

Партнеры и контактные лица в детских садах и школах:

При возникновении проблем можно посоветоваться с воспитателями в детских садах и на регулярно проводимых родительских собраниях.

За помощью в проблемных ситуациях можно обратиться в школу. Поговорите с классным руководителем или с учителем по профилактике патологических влечений.

Где можно получить информацию по профилактике патологических влечений?

Ваш ребенок слишком много кушает? Как долго сидит ребенок за компьютером? Вы обеспокоены проблемой из-за злоупотребления подростком алкоголя? Курение или употребление наркотиков? Предотвращение следует начинать в повседневной жизни! Родители могут много сделать для защиты своих детей от патологических влечений. Мы готовы Вам помочь – мы придем Вам на помощь:

Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin (Специальная служба по профилактике патологических влечений в земле Берлин)

Mainzer Straße 23, 10247 Berlin
Telefon: 030 – 29 35 26 15
Telefax: 030 – 29 35 26 16
E-Mail: fachstelle.suchtpraevention@padev.de
www.berlin-suchtpraevention.de

Montag, Dienstag,
Mittwoch, Freitag: 10.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag: 10.00 – 20.00 Uhr

Профессиональную помощь от патологических влечений оказывает учреждение pad e.V. – это признанный представитель свободной молодежной помощи и член общественного Паритетского благотворительного союза.

pad e.V. Geschäftsstelle
Kastanienallee 55, 12627 Berlin
Telefon: 030 – 93 55 40 40
E-Mail: info@padev.de
www.padev.de



Fotos: (Titel v.l.n.r.) Falco Maite/fotolia.com, Iux/fotolia.com, Linda Mattson/fotolia.com

Насилие в семье – не закрывайте глаза на эту проблему!

Обращайтесь за помощью по телефону:

BIG-Hotline
Telefon: 030 – 611 0 300 (9–24 Uhr)
www.big-hotline.de

Нужные адреса, где готовы Вам помочь:

Путеводитель Уполномоченного Берлинского сената по вопросам интеграции и миграции

Telefon: 030 – 90 17 23 51
www.berlin.de/lb/intmig/publikationen/adressen

Помощь для беженцев в г. Берлине

Telefon: 030 – 243 44 57 62
www.fluechtlingsrat-berlin.de

Сенатское управление по вопросам здравоохранения, экологии и охраны потребителей – Уполномоченный по вопросам пациентов г. Берлина

Telefon: 030 – 90 25 20 10
www.berlin.de/lb/patienten

Независимая консультация для пациентов г. Берлина

Telefon: 030 – 85 62 95 86
www.upd-online.de

Бюргерамты (выборочно)

Бürgeramt Charlottenburg – Wilmersdorf

Heerstraße 12–14, 14052 Berlin
Telefon: 030 – 9029 – 17777

Бürgeramt Friedrichshain – Kreuzberg

Yorkstraße 4–11, 10965 Berlin
Telefon: 030 – 90298 – 3303

Бürgeramt Lichtenberg

Egon-Erwin-Kisch-Straße 106, 13059 Berlin
Telefon: 030 – 90296 – 7800

Бürgeramt Marzahn – Hellersdorf

Alice-Salomon-Platz 3, 12627 Berlin
Telefon: 030 – 90293 – 2530

Бürgeramt Mitte

Müllerstraße 147, 13353 Berlin
Telefon: 030 – 9018 – 432 10

Бürgeramt Neukölln

Donastraße 29, 12040 Berlin
Telefon: 030 – 90239 – 3331

Бürgeramt Pankow

Breite Straße 24A–26, 13187 Berlin
Telefon: 030 – 90295 – 2222

Бürgeramt Rathaus Reinickendorf

Eichborndamm 215–239, 13437 Berlin
Telefon: 030 – 90294 – 2909

Бürgeramt Spandau

Carl-Schurz-Straße 2/6, 13597 Berlin
Telefon: 030 – 90279 – 2727

Бürgeramt Steglitz-Zehlendorf

Schloßstraße 37, 12163 Berlin
Telefon: 030 – 90299 – 6321

Бürgeramt Tempelhof – Schöneberg

John-F.-Kennedy-Platz, 10825 Berlin
Telefon: 030 – 90277 – 7000

Бürgeramt Treptow-Köpenick

Alt-Köpenick 21, 12555 Berlin
Telefon: 030 – 90297 – 2741 / 42

V.i.S.d.P.: Kerstin Jüngling, Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin I pad e.V.

