

# Doğru adres arayışında\*

## İnternette anlaşılır sağlık bilgisi arayışında ...

|                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| „Was hab' ich?“                                                                           |  <a href="http://www.washabich.de">www.washabich.de</a>                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"><li>• Bulgularınızın kolayca anlaşılabilir bir dile çevrilmesi</li></ul>                                       |
| IQWiG – (Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen)                |  <a href="http://www.gesundheitsinformation.de">www.gesundheitsinformation.de</a><br> <a href="http://www.informedhealth.org">www.informedhealth.org</a> (English) | <ul style="list-style-type: none"><li>• Online-Sözlük (tıbbi terimler)</li><li>• Çeşitli sağlık konularında anlaşılması kolay bilgiler</li></ul> |
| AWMF – (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V.) |  <a href="http://www.awmf.org/leitlinien/leitlinien-suche.html">www.awmf.org/leitlinien/leitlinien-suche.html</a>                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Tedavi kılavuzları ve çeşitli tanılara ilişkin bilgiler</li></ul>                                        |

## Sağlık ve ilçe müdürlüklerinde danışma merkezleri arayışında ...

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gesundheits- und Bezirksamter im ganz Berlin |  <a href="http://www.service.berlin.de/standorte/gesundheitsaemter/">www.service.berlin.de/standorte/gesundheitsaemter/</a> (Yetkili Sağlık ofislerine genel bakış)                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"><li>• Danışmanlık, arabuluculuk ve yardımın başlatılması</li><li>• Başvuru (örn: maddi yardımlar)</li><li>• Rehabilitasyon, bakım ve destek</li></ul> |
| Berlin genelinde sağlık ve ilçe müdürlükleri |  <a href="http://www.service.berlin.de/bezirksaemter/">www.service.berlin.de/bezirksaemter/</a> (Bölge ofislerine genel bakış)<br> 030 115 (Vatandaş Danışma Hattı) | <ul style="list-style-type: none"><li>• Emeklilik planlaması</li><li>• Hospis ve palyatif bakım</li></ul>                                                                               |

## Tavsiye arayışı içindeörn: bakım, katkı payı, sigorta ...

|                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Bürgertelefon zur Kranken- und Pflegeversicherung und gesundheitlichen Prävention (Bundesministerium für Gesundheit) |  <a href="http://www.bmg.bund.de">www.bmg.bund.de</a><br> 030 3406066-01 (sağlık sigortası)<br> 030 3406066-02 (uzun süreli bakım sigortası)<br> 030 3406066-03 (sağlık önceliği) | <ul style="list-style-type: none"><li>• Alman sağlık sistemi hakkındaki sorularınız için</li><li>• Sağlık ve uzun süreli bakım sigortası</li><li>• Sağlık önlemleri</li><li>• İletişim formu aracılığıyla yazılı sorular</li><li>• İşaret dili ve kolay dil</li><li>• Terimlerin açıklanması (sağlık ve sağlık sistemi bağlamında)</li><li>• Çevrimiçi kılavuz</li></ul> |
| Sağlık ve bakım sigortası ve sağlığın korunması için vatandaş danışma hattı (Federal Sağlık Bakanlığı)               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

\*Bu liste eksiksiz olduğunu iddia etmemektedir.

