Textform (also beispielsweise per Brief oder E-Mail) zu erklären. Sollten dennoch Probleme auftreten, können Sie sich an eine Verbraucherzentrale (www.verbraucherzentrale.de) wenden.

Grundsätzlich gilt: Unterschreiben Sie nichts, was Sie nicht wirklich verstanden haben. Informieren Sie sich vor dem Kauf, ob und wie Sie den Vertrag widerrufen können und welche Ausnahmen es gibt (zum Beispiel bei Hotelbuchungen). Meist haben Sie nur 14 Tage Zeit, um den Widerruf zu erklären. Warten Sie deshalb nicht zu lange, wenn Sie einen Vertrag widerrufen möchten.



CHECKLISTE

Diese Regelung gilt im Allgemeinen für:

- Vereinbarungen, die an Ihrem Arbeitsplatz, in einer Privatwohnung, am Telefon, auf der Straße oder in Verkehrsmitteln getroffen wurden,
- (Kauf-)Verträge, die zwar in Geschäftsräumen geschlossen werden, bei denen Sie aber vorher außerhalb der Geschäftsräume persönlich und individuell vom Unternehmer angesprochen worden sind,
- (Kauf-)Verträge, die im Internet abgeschlossen wurden,
- Katalogbestellungen,
- Vereinbarungen, die per Brief oder E-Mail geschlossen wurden,
- Vereinbarungen, die auf Verkaufsausflügen (häufig Kaffeefahrten genannt) getroffen wurden.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Verbraucherzentralen in den Ländern mit rund 200 Beratungsstellen in ganz Deutschland
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Produkttests im Fernsehen, im Internet und in Zeitungen, insbesondere in der Zeitschrift „test“ der Stiftung Warentest

Internet:

- Stiftung Warentest: **www.test.de**
- Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz: **www.bmju.de**
- Verbraucherzentrale Bundesverband e. V. (Dachorganisation der 16 Verbraucherzentralen der Länder und von 26 verbraucherpolitisch orientierten Verbänden): **www.vzbv.de**
- Bundeszentrum für Ernährung (BZfE): **www.bzfe.de**
- Bundesinformationszentrum Landwirtschaft (BZL): **www.ble.de**, Menüpunkt „Das BLZ“
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.: **www.dge.de**
- Verbraucherzentralen: **www.verbraucherzentrale.de**
- Handbook Germany: **www.handbookgermany.de**

Informationsmaterialien:

- Informationsbroschüre „**Ratgeber Verbraucherschutz kompakt – Guter Rat in Alltagsfragen**“
(erhältlich über **www.bundesregierung.de**, Menüpunkt „Service/Publikationen der Bundesregierung“)



XII. Verbände und Organisationen

1. Vereine und Verbände

In Deutschland gibt es Tausende verschiedene Vereine und Verbände. Das sind Organisationen von Menschen mit gemeinsamen Zielen oder Interessen. Viele Menschen übernehmen ehrenamtlich, das heißt freiwillig und ohne Bezahlung, eine Aufgabe in einem Verein oder sind Mitglied. Darunter sind auch viele Kinder und Jugendliche. Als Mitglied eines Vereins können Sie dessen Angebot nutzen und dabei auch viele Menschen mit ähnlichen Interessen kennenlernen. Einige Vereine erheben für die Mitgliedschaft einen kleinen Beitrag.

Die Themen, zu denen Verbände und Vereine (auch Clubs genannt) gegründet werden, können ganz unterschiedlicher Art sein. Es gibt zum Beispiel:

- Sportvereine
- Musikvereine
- soziale Vereine
- Jugendclubs

- Elternvereine
- Tierschutzvereine
- Kunstvereine
- Kochclubs
- Computerclubs

Viele Vereine, Verbände und Selbsthilfegruppen unterstützen Familien. Ob beispielsweise bei Problemen mit Ihren Kindern, bei Krankheit oder wenn einfache Hilfestellungen im Alltag nötig sind: Die Palette an Unterstützungsmöglichkeiten ist vielfältig. Informieren Sie sich, welche Organisationen bei Ihnen aktiv sind.



TIPP

Wer Kontakt zu Menschen in seiner Umgebung sucht und sich für seine Gemeinde und die Menschen einsetzt, die dort leben, fühlt sich schneller in der neuen Heimat wohl. Nehmen Sie deshalb das Angebot der Vereine an Ihrem neuen Wohnort wahr.