Ответственное лицо согласно закону о печати: Керстин Юнглинг.
Специальная служба по профилактике патологических влечений в земле Берлин I pad e.V.

Второе актуализированное издание. Декабрь 2009

ОСТАВАТЬСЯ НЕЗАВИСИМЫМ!



Берегите свое здоровье!

Краткий путеводитель по профилактике заболеваний для мигрантов г. Берлина



Данный путеводитель по профилактике заболеваний издан при финансовой поддержке Сенатского управления по делам здравоохранения, экологии, защиты прав потребителей и Уполномоченного Берлинского сената во вопросам интеграции и миграции.

Мы благодарим также коммунальную переводческую службу г. Берлина за дружескую поддержку.

Заботы, проблемы? Где окажут Вам и Вашей семье медицинскую помощь?

Во всех районах г. Берлина имеются консультационные пункты, куда можно обратиться за советом. Здесь работает опытный и хорошо подготовленный персонал, который не только проконсультирует Вас бесплатно и конфиденциально, но и ответит на возникшие вопросы или окажет помощь в решении сложных проблем.

Адреса консультационных пунктов в Вашем районе Вы получите в Вашем бюргерамте, являющийся для всех первой справочно-информационной инстанцией (смотри раздел „Бюргерамты“ в данном путеводителе). Попросите там брошюру „Что где находится?“ (Was ist Wo?) с полезными адресами в Вашем районе.

Должны ли Вы быть застрахованы на случай болезни?

Все, кто живет в Германии, должен иметь медицинскую страховку!

Позаботьтесь заранее о заключении договора медицинского страхования как для себя, так и для всех членов семьи!

При определенных обстоятельствах имеется возможность для заключения бесплатного медицинского страхования всех членов семьи.

Обратитесь в любую по своему выбору больничную кассу, с которой Вы хотите заключить договор на случай болезни. Получить информацию о больничных кассах можно также в бюргерамтах по месту проживания.

Для чего нужно иметь медицинское страхование?

Медицинское страхование обеспечивает финансовую защиту при заболеваниях и беременности. Не имея медицинской страховки Вам в случае заболевания грозят непредвиденные и порой (очень) высокие расходы.

Обращаясь к врачу Вы должны ему один раз в квартале заплатить так называемую врачебную пошлину в размере 10,00 €. Если Вас переводят в этом же квартале к другим врачам-специалистам – врачебная пошлина более не взимается.

При лечении у зубного врача Вам также необходимо уплатить врачебную пошлину в размере 10,00 € за текущий квартал. Ваши дети вообще освобождены от врачебной пошлины.

Обращайтесь к врачу, которому Вы доверяете, также в целях профилактики заболеваний, для получения, например, в будущем льгот для оплаты зубных протезов. Льготы предоставляются лишь при регулярном ежегодном контроле. Для контроля здоровья Ваших детей также следует проводить профилактические осмотры или обследования. Проконсультируйтесь у Вашего врача!

Даже не имея договора страхования на случай болезни у Вас есть возможность обратиться к врачу.

Если Вы не имеете страховку на случай болезни, можно взять в социальном больничном листе для оплаты медицинских услуг. Даже в том случае, если Вы не зарегистрированы в официальных инстанциях Вы можете получить бесплатную медицинскую или зубоветеринарную помощь в таких учреждениях как:

Malteser Migranten Medizin

Aachener Straße 12, 10713 Berlin
Telefon: 030 – 82 72 21 02, Di, Mi, Fr 9–15 Uhr
www.malteser-berlin.de

MUT GmbH – Obdachlosenpraxis (для бездомных)

Stralauer Platz 32, 10243 Berlin
Telefon: 030 – 29 33 02 – 48, Mo–Do 8–15 Uhr, Fr 8–13 Uhr
www.mut-gesundheit.de

Где найти врача или стоматолога, который говорит на Вашем языке?

Во Врачебной палате г. Берлина можно получить адреса практикующих врачей, говорящих на различных языках по месту Вашего проживания.