## Tavsiye arayışı içindeörn: bakım, katkı payı, sigorta ...

|                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Pflegestützpunkte<br/>in ganz Berlin</p> <p>Berlin genelinde<br/>bakım destek merkez-<br/>leri</p> | <p> <a href="http://www.pflegestuetzpunkteberlin.de">www.pflegestuetzpunkteberlin.de</a></p> <p> 0800 5950059<br/>(Servis telefonu)</p>                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zorunlu sigortalılar ve yakınları için danışmanlık</li> <li>• bakıma muhtaç kişiler, bakıma muhtaç olma riski taşıyan kişiler, engelli kişiler ve yakınları için</li> <li>• Bakım konusunda danışmanlık ve destek</li> <li>• Destek hizmetlerine aracılık</li> <li>• Başvurular için destek (Örn: maddi yardımlar)</li> <li>• Yardım planlarının ortak oluşturulması (vaka yönetimi)</li> </ul>                                                                                         |
| <p>Kompetenzzentrum<br/>Pflegeunterstützung<br/>(kpu)</p>                                             | <p> <a href="http://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de">www.pflegeunterstuetzung-berlin.de</a></p> <p> <a href="mailto:kompetenzzentrum@sekis-berlin.de">kompetenzzentrum@sekis-berlin.de</a></p> <p> 030 89028532 (servis telefonu)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bakıma muhtaç kişilerin mümkün olduğunca uzun süre evlerinde bakım ve gözetim altında tutulabilmeleri için destek hizmetleri</li> <li>• Aile bakıcıları için yerel destek ve yardım &gt; Günlük yaşamda destek için teklifler: bakıma muhtaç insanlar için bakım ve destek ve evle ilgili hizmetler (yardım miktarı § 45b SGB XI) &gt; Bakım taahhüdü için iletişim noktaları: bakım kendi kendine yardım grupları ve gönüllü ziyaret hizmetleri, bilgilendirme etkinlikleri</li> </ul> |
| <p>Weg zur Pflege<br/>(Bundesministerium<br/>für Familie, Senioren,<br/>Frauen und Jugend)</p>        | <p> <a href="http://www.weg-zur-pflege.de">www.weg-zur-pflege.de</a></p> <p> <a href="mailto:info@weg-zur-pflege.de">info@weg-zur-pflege.de</a></p> <p> 030 20179131</p>                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• yaşlılıkta bakım ve yardımla ilgili sorular ve destek ihtiyaçları için</li> <li>• Aile bakım süresi hesaplayıcısı, hizmet materyalleri, örnek formlar ve çok daha fazlası.</li> <li>• İletişim formu aracılığıyla yazılı sorular</li> <li>• İşaret dili ve kolay dil</li> </ul>                                                                                                                                                                                                         |
| <p>Stiftung ZQP (Zentrum<br/>für Qualität in der<br/>Pflege)</p>                                      | <p> <a href="http://www.zqp.de">www.zqp.de</a></p> <p> <a href="mailto:info@zqp.de">info@zqp.de</a></p>                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bakım konusunda bölgenizdeki danışmanlık hizmetlerini arayın (özel arama filtreleri ayarlanabilir)</li> <li>• Bakım konularında kolay anlaşılır bir dilde bilgilendirme materyalleri</li> <li>• Aile bakıcıları için ipuçları ve çok daha fazlası</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                            |

**Tavsiye arayışı içindeörn: bakım, katkı payı, sigorta ...**

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Compass – Private Pflegeberatung |  <a href="http://www.compass-pflegeberatung.de">www.compass-pflegeberatung.de</a><br> <a href="mailto:info@compass-pflegeberatung.de">info@compass-pflegeberatung.de</a><br> 0800 1018800<br>(Servis telefonu) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Özel sigortalı kişiler ve yakınları için danışmanlık</li> <li>• Bakım parası, demans, yaşamın son evresi, çocuk ve gençlerin bakımı, bakıcılar için önleyici tedbirler</li> <li>• Başvurular ile ilgili destek (örn: maddi yardımlar)</li> <li>• Sağırılar için görüntülü aramalar</li> </ul> |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Emeklilik, rehabilitasyon ve rehabilitasyon sonrası bakım hakkında bilgi arıyorum ...**

|                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Deutsche Rentenversicherung                                                                                       |  <a href="http://www.deutsche-rentenversicherung.de">www.deutsche-rentenversicherung.de</a><br> <a href="mailto:kundenservice@drv-berlin-brandenburg.de">kundenservice@drv-berlin-brandenburg.de</a> (yerel)<br> <a href="mailto:drv@drv-bund.de">drv@drv-bund.de</a><br> 0800 100048025 (ülke çapında) (yerel servis telefonu)<br> 0800 10004800 (ülke çapında servis telefonu) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Emeklilik, rehabilitasyon ve önleme (başvurular, bilgilendirme, danışmanlık)</li> <li>• Bilgi ve danışma merkezleri (randevu gereklidir)</li> <li>• Kolay dil &amp; işaret dili ve yazılı dil tercümanları</li> </ul>                                                                                             |
| Deutsche Rentenversicherung (Reha-Nachsorge-Finder)<br><br>(Rehabilitasyon sonrası bakım bulucu)                  |  <a href="http://www.nachderreha.de">www.nachderreha.de</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bölgenizdeki bakım sonrası hizmetleri ve programları arayın</li> <li>• genel Rehabilitasyon sonrası bakım hakkında sorular</li> <li>• İletişim formu aracılığıyla yazılı sorular</li> <li>• Çevrimiçi sözlük - Terimlerin açıklanması (sağlık, rehabilitasyon, emeklilik ve sağlık sistemi bağlamında)</li> </ul> |
| BAR (Bundesarbeitsgemeinschaft für rehabilitation e.V.)<br><br>(Rehabilitasyon ve katılım için irtibat noktaları) |  <a href="http://www.ansprechstellen.de">www.ansprechstellen.de</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Engelsiz temas noktalarının aracılığı ya da Bölgenizdeki bilgi teklifleri</li> <li>• bununla birlikte entegrasyon yardımı, ağır engellilere çalışma hayatında yardım için entegrasyon ofisleri, iş merkezleri, sağlık sigortası, uzun süreli bakım sigortası, emeklilik sigortası hakkında</li> </ul>             |

