

В поисках нужного адреса*

В поисках доступной для понимания информации о здоровье в Интернете ...

„Was hab' ich?“	 www.washabich.de	• Перевод ваших результатов на более понятный язык
IQWiG – (Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen)	 www.gesundheitsinformation.de  www.informedhealth.org (Английский)	• Онлайн-словарь (медицинские термины) - Простая и понятная информация по различным вопросам здоровья
AWMF – (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V.)	 www.awmf.org/leitlinien/leitlinien-suche.html	• Рекомендации по лечению и информация о различных диагнозах

В поисках консультационных центров медицинских и районных учреждений ...

Gesundheits- und Bezirksämter im ganz Berlin Медицинские и районные отделения по всему Берлину	 www.service.berlin.de/standorte/gesundheitsaemter/ (Обзор учреждений здравоохранения)  www.service.berlin.de/bezirksaemter/ (Обзор районных учреждений)  030 115 (Горячая линия для граждан)	• Консультирование, посредничество и инициирование помощи • Заявление (например, на получение финансовой помощи) • Реабилитация, уход и поддержка • Пенсионное планирование • Хоспис и паллиативный уход
---	---	--

Ищете совета, например, по уходу, доплате, страховке...

Bürgertelefon zur Kranken- und Pflegeversicherung und gesundheitlichen Prävention (Bundesministerium für Gesundheit) Горячая линия для граждан по вопросам страхования здоровья и долгосрочного ухода и профилактики заболеваний (Федеральное министерство здравоохранения)	 www.bmg.bund.de  030 3406066-01 (медицинское страхование)  030 3406066-02 (страхование долгосрочного ухода)  030 3406066-03 (профилактика здоровья)	• для вопросов о системе здравоохранения Германии • Страхование здоровья и долгосрочного ухода • Профилактика здоровья • Письменные запросы через контактную форму • Язык жестов и простой язык • Объяснение терминов (в контексте здоровья и системы здравоохранения) • Онлайн-консультант
--	--	---

*Этот список не является исчерпывающим.

Ищите совета, например, по уходу, доплате, страховке...

Pflegestützpunkte in ganz Berlin Центры поддержки по уходу в Берлине	 www.pflegestuetzpunkteberlin.de  0800 5950059 (Телефон службы поддержки)	• Консультации для лиц, застрахованных в рамках обязательного страхования, и их родственников • для людей, нуждающихся в уходе, людей, рискующих оказаться нуждающимися в уходе, людей с ограниченными возможностями и родственников • Консультации и поддержка по уходу • Посредничество в предоставлении услуг по поддержке • Помощь при подаче документов (например, на получение финансовой помощи) • Совместное составление планов помощи (управление случаем)
Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung (kpu)	 www.pflegeunterstuetzung-berlin.de  kompetenzzentrum@sekis-berlin.de  030 89028532 (Телефон службы поддержки)	• Услуги по поддержке людей, нуждающихся в уходе, чтобы они могли как можно дольше получать уход и заботу у себя дома • Местная поддержка и помощь семейным опекунам > предложения по поддержке в повседневной жизни: уход и поддержка людей, нуждающихся в уходе и бытовых услугах (размер помощи § 45b SGB XI) > контактные пункты для принятия обязательств по уходу: группы самопомощи по уходу и добровольные службы посещений, информационные мероприятия
Weg zur Pflege (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend)	 www.weg-zur-pflege.de  info@weg-zur-pflege.de  030 20179131	• по вопросам и просьбам о поддержке, связанным с уходом и помощью в пожилом возрасте • Калькулятор времени по уходу за семьей, сервисные материалы, образцы бланков и многое другое. • Письменные запросы через контактную форму • Язык жестов и простой язык
Stiftung ZQP (Zentrum für Qualität in der Pflege)	 www.zqp.de  info@zqp.de	• Поиск консультационных услуг в вашем регионе по теме ухода (можно установить специальные фильтры поиска) • Информационные материалы по темам ухода на понятном языке • Советы для семейных воспитателей и многое другое.

Ищете совета, например, по уходу, доплате, страховке...

Compass – Private
Pflegeberatung

 www.compass-pflegeberatung.de
 info@compass-pflegeberatung.de
 0800 1018800
 (Телефон службы поддержки)

- Консультации для лиц и родственников, застрахованных в индивидуальном порядке
- Пособие по уходу при деменция, на последнем этапе жизни, по уходу за детьми и молодыми людьми, по профилактике для сиделок
- Помощь при подаче документов (например, на получение финансовой помощи)
- Видеозвонки для глухих

Поиск информации о пенсиях, реабилитации и последующем реабилитационном уходе ...