Ärztchamber Berlin

Telefon: 030 – 40 80 6 – 0
www.aerztchamber-berlin.de

Где можно получить помощь в случае беременности?

Вы беременны и у Вас есть вопросы относительно здоровья и финансовой поддержки? Консультации для беременных в г. Берлине дают следующие учреждения:

Pro Familia

Kalckreuthstraße 4, 10777 Berlin
Telefon: 030 – 3984 9898, www.profamilia.de

Familienplanungszentrum–Balance

Mauritiuskirchstraße 8, 10365 Berlin
Telefon: 030 – 553 6792, www.fpz-berlin.de

Zentren sexuelle Gesundheit und Familienplanung

z. B. Friedrichshain–Kreuzberg
Urbanstraße 24, 10967 Berlin
Telefon: 030 – 9029 88363

Во многих районах Берлина имеются различные центры здоровья и планирования семьи, адреса которых можно попросить в бюргерамтах. В этих консультационных пунктах можно получить также ответы на вопросы в случае незапланированной беременности.

Где можно получить разъяснения по профилактике вирусных заболеваний ВИЧ, СПИД и другим болезням, передаваемых половым путем?

Специальные консультационные пункты при районных отделах здравоохранения, а также следующая организация оказывают анонимную помощь:

Berliner AIDS–Hilfe e.V.

Meineckestraße 12, 10719 Berlin
Telefon: 030 – 19 4 11 (ежедневно с 12–22 Uhr)
www.berlin-aidshilfe.de

В случае психического расстройства?

Профессиональную помощь оказывают психотерапевты. Обратитесь в свою больничную кассу. Здесь Вам подскажут адреса психотерапевтов, говорящих на различных языках по месту жительства.

Где просить помощи в кризисных ситуациях?

Если Вы или близкие Вам люди оказались в кризисной ситуации, обратиться за помощью можно в Берлинскую Кризисную службу.

Berliner Krisendienst:

Telefon: 030 – 39 0 63 –10 bis –90 (16–24 Uhr)
Telefon: 030 – 39 0 63 – 0 (24–16 Uhr und an Wochenenden und Feiertagen)
www.berliner-krisendienst.de

Круглосуточно работает также телефон доверия или телефонная служба психологической помощи:

Telefonseelsorge Berlin:

Telefon: 0800 – 1110–111 oder –222 (круглосуточно и бесплатно)

телефон доверия на русском языке:

Telefon: 030 – 440 10 606 (круглосуточно)
www.berliner-telefonseelsorge.de

телефон доверия для мусульман:

Telefon: 030 – 443 50 98 21 (ежедневно с 16.00–24.00)
www.mutes.de

Вы встревожены поведением своих или чужих детей?

Совет и поддержку по вопросам воспитания детей Вы получите у квалифицированных специалистов в воспитательно-консультационных пунктах Вашего района (адреса можно взять в Вашем бюргерамте).

Если Вы обеспокоены самочувствием ребенка? Обратитесь за помощью по прямой связи:

прямая связь по „горячей“ линии (для защиты детей)
Telefon: 030 – 61 00 66 (ежедневно и круглосуточно)

Детская, подростковая и девичья скорая помощь работает круглосуточно и оказывает в кризисных ситуациях немедленную помощь во всех районах Берлина. Более того здесь предоставляется на короткий срок приют для детей и подростков. Тут тоже оказывают посредническую помощь.

Kindernotdienst (Детская скорая помощь)

Telefon: 030 – 61 00 61 (ежедневно и круглосуточно)

Jugendnotdienst (Подростковая скорая помощь)

Telefon: 030 – 61 00 62 (ежедневно и круглосуточно)

Mädchennotdienst (Девичья скорая помощь)

Telefon: 030 – 61 00 63 (ежедневно и круглосуточно)

Телефонные номера экстренного вызова скорой неотложной помощи (работают круглосуточно)?

Пожарная охрана Telefon: 112 (бесплатно)

Экстренный вызов полиции Telefon: 110 (бесплатно)

Зубоветеринарная скорая помощь Telefon: 030 – 89 00 43 33

Дежурная врачебная служба Telefon: 030 – 31 00 31

Экстренная помощь при отравлениях
Telefon: 030 – 19 24 0

Неотложная наркологическая помощь – консультирование при склонностях к патологическим влечениям
Telefon: 030 – 192 37