## Emeklilik, rehabilitasyon ve rehabilitasyon sonrası bakım hakkında bilgi arıyorum ...

Bürgertelefon des  
BMAS (Bundesminis-  
terium für Arbeit und  
Soziales)

(Federal Çalışma ve  
Sosyal İşler Bakanlığı)

🌐 [www.bmas.de/DE/Service/  
Kontakt.html](http://www.bmas.de/DE/Service/Kontakt.html)  
☎ 030 115 (vatandaş danışma hattı)  
☎ 030 221 911 006 (engelliler)  
☎ 030 221 911 001 (emekli  
maaşları) ve belirli konular için diğer  
doğrudan arama numaraları

- Engellilik, emeklilik, iş hukuku vb. konularda.
- İşitme engelli ve sağır insanlar için işaret dili telefonu ve hizmeti

LAGEso – (Landesamt  
für Gesundheit und  
Soziales)

(Emeklilik Dairesi)

🌐 [www.berlin.de/lageso/behinde-  
rung/schwerbehinderung-versor-  
gungsamt/](http://www.berlin.de/lageso/behinderung/schwerbehinderung-versorgungsamt/)  
✉ [infoservice@lageso.berlin.de](mailto:infoservice@lageso.berlin.de)  
☎ 030 115 (Vatandaş Danışma  
Hattı)

- Başvuru yardımları
- Danışmanlık: Ağır engellilik

LAGEso – (Landesamt  
für Gesundheit und  
Soziales)

(Kapsayıcılık Ofisi)

🌐 [www.berlin.de/lageso/behinde-  
rung/arbeit-und-behinderung-  
integrationsamt/](http://www.berlin.de/lageso/behinderung/arbeit-und-behinderung-integrationsamt/)  
✉ [poststelle@lageso.berlin.de](mailto:poststelle@lageso.berlin.de)  
☎ 030 902293304

- Danışmanlık ve yerleştirme: engelli bireyler için iş ve eğitim - Uzman entegrasyon hizmetleri (IFD): engelli bireyler için çalışma hayatına katılım desteği

EUTB – (Ergänzende  
unabhängige Teilhabe-  
beratung)

🌐 [www.teilhabeberatung.de](http://www.teilhabeberatung.de)  
✉ [fachstelle@teilhabeberatung.de](mailto:fachstelle@teilhabeberatung.de)  
☎ 030 28409-140  
oder  
☎ 030 28409-139

- Rehabilitasyon ve katılım için danışmanlık ve destek (örn: iş yerinde)
- engelli kişiler ve yakınları için
- Teklif: Etkilenenlerden etkilenenler için danışmanlık
- Not: Danışmanlık, bölgenizdeki bir EUTB® hizmeti tarafından sağlanır
- Kolay dil ve işaret dili, yazılı dil tercümanları
- Terimlerin açıklanması (katılım bağlamında)