Wenn Sie sich in einem Verein engagieren und Mitglied werden möchten, aber nicht wissen, welche Vereine es bei Ihnen vor Ort gibt, können Ihnen das Bürgeramt/die Bürgerinformation und die Internetseite Ihres Wohnorts Auskunft geben. Bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen und Ihrer Freiwilligenagentur vor Ort können Sie sich über die Vereinslandschaft und die Möglichkeiten für ehrenamtliches Engagement vor Ort informieren.

Für Kinder und Jugendliche bieten Jugendverbände vielfältige Möglichkeiten, sich zu engagieren und die Freizeit gemeinschaftlich zu gestalten. Jugendverbände sind Zusammenschlüsse von Jugendlichen mit gemeinsamen Interessen oder Zielen in ganz unterschiedlichen Themenfeldern. Informationen zu den Angeboten vor Ort erhalten Sie bei den Stadt- und Kreisjugendringen in Ihrer Region.

Sportvereine vor Ort

Einige Sportvereine machen auch gezielt Angebote für Menschen, die neu in Deutschland sind. Sie versuchen, ihnen den Einstieg in neue Gruppen zu erleichtern, und beraten über den Sport hinaus bei alltäglichen Fragen. Sie finden diese Stützpunktvereine sowie weitere Informationen zum

Programm „Integration durch Sport“ des Deutschen Olympischen Sportbundes unter www.integration-durch-sport.de.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Bürgeramt/Bürgerinformation
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)

Internet:

- Verbandsforum: www.verbandsforum.de
- Deutscher Bundesjugendring:
www.dbjr.de/ueber-uns/mitgliedsorganisationen/
- Bundesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen:
www.bagfa.de

2. Migrantenorganisationen

In Deutschland gibt es viele Organisationen, in denen sich Menschen mit Migrationshintergrund zusammenschließen. Die meisten Migrantenorganisationen sind auf lokaler Ebene als Verein engagiert und arbeiten ehrenamtlich. Darüber hinaus gibt es einige bundesweite Dachverbände. Viele von ihnen – ob klein oder groß, lokal oder bundesweit aktiv – setzen sich für die Integration von Zuwanderinnen und Zuwanderern ein. Einen wichtigen Beitrag dazu leisten Elternvereine, in denen sich Eltern mit Migrationshintergrund zusammen für die Bildung ihrer Kinder engagieren.

Die Mitglieder von Migrantenorganisationen verfügen oft selbst über Migrationserfahrung und können deshalb anderen Menschen, die neu nach Deutschland kommen, besonders gut helfen, sich in Deutschland einzuleben.

So unterschiedlich und vielfältig wie Migrantinnen und Migranten selbst sind, sind auch ihre Organisationen. Es gibt beispielsweise:

- Freizeit- und Sportvereine
- Kulturvereine

- religiöse Vereine
- Arbeitervereine
- politische Vereine
- Studierendenvereinigungen
- Unternehmerverbände
- Elternvereine

Migrantenorganisationen haben häufig ein vielfältiges Angebot, zum Beispiel:

- Dolmetscherdienste
- Beratung
- Veranstaltungen
- Kurse und Fortbildungsveranstaltungen
- Angebote im Bildungsbereich, etwa Hausaufgabenbetreuung
- Elternbildung
- Integrationsprojekte

Sie vertreten außerdem die Interessen ihrer Mitglieder. Immer häufiger werden sie zu wichtigen Ansprechpartnern von Politik, Wirtschaft und Verwaltung.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Büros der lokalen Migrantenorganisationen
- Integrationsbeauftragte/Integrationsbeauftragter Ihrer Gemeinde oder kommunale Migrationsbüros
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)

Internet:

- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge:
www.bamf.de/migrantenorganisationen
- Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat:
www.bmi.bund.de, Menüpunkt „Themen/Heimat & Integration/Integration/Migrantenorganisationen“
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:
www.bmfsfj.de, Menüpunkt „Themen/Gleichstellung/Gleichstellung und Teilhabe/Migrantinnenorganisationen in Deutschland“

XIII. Leben in Deutschland

1. Politische und rechtliche Ordnung

Das Grundgesetz ist die Verfassung der Bundesrepublik Deutschland. Es ist die wichtigste rechtliche Grundlage des Zusammenlebens in Deutschland.