Deutsche
Rentenversicherung

 www.deutsche-rentenversicherung.de
 kundenservice@drv-berlin-brandenburg.de (местный)
 drv@drv-bund.de
 0800 100048025
 (Телефон местной службы)
 0800 10004800
 (Телефон федеральной службы)

- Пенсионное обеспечение, реабилитация и профилактика (заявления, информация, консультации)
- Информационно-консультационные центры (требуется запись на прием)
- Переводчики на простой язык, язык жестов и письменный язык

Deutsche
Rentenversicherung
(Reha-Nachsorge-
Finder)

 www.nachderreha.de

- Поиск услуг и программ послереабилитационному уходу
- Уход за больными в вашем регионе
- Общие вопросы о послереабилитационному уходу
- Письменные запросы через контактную форму
- Онлайн-словарь
- Толкование терминов (в контексте здоровья, реабилитации, пенсионного обеспечения и системы здравоохранения)

BAR (Bundesarbeits-
gemeinschaft für
rehabilitation e.V.)

Контактные центры
для реабилитации и
участия

 www.ansprechstellen.de

- Поиск доступных контактных пунктов и информационных центров в вашем районе
- включая помощь в интеграции, интеграционные бюро для помощи людям с тяжелой инвалидностью в трудовой деятельности, центры занятости, медицинское страхование, страхование долгосрочного ухода, пенсионное страхование

Поиск информации о пенсиях, реабилитации и последующем реабилитационном уходе ...

Bürgertelefon des BMAS (Bundesministerium für Arbeit und Soziales) (Федеральное министерство труда и социальных дел)	 www.bmas.de/DE/Service/Kontakt.html  030 115 (горячая линия для граждан)  030 221 911 006 (инвалидность)  030 221 911 001 (пенсия) и другие номера прямого набора по конкретным вопросам	• по вопросам инвалидности, пенсий, трудового законодательства и т.д. • Телефон и служба поддержки слабослышащих и глухих людей на языке жестов
LAGEso – (Landesamt für Gesundheit und Soziales) (Пенсионное управление)	 www.berlin.de/lageso/behinderung/schwerbehinderung-versorgungsamt/  infoservice@lageso.berlin.de  030 115 (Горячая линия для граждан)	• Помощь при подаче заявления • Консультации: тяжелая инвалидность
LAGEso – (Landesamt für Gesundheit und Soziales) (Управление по вопросам интеграции)	 www.berlin.de/lageso/behinderung/arbeit-und-behinderung-integrationsamt/  poststelle@lageso.berlin.de  030 902293304	• Консультации и трудоустройство: работа и обучение для людей с ограниченными возможностями • Специализированные интеграционные службы (IFD): поддержка участия в трудовой жизни для людей с ограниченными возможностями
EUTB – (Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung)	 www.teilhabeberatung.de  fachstelle@teilhabeberatung.de  030 28409-140 oder  030 28409-139	• Консультации и помощь по вопросам реабилитации и участия в жизни общества (например, на рабочем месте) • для людей с ограниченными возможностями и их родственников • Предложение: Консультации пострадавшим от пострадавших • Примечание: Консультации предоставляются службой EUTB® в вашем регионе - Переводчики на простой язык и язык жестов, письменный язык - Объяснение терминов (в контексте участия)

В поисках повышения вашего уровня жизни ...