## Yaşam kalitenizi güçlendirme arayışında ...

|                                                                |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Berliner Mobilitäts-dienste                                    | <p>🌐 <a href="http://www.berliner-mobilitaetshilfe-dienste.de">www.berliner-mobilitaetshilfe-dienste.de</a></p> <p>☎ 030 9028 2847 (ilk bilgiler) ve belirli teklifler için bölgeye bağlı olarak telefon numarası (web sitesine bakın)</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>• yardım almadan evlerinden çıkamayan 60 yaş ve üzeri kişiler için (örn: hastalık veya engellilik nedeniyle)</li><li>• Her türlü randevuya eşlik etme (örn: Arkadaş/akraba ziyaretleri, kültürel etkinlikler, alışveriş, yürüyüşler, vb.)</li><li>• Eskort ve tekerlekli sandalye itme hizmeti; görme engelliler için yardım; basamakların aşılması gerektiğinde merdivenle taşıma</li><li>• Hizmeti kullanmak için bir yönetim ücreti alınır (bkz. web sitesi)</li></ul> |
| Berliner Hausbesuche (Malteser Hilfsdienste e.V.)              | <p>🌐 <a href="http://www.berliner-hausbesuche.de">www.berliner-hausbesuche.de</a></p> <p>✉ <a href="mailto:berliner-hausbesuche@malteser.org">berliner-hausbesuche@malteser.org</a></p> <p>☎ 030 348003 255</p>                            | <ul style="list-style-type: none"><li>• Yaşları 70 ve üzerinde olan kişiler için bilgilendirme toplantısı</li><li>• Eğitim ve kültür, boş zaman ve spor, yaşa uygun yaşam, gönüllü çalışma, bakım bağımlılığı, dijital medya ile başa çıkma alanlarında bölgedeki teklifler hakkında bilgi</li><li>• ücretsiz ve şahsen, evde veya kafe, mahalle merkezi gibi halka açık bir yerde</li></ul>                                                                                                                    |
| Landessportbund Berlin e.V.                                    | <p>🌐 <a href="http://www.lsb-berlin.net">www.lsb-berlin.net</a></p> <p>✉ <a href="mailto:info@lsb-berlin.de">info@lsb-berlin.de</a></p> <p>☎ 030 300020</p>                                                                                | <ul style="list-style-type: none"><li>• Adresler: Bölgenizdeki spor programları (yaşlılar ve çeşitli hastalıklar için, örn. kalp veya kas hastalıkları)</li><li>• Sağlık, önleme ve rehabilitasyon sporları için teklifler (diğer internet sayfaları)</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Sport-Gesundheitspark Berlin e.V. und Zentrum für Sportmedizin | <p>🌐 <a href="http://www.sportgesundheitspark.de">www.sportgesundheitspark.de</a></p> <p>✉ <a href="mailto:kontakt@sport-gesundheitspark.de">kontakt@sport-gesundheitspark.de</a></p>                                                      | <ul style="list-style-type: none"><li>• çeşitli hastalıklar için, örn: Diyabet, zihinsel hastalıklar, kalp hastalıkları, tümör hastalıkları, solunum ve akciğer hastalıkları, Parkinson hastalığı, kas hastalıkları</li><li>• bilgi, tavsiye ve spor hekimliği desteği, antrenman planları vb</li></ul>                                                                                                                                                                                                         |
| AG Lungensport in Deutschland e.V.                             | <p>🌐 <a href="http://www.lungensport.org">www.lungensport.org</a></p> <p>✉ <a href="mailto:lungensport@atemwegsliga.de">lungensport@atemwegsliga.de</a></p> <p>☎ 0049 (0) 52529370603</p>                                                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Solunum ve akciğer hastalıkları için, örn: Astım, KOAH, kistik fibrozis</li><li>• Akciğer sporları hakkında bilgi</li><li>• Adresler: Bölgenizdeki pulmoner spor grupları için veri tabanı</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## Yaşam kalitenizi güçlendirme arayışında ...

|                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| BGPR – (Berliner Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-erkrankungen e.V.) |  <a href="http://www.bgpr.de">www.bgpr.de</a><br> <a href="http://www.herzgruppen-berlin.de">www.herzgruppen-berlin.de</a> (adresler)                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kalp grupları hakkında bilgi</li> <li>• Adresler: Bölgenizdeki kalp grupları için veri tabanı</li> </ul>                                                                                             |
| Netzwerk OnkoAktiv e.V.                                                                               |  <a href="http://www.netzwerk-onkoaktiv.de">www.netzwerk-onkoaktiv.de</a>                                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kanser hastaları (ve profesyoneller) için egzersiz ve spor programları: Danışmanlık, arabuluculuk ve ağ oluşturma</li> <li>• Adresler (“OnkoAktiv Karte”): Mahallenizdeki teklifler</li> </ul>       |
| Psychoonkologie in Berlin (Tumorzentrum Berlin e.V.)                                                  |  <a href="http://www.psychoonkologie.berlin">www.psychoonkologie.berlin</a>                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adresler: Psikoterapistler, doktorlar, psikologlar, Berlin’deki alternatif pratisyenler, psikososyal danışma merkezleri</li> <li>• Çeşitli dillerde psiko-onkolojik danışmanlık</li> </ul>           |
| Onkomap – „Ihr digitaler Onkolotse für Berlin“                                                        |  <a href="http://www.onkomap.de">www.onkomap.de</a><br> <a href="mailto:onkolotse@tzb.de">onkolotse@tzb.de</a><br> 030 2853890 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Berlin’de kanser hastaları ve yakınları için bilgiler, etkinlikler ve adresler</li> <li>• Adresler: Fizyoterapi, kendi kendine yardım, atölye çalışmaları, danışmanlık, psiko-onkoloji vb</li> </ul> |
| DFKGT – (Deutscher Fachverband für Kunst- und Gestaltungstherapie e.V.)                               |  <a href="http://www.dfkg.de">www.dfkg.de</a><br> <a href="mailto:info@dfkg.de">info@dfkg.de</a><br> 030 61203208            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adresler: Sanat ve tasarım terapistleri için “Terapist arama” (DFKGT üyeleri)</li> </ul>                                                                                                             |
| DAGTP – (Deutscher Arbeitskreis Gestaltungs-therapie / Klinische Kunsttherapie e.V.)                  |  <a href="http://www.dagtp.de">www.dagtp.de</a><br> <a href="mailto:buero@dagtp.de">buero@dagtp.de</a><br> 030 8935903       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adresler: Tasarım/klinik sanat terapistleri listesi (indirmek için terapist listesine bakınız)</li> </ul>                                                                                            |