Grundrechte

Die Artikel 1 bis 19 des Grundgesetzes sichern die Grundrechte der und des Einzelnen gegenüber dem Staat. Besonders wichtige Grundrechte sind:

- Schutz der Menschenwürde
- Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit
- Gleichheit aller vor dem Gesetz
- Glaubensfreiheit
- Meinungsfreiheit
- Versammlungsfreiheit
- Berufsfreiheit
- Gewährleistung von Eigentum und Erbrecht
- Pressefreiheit

Artikel 20 beschreibt die wichtigsten Prinzipien, nach denen das politische System der Bundesrepublik Deutschland aufgebaut ist:

- Bundesstaat
- Demokratie
- Rechtsstaat
- Sozialstaat



Bundesstaat

Deutschland ist ein Bundesstaat, der aus 16 Bundesländern besteht:

- Baden-Württemberg
- Bayern
- Berlin
- Brandenburg
- Bremen
- Hamburg
- Hessen
- Mecklenburg-Vorpommern
- Niedersachsen
- Nordrhein-Westfalen
- Rheinland-Pfalz
- Saarland
- Sachsen
- Sachsen-Anhalt
- Schleswig-Holstein
- Thüringen

Demokratie

Deutschland ist ein demokratischer Staat, das heißt, alle Staatsgewalt geht vom Volk aus. Es übt sie aus durch:

- Wahlen
- Abstimmungen
- Organe der Gesetzgebung (Parlament)
- Organe der vollziehenden Gewalt (Regierung und Verwaltung)
- Organe der Rechtsprechung (Gerichte)

Der Bundestag (Parlament) ist die gewählte Vertretung des Volkes.

Sozialstaat

Deutschland ist ein Sozialstaat. Das bedeutet: Grundsätzlich sollte jede Bürgerin und jeder Bürger durch Arbeit selbst für ihren/seinen Lebensunterhalt sorgen. Der Staat hilft jedoch Menschen, die nicht oder nur eingeschränkt in der Lage sind, ihre Lebensgrundlage aus eigener Kraft zu sichern. Er gleicht Benachteiligungen aus. Es gibt eine Reihe staatlicher Sozialleistungen. Zu den wichtigsten zählen die gesetzliche Sozialversicherung und das Arbeitslosengeld II (siehe Kapitel X „Banken und Versicherungen“), aber auch das Kindergeld (siehe Kapitel VII „Kinder und Familie“).



Hier können Sie sich informieren

Internet:

- Bundeszentrale für politische Bildung: www.bpb.de

Informationsmaterialien:

- Informationen der Bundeszentrale für politische Bildung in gedruckter Form erhältlich unter www.bpb.de, Menüpunkt „Shop“

2. Parteien und politische Beteiligung

Parteien

Jede Bürgerin und jeder Bürger hat die Möglichkeit, sich in Deutschland am politischen Leben zu beteiligen und auf die Politik – vor Ort, im Bundesland und auf Bundesebene – Einfluss zu nehmen. Eine wichtige Möglichkeit dazu ist die Mitarbeit in Interessenverbänden, Bürgerinitiativen, Gewerkschaften und Parteien.

Die Parteien stellen die Kandidatinnen und Kandidaten für die Wahlen zu den Parlamenten vor Ort, auf Landes-, Bundes- und europäischer Ebene. Das sind unter anderem:

- Gemeinde- und Stadtrat
- Landtag
- Bundestag
- Europäisches Parlament

Die politischen Parteien in Deutschland haben jeweils unterschiedliche Positionen und politische Programme. Auf den Internetseiten der Parteien können Sie sich über ihre Standpunkte zu einzelnen Themen informieren.

Wahlen

Wahlen sind in Deutschland allgemein, unmittelbar, frei, gleich und geheim. Das bedeutet:

- **allgemein:** Alle deutschen Staatsbürgerinnen und Staatsbürger dürfen wählen und gewählt werden, wenn sie mindestens 18 Jahre alt sind. In einigen Bundesländern liegt das Mindestwahlalter bei Landtags- und Kommunalwahlen bei 16 Jahren.
- **unmittelbar:** Das Volk wählt die Abgeordneten direkt oder über eine Liste und nicht mittelbar über Wahlleute.
- **frei:** Niemand darf Druck auf die Wählerinnen und Wähler ausüben, eine bestimmte Kandidatin oder einen bestimmten Kandidaten zu wählen. Es gibt keine Wahlpflicht.
- **gleich:** Jede Stimme zählt gleich viel.
- **geheim:** Es bleibt geheim, wie die einzelne Wählerin oder der einzelne Wähler abgestimmt hat. Veröffentlicht wird nur das Gesamtergebnis.

Wenn Sie die deutsche Staatsangehörigkeit besitzen, können Sie an allen Wahlen teilnehmen. Wenn Sie als Bürgerin oder Bürger eines anderen EU-Landes seit mehr als drei Monaten in Deutschland leben, können Sie sich an den Gemeinde- und Stadtratswahlen sowie den Wahlen zum Europäischen Parlament beteiligen.

Die Wahl zum Bundestag und zu den meisten Landtagen funktioniert so: Jede Wählerin und jeder Wähler hat zwei Stimmen, die Erst- und die Zweitstimme. Mit ihrer Erststimme stimmen die Wählerinnen und Wähler für eine Kandidatin oder einen Kandidaten aus ihrem Wahlkreis (Mehrheitswahl). Die Zweitstimme geben sie für die Liste einer Partei (Verhältnisswahl). Das Ergebnis aller Zweitstimmen entscheidet vereinfacht gesprochen darüber, wie hoch der Anteil einer bestimmten Partei in den Parlamenten jeweils ist. Die Wahlen der Gemeindevertretungen sind per Landesgesetz geregelt. Ihre Ausgestaltung kann daher unterschiedlich sein, folgt aber den oben genannten Grundsätzen der allgemeinen, unmittelbaren, freien, gleichen und geheimen Wahl.

3. Integrationsräte und -beiräte

Als politische Interessenvertretung von Migrantinnen und Migranten gibt es in fast allen Gemeinden Integrations(bei)räte – in manchen Gemeinden heißen sie auch Ausländer- oder Migrations(bei)räte. Sie beraten den Gemeinde- beziehungsweise Stadtrat in allen Fragen, die Migrantinnen und Migranten und das Thema Integration betreffen. In vielen Gemeinden haben sie Antrags- und Rederecht.

Darüber hinaus helfen sie auch den Migrantinnen und Migranten selbst bei allen wichtigen Themen, wie zum Beispiel in sozialen, kulturellen und asylrechtlichen Fragen.

Die Integrations(bei)räte werden in der Regel von allen Migrantinnen und Migranten einer Gemeinde gewählt.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Büro des Integrations(bei)rats vor Ort
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Jugendmigrationsdienste (JMD)

Internet:

- Bundeszuwanderungs- und Integrationsrat:
www.bzi-bundesintegrationsrat.de

4. Religion

In Deutschland garantiert die Verfassung jedem Menschen Religionsfreiheit. Seine Religion frei zu wählen, sie gemeinsam mit anderen zu bekennen, aber auch gar keine Religion zu wählen – all das gehört zur Religionsfreiheit. Zentraler Inhalt der Religionsfreiheit ist, dass alle Religionen gleich behandelt werden. Daher gibt es nach dem Grundgesetz keine Staatskirche. Der Staat hat sich gegenüber den Religionen neutral zu verhalten; er darf keine Religion bevorzugen oder benachteiligen. Es besteht aber eine partnerschaftliche Kooperation zwischen Staat und Religionsgemeinschaften.

Die große Mehrheit der Menschen in Deutschland ist christlichen Glaubens: Über 22 Millionen Menschen in Deutschland gehören der katholischen Kirche an, die evangelische Kirche hat über 20 Millionen Mitglieder. Auch Angehörige des orthodoxen Christentums, des Islams, des Judentums und des Buddhismus sind Teil der Gesellschaft in Deutschland. Mit rund vier Millionen bilden die Muslime die drittgrößte Glaubensgemeinschaft im Land.

Die Gesetze über die Sonn- und Feiertage berücksichtigen die christlichen Feiertage, etwa Weihnachten oder Ostern. Für hohe Feiertage anderer Religionen gibt es in manchen Bundesländern die Möglichkeit, Kinder vom Schulunterricht befreien zu lassen.

Eltern können entscheiden, ob ihr Kind am Religionsunterricht in der Schule teilnehmen soll. In der Regel wird in Schulen evangelischer und

katholischer Religionsunterricht angeboten. Je nach Bedarf kann auch christlich-orthodoxer und jüdischer Religionsunterricht abgehalten werden. In den meisten westdeutschen Bundesländern wird islamischer Religionsunterricht in deutscher Sprache im Schulversuch erprobt. Eine Ausweitung ist in vielen Bundesländern geplant.



TIPP

Fragen Sie die Lehrerin oder den Lehrer Ihres Kindes nach den Regelungen und Angeboten zum Religionsunterricht an der Schule Ihres Kindes.



Hier können Sie sich informieren

Vor Ort:

- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderinnen und Zuwanderer (MBE)
- Kirchen und Religionsgemeinschaften

Internet:

- Evangelische Kirche in Deutschland: www.ekd.de
- Katholische Kirche in Deutschland: www.katholisch.de
- Orthodoxe Kirche in Deutschland: www.kokid.w-srv.net
- Zentralrat der Juden in Deutschland: www.zentralratdjuden.de
- Türkisch-Islamische Union der Anstalt für Religion e. V. (DITIB): www.ditib.de
- Verband Islamischer Kulturzentren e. V. (VIKZ): www.vikz.de
- Alevitische Gemeinde Deutschland e. V. (AABF): www.alevi.com
- Zentralrat der Muslime in Deutschland e. V. (ZMD): www.zentralrat.de
- Deutsche Islam Konferenz (DIK): www.deutsche-islam-konferenz.de

Index

Abitur:	85
Agentur für Arbeit:	19, 21, 45, 48, 49, 50, 75, 88, 89, 90, 92, 93, 103, 113, 114
Aidsberatung:	99
Altersvorsorge:	109
Alphabetisierungskurs:	18
Anerkennung:	32, 42, 43, 45, 50, 92
Arbeitslosengeld (ALG I + II):	39, 113, 128
Arbeitslosenversicherung:	55, 112, 113
Arbeitsrecht:	42, 53, 54, 66
Arbeitssuche:	16, 19, 42, 46, 47, 114
Arbeitsstellenvermittlung:	45
Arbeitszeit:	53, 54
Aufenthaltserlaubnis:	14, 30, 33, 34, 36, 38, 73, 75
Aufenthaltsgesetz:	43, 51
Aufenthaltsrecht:	28, 30, 32, 33, 39, 40, 114
Ausbildung:	17, 18, 21, 23, 26, 32, 33, 36, 43, 45, 46, 49, 50, 75, 76, 82, 85, 88, 89, 90, 91, 92, 113
Ausbildungsförderung:	91, 92
BAföG:	76, 91, 92
Behinderung:	14, 40, 54, 84, 102, 103, 107
Beratung:	
Aidsberatung:	99
Drogenberatung:	101
Berufsberatung:	45, 88, 89
Erziehungsberatung:	68, 69, 79
Migrationsberatung:	9, 15, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 28, 37, 38, 41, 44, 49, 50, 52, 77, 79, 87, 88, 89, 92, 93, 105, 109, 114, 121, 124, 125, 131, 132
Berufsberatung:	45, 88, 89
Berufsinformationszentrum (BIZ):	45, 89
Berufliche Weiterbildung:	42, 50, 93
Blaue Karte EU:	14, 32, 33, 35, 36, 38
Bewerbung:	26, 45, 48, 49
Bundesagentur für Arbeit:	9, 15, 42, 44, 45, 46, 49, 50, 77, 89, 92, 93, 112, 113, 114
Daueraufenthalt:	14, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 73
Drogenberatung:	101

Ehegattennachzug:	14, 15
Einbürgerung:	16, 28, 30, 38, 39
Einbürgerungstest:	39, 40, 41
Einkaufen:	3, 17, 28, 116, 117
Einreise:	2, 10, 11, 12, 13, 14, 30, 32, 33, 38, 91
Elterngeld:	71, 72, 73, 74, 75
Elternintegrationskurs:	18, 20
Elternzeit:	54, 66, 71, 72, 75
Erlaubnis zum Daueraufenthalt-EU:	32, 33, 36, 37, 38, 73
Erziehungsberatung:	68, 69, 79
ESF-Bundesprogramm:	45
EU-Bürger:	31
Existenzgründung:	50, 51, 52
Fachkräfte:	13, 32, 36, 52
Fachkräfteeinwanderungsgesetz:	32
Familienkasse:	75, 77, 78
Finanzamt:	55
Frauenintegrationskurs:	18
Freizügigkeit:	30, 51
Gesundheitsamt:	68, 70, 99, 100
Gesundheitsvorsorge:	97, 109
Girokonto:	104, 105
Grundgesetz:	39, 126, 131
Hochschule:	85, 90, 91, 92
ICT-Karte:	14, 32, 33, 35, 36, 38
Integrationskurs:	16, 17, 18, 19, 20, 23, 28, 37
mit Alphabetisierung:	18
für Eltern:	18
Förderkurs:	18
für Frauen:	18
für Jugendliche:	18
Intensivkurs:	19
Integrationsrat:	130, 131
Intensivkurs:	19

Jugendintegrationskurs:	18, 20
Jugendmigrationsdienste:	19, 21, 26, 27, 28, 37, 38, 41, 44, 49, 77, 87, 88, 89, 92, 131
Kinderbetreuung:	23, 78, 79
Kindergeld:	9, 75, 76, 77, 78, 128
Kindertageseinrichtungen:	78, 79
Kinderzuschlag:	75, 76, 77, 78
Kraankengeld:	109
Krankheit:	14, 40, 53, 54, 94, 97, 99, 101, 106, 107, 109, 111, 112, 123
Krankenversicherung/Krankenkasse:	23, 53, 55, 69, 94, 95, 96, 97, 98, 103, 109, 110, 111
Kredit:	104, 105
Kündigungsschutz:	54, 72
Miete:	59, 60, 61, 62, 63, 64, 104
Mietvertrag:	61, 62, 63, 64
Migrantenorganisation:	88, 124, 125
Migrationsberatung:	9, 15, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 28, 37, 38, 41, 44, 49, 50, 52, 77, 79, 87, 88, 89, 92, 93, 105, 109, 114, 121, 124, 125, 131, 132
Mobiler-ICT-Karte:	14, 32, 33, 35, 36
Mutterschutz:	66, 69, 71
Niederlassungserlaubnis:	16, 32, 33, 36, 37, 73, 75
Notfall:	95, 138
Orientierungskurs:	16, 18, 19
Parteien:	129
Pflegeversicherung:	55, 106, 111
Religionsunterricht:	131, 132
Rente:	106, 107, 108, 109
Rentenversicherung:	55, 103, 107, 108
Schuldnerberatung:	105
Schularten:	82, 83, 84
Schule:	2, 9, 16, 19, 21, 23, 26, 46, 77, 78, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 92, 93, 112, 131, 132
Schwangerschaft:	23, 66, 67, 68, 69, 70, 71

Selbstständigkeit:	42, 51, 52
Sozialversicherung:	106, 107, 128
Spätaussiedler/Spätaussiedlerin:	9, 30, 33, 45, 90
Sprachförderangebote:	86, 87
Sprachkurs:	16, 17, 19
für den Beruf:	16, 20, 21
für Kinder und Jugendliche:	21
Staatsangehörigkeit:	13, 30, 33, 39, 40, 43, 130
Steuern:	42, 52, 55
Studium:	18, 21, 33, 35, 50, 82, 85, 88, 89, 90, 91, 92
Suchtberatung:	101
Umzug:	58, 59
Ummelden:	58, 59
Unfallversicherung:	106, 112
Urlaub:	53
Verbraucherschutz:	28, 63, 65, 116, 121
Versicherung:	2, 59, 95, 104, 106, 108, 110, 111, 113, 115, 116, 117, 128
Arbeitslosen-	55, 112, 113
Kranken-	23, 53, 55, 94, 95, 96, 97, 109, 110, 111
Pflege-	55, 106, 111
Renten-	55, 103, 107, 108
Sach- und Personen-	115
Sozial-	106, 107, 128
Unfall-	106, 112
Visum:	2, 10, 11, 12, 13, 14, 33
Volkshochschule:	16, 93
Vorsorge:	94, 97, 108
Gesundheits-	97, 109
Alters-	109
Schwangerschafts-	69
Wahlen:	31, 128, 129, 130
Weiterbildung:	42, 50, 93, 113
Wohnberechtigungsschein:	59, 60
Wohngeld:	60, 77
Wohnungsamt:	29, 56, 58, 59, 61, 63
Wohnungssuche:	56
Zertifikat Integrationskurs:	16, 19

Für Notfälle

Manchmal muss alles sehr schnell gehen. Dann brauchen Sie sofort Hilfe. Die folgenden Telefonnummern sollten Sie deshalb kennen. Hier erhalten Sie in Notfällen Hilfe.

Die wichtigsten Nummern im Überblick

Notarzt: 112

Hier bekommen Sie sofort Hilfe, wenn jemand sehr schwer krank oder verletzt ist.

Feuerwehr: 112

Wenn es bei Ihnen brennt oder Sie einen Brand in einem anderen Haus bemerken, sollten Sie sofort diese Nummer wählen.

Polizei: 110

Sie wurden das Opfer einer Gewalttat oder haben ein Verbrechen beobachtet? Dann rufen Sie sofort die Polizei! Sie können den Polizeibeamtinnen und Polizeibeamten vertrauen.

Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116 117

Der Ärztliche Bereitschaftsdienst hilft Ihnen, wenn Ihre Arztpraxis geschlossen ist, Ihre Erkrankung aber nicht bis zum nächsten Tag warten kann.

Telefonseelsorge: 0800 1110111* oder 0800 1110222*

Sie sind verzweifelt und wissen nicht mehr weiter? Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Telefonseelsorge beraten Sie gern – wenn es Ihnen lieber ist, müssen Sie Ihren Namen dabei nicht nennen.



TIPP

Alle Notfallnummern sind kostenlos und rund um die Uhr erreichbar. Scheuen Sie sich nicht anzurufen!

* nur innerhalb Deutschlands erreichbar, gebührenfrei

Impressum

Herausgeber

Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat
10557 Berlin

Redaktion

Bundesamt für Migration und Flüchtlinge
90461 Nürnberg

Stand

01/2021

Druck

Druck- und Verlagshaus Zarbock GmbH & Co. KG, 60386 Frankfurt
6., aktualisierte Auflage

Gestaltung und Produktion

MediaCompany – Agentur für Kommunikation GmbH

Bildnachweis

Titelbild: © BMI; S. 2, 11: © gettyimages.com/Symphonie; S. 4, 4, 17, 22: © BAMF/Bildkraftwerk/
Thomas Geiger; S. 4, 31: © iStockphoto.com/Juergen Sack; S. 4, 42: © iStockphoto.com/
Johnny Greig 2017; S. 4, 57: © iStockphoto.com/Eric S; S. 2–3, 67: © gettyimages.com/FatCamera;
S. 4, 82: © gettyimages.de/Westend61; S. 4, 94: © iStockphoto.com/seb_ra; S. 105:
© iStockphoto.com/fcafotodigital; S. 4, 117: © iStockphoto.com/Minerva Studio; S. 3, 122:
© gettyimages.com/track5

Publikationsbestellung

Publikationsversand der Bundesregierung
Postfach 48 10 09, 18132 Rostock
Servicetelefon: +49 30 18 272 2721
Servicefax: +49 30 18 10 272 272 1
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de

Bestellung über das Gebärdentelefon: gebaerdentelefon@sip.bundesregierung.de
Onlinebestellung: www.bundesregierung.de/publikationen

Weitere Publikationen der Bundesregierung zum Herunterladen und zum Bestellen finden Sie
ebenfalls unter: www.bundesregierung.de/publikationen

Artikelnummer: BMI20007

Diese Publikation wird von der Bundesregierung im Rahmen ihrer Öffentlichkeitsarbeit heraus-
gegeben. Die Publikation wird kostenlos abgegeben und ist nicht zum Verkauf bestimmt. Sie
darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern während eines Wahlkampfes
zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Bundestags-, Landtags- und
Kommunalwahlen sowie für Wahlen zum Europäischen Parlament.

Hinweis

Änderungen bei Rechtsvorschriften, Adressen und Telefonnummern können die Aktualität der
Broschüre beeinträchtigen oder in Teilen ungültig werden lassen. Bitte erkundigen Sie sich in für
Sie wichtigen Angelegenheiten deshalb immer vor Ort.