Berliner Mobilitätsdienste	 www.berliner-mobilitaetshilfe-dienste.de  030 9028 2847 (первоначальная информация) и номер телефона в зависимости от района для получения конкретных предложений (см. веб-сайт)	• для людей в возрасте 60 лет и старше, которые не могут покинуть свой дом без посторонней помощи (например, из-за болезни или инвалидности) • Сопровождение на всевозможные встречи (например, визиты к друзьям/родственникам, культурные мероприятия, походы по магазинам, прогулки и т.д.) • Услуги по сопровождению и подталкиванию инвалидных колясок; помощь слепым; транспортировка по лестнице, когда необходимо преодолеть ступеньки • За пользование услугой взимается административный сбор (см. веб-сайт).
Berliner Hausbesuche (Malteser Hilfsdienste e.V.)	 www.berliner-hausbesuche.de  berliner-hausbesuche@malteser.org  030 348003 255	• Информационная беседа для людей в возрасте 70 лет и старше • Информация о предложениях в округе в сфере образования и культуры, досуга и спорта, жизни в соответствии с возрастом, волонтерской работы, необходимости в постороннем уходе, обращении с цифровыми медиа • бесплатно и лично, у себя дома или в общественном месте, например, в кафе, районном центре и т.д.
Landessportbund Berlin e.V.	 www.lsb-berlin.net  info@lsb-berlin.de  030 300020	• Адреса: Спортивные программы в вашем регионе (для пожилых людей и при различных заболеваниях), (Например, заболевания сердца или мышц) • Предложения для здоровья, профилактики и реабилитации спорта (дальнейшие интернет-страницы)
Sport-Gesundheitspark Berlin e.V. und Zentrum für Sportmedizin	 www.sportgesundheitspark.de  kontakt@sport-gesundheitspark.de	• для различных заболеваний, например, диабет, психические заболевания, болезни сердца, опухоли, заболевания дыхательных путей и легких, болезнь Паркинсона, мышечные заболевания • информация, советы и поддержка в области спортивной медицины, планы тренировок и т.д.

В поисках повышения вашего уровня жизни ...

AG Lungensport in Deutschland e.V.	 www.lungensport.org  lungensport@atemwegsliga.de  0049 (0) 52529370603	• При заболеваниях дыхательных путей и легких, например, астме, ХОБЛ, муковисцидозе • Информация о легочных видах спорта • Адреса: База данных по группам легочного спорта в вашем районе
BGPR – (Berliner Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-erkrankungen e.V.)	 www.bgpr.de  www.herzgruppen-berlin.de (Адреса)	• Информация о кардиологических группах • Адреса: База данных по кардиологическим группам в вашем регионе
Netzwerk OnkoAktiv e.V.	 www.netzwerk-onkoaktiv.de	• Программы физических упражнений и спорта для больных онкологическими заболеваниями (и специалистов): Консультирование, посредничество и налаживание контактов • Адреса («OnkoAktiv Karte»): Предложения в вашем районе
Psychoonkologie in Berlin (Tumorzentrum Berlin e.V.)	 www.psychoonkologie.berlin	• Адреса: Психотерапевты, врачи, психологи, альтернативные практики в Берлине, центры психосоциального консультирования • Психо-онкологические консультации на разных языках
Onkomap – „Ihr digitaler Onkolotse für Berlin“	 www.onkomap.de  onkolotse@tzb.de  030 2853890	• Информация, мероприятия и адреса в Берлине для больных онкологическими заболеваниями и их родственников • Адреса: Физиотерапия, самопомощь, семинары, консультирование, психоонкология и др
DFKGT – (Deutscher Fachverband für Kunst- und Gestaltungstherapie e.V.)	 www.dfkg.de  info@dfkg.de  030 61203208	• Адреса: «Поиск терапевта» для арт- и дизайн-терапевтов (членов DFKGT)
DAGTP – (Deutscher Arbeitskreis Gestaltungs-therapie / Klinische Kunsttherapie e.V.)	 www.dagtp.de  buero@dagtp.de  030 8935903	• Адреса: Список терапевтов по дизайну/клиническому искусству (см. список терапевтов для скачивания)

Ищите помощи в борьбе с тревогами и страхами...