## Endiře ve korkularla ilgili yardım arıyorum ...

Telefonseelsorge  
Berlin e.V.

• [www.telefonseelsorge-berlin.de](http://www.telefonseelsorge-berlin.de)  
• 0800 1110111  
• 030 440 308 454 (Rusça - telefonla danışmanlık hizmeti Doweria)  
• 030 443 509 821 (Türkçe, Arapça, Urduca - telefonla Müslüman danışmanlık hizmeti)

- Endiře, korku, keder, yalnızlık ve sorunları olan kişiler için telefonla danışmanlık hizmeti (rn: ağır hastalık durumunda)
- günün her saati
- anonim
- ayrıca kolay dilde

Notfallseelsorge /  
Krisenintervention  
Berlin

• [www.notfallseelsorge-berlin.de](http://www.notfallseelsorge-berlin.de)  
• [online.telefonseelsorge.de](mailto:online.telefonseelsorge.de) (e-posta ve sohbet yoluyla danışmanlık)  
• 0800 1110111 (24 saat acil ağırı)  
• 0800 1110222 (24 saat acil ağırı)  
• 0049 116 123 (24 saat acil ağırı)

- Sohbet-Seelsorge
- E-Posta-Seelsorge
- Telefon-Seelsorge
- günün her saati
- anonim

Berliner Krisendienst

• [www.berliner-krisendienst.de](http://www.berliner-krisendienst.de)  
• 030 39063 - .. (Telefon numarasının sonu bölgeye göre değişir, web sitesine bakın)

- Tüm soru, endiře ve sorunlarda yardım
- Çocuklar ve gençler için evrimii danışmanlık (e-posta veya sohbet yoluyla)
- anonim
- ayrıca kolay dilde

Nummer gegen  
Kummer

• [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)  
• 116111 (gençler ve çocuklar için danışmanlık)  
• 0800 1110550 (ebeveynler için danışmanlık)  
• 0800 500 225 0 (Ukraynaca, Rusça)

- Depresyonla başa çıkma konusunda yardım ve bilgi
- İrtibat noktaları hakkında bilgi (rn: Danışma merkezleri, kendi kendine yardım grupları, klinikler)
- aynı zamanda Bilgi materyalleri, evrimii forumlar

## Emeklilik planlaması konusunda destek ve bilgi arayışı içinde ...

|                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Home Care Berlin e.V.                                 |  <a href="http://www.homecareberlin.de">www.homecareberlin.de</a><br> <a href="mailto:info@homecareberlin.de">info@homecareberlin.de</a><br> 030 4534348                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Yaşam vasiyeti, bakım ve acil durum kararname, sağlık bakım vekaleti</li><li>• Hospis ve palyatif bakım (özellikle SAPV)</li><li>• Adresler: Berlin'deki SAPV</li></ul>                                                 |
| ZAH – (Zentrale Anlaufstelle Hospiz) (Unionhilfswerk) |  <a href="http://www.hospiz-aktuell.de">www.hospiz-aktuell.de</a><br> <a href="http://www.hospiz.beranet.info">www.hospiz.beranet.info</a> (E-Posta danışmanlığı)<br> <a href="mailto:post@hospiz-aktuell.de">post@hospiz-