Telefonseelsorge Berlin e.V.	 www.telefonseelsorge-berlin.de  0800 1110111  030 440 308 454 (на русском языке - горячая телефонная линия „Телефон доверия“)  030 443 509 821 (на турецком, арабском, урду - телефонная консультационная служба для мусульман)	• Телефонная консультационная служба для людей, испытывающих беспокойство, страх, горе, одиночество и проблемы (например, серьезные заболевания) • круглосуточно, анонимно • также на простом языке
Notfallseelsorge / Krisenintervention Berlin	 www.notfallseelsorge-berlin.de  online.telefonseelsorge.de (консультации по электронной почте и в чате)  0800 1110111 (круглосуточный вызов экстренной помощи)  0800 1110222 (круглосуточный вызов экстренной помощи)  0049 116 123 (круглосуточный вызов экстренной помощи)	• Чат душепопечения • Почта душепопечения • Телефон душепопечения • круглосуточно • анонимно
Berliner Krisendienst	 www.berliner-krisendienst.de  030 39063 - .. (Окончание телефонного номера зависит от района, см. сайт)	• для людей, находящихся в состоянии эмоционального расстройства (например, при серьезных заболеваниях) • Консультации и помощь по телефону, при необходимости - на месте. • круглосуточно, при желании • анонимно
Nummer gegen Kummer	 www.nummergegenkummer.de  116111 ((Консультации для детей и подростков)  0800 1110550 (Консультации для родителей)  0800 500 225 0 (украинский, русский)	• Помощь в решении всех вопросов, проблем и забот • Онлайн-консультации для детей и подростков (по электронной почте или в чате) • также на простом языке • анонимно
Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention	 www.deutsche-depressions-hilfe.de  bravetogether@deutsche-depressionshilfe.de (Консультации по электронной почте)  030 8935903	• Помощь и информация о том, как справиться с депрессией • Информация о контактных пунктах (например, консультационных центрах, группах самопомощи, клиниках) • включая информационные материалы, онлайн-форумы

В поисках поддержки и информации о пенсионном планировании ...

Home Care Berlin e.V.	 www.homecareberlin.de  info@homecareberlin.de  030 4534348	• Завещание, распоряжение об уходе и неотложной помощи, доверенность на медицинское обслуживание • Хоспис и паллиативная помощь (особенно специализированная амбулаторная паллиативная помощь) • Адреса: САПП в Берлине
ZAH – (Zentrale Anlaufstelle Hospiz) (Unionhilfswerk)	 www.hospiz-aktuell.de  www.hospiz.beranet.info (онлайн-консультирование, индивидуальный чат, групповой чат)  post@hospiz-aktuell.de  030 40711113	• Информация и советы • Траур, предсмертные состояния и смерть, хосписная и паллиативная помощь • Завещание, планирование действий в чрезвычайных ситуациях, доверенность на получение медицинской помощи • Телефонные, личные и онлайн-консультации
BMJ (Bundesministerium der Justiz)	 www.bmj.de	• Постановление пациента и опекуна, доверенность на медицинское обслуживание (формы, текстовые модули, информация) • Бланки также доступны на английском, французском, русском, турецком, итальянском языках • Язык жестов и простой язык

В поисках помощи групп для самопомощи ...

NAKOS – (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	 www.nakos.de  selbsthilfe@nakos.de  030 31018960	• Группы самопомощи : Адреса и информация и т.д.
SEKIS – (Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle)	 www.sekis-berlin.de  sekis@sekis-berlin.de  030 8926602	
Onkomap – „Ihr digitaler Onkolotse für Berlin“	 www.onkomap.de  onkolotse@tzb.de  030 2853890	

В поисках дальнейших контактов ...

Hilfelotse Berlin	 www.hilfelotse-berlin.de  0800 5950059 (Служебный телефон)	• Помощь в поиске услуг здравоохранения и социальной помощи в Берлине • Сотрудничество с берлинскими центрами поддержки ухода
Wegweiser Hospiz-Palliativmedizin (Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin e.V.)	 www.wegweiser-hospiz-palliativmedizin.de	• Хоспис и паллиативная помощь для взрослых, детей и молодежи (адреса и информация) • Предложения, ориентированные на мигрантов • Контент и контакты также доступны на других языках - адаптируйте окончание вышеупомянутого сайта следующим образом: Турецкий (.../tr), Английский (.../en), Арабский (.../ar), Французский (.../fr), Румынский (.../ro), Польский (.../pl), Вьетнамский (.../vi), Русский (.../ru), Украинский (.../uk)
Krebsinformationsdienst dkfz – (Deutsches Krebsforschungszentrum)	 www.krebsinformationsdienst.de  krebsinformationsdienst@dkfz.de  0800 4203040	• Помощь в преодолении болезни • Помощь в поиске ссылок, контактных лиц и адресов (например, психо-онкологов, врачей, клиник) • Язык жестов и простой язык
В поиске нас...		
Berliner Begleitmappe	 www.begleitmappe.de www.tzb.de/patienten-begleitmappe/  berliner-begleitmappe@tzb.de	• для самостоятельной печати: Файлы из сопроводительной папки и другие файлы • Пояснительное видео к папке • Дополнительная информация • Адреса • Также частичные переводы на разные языки и упрощенный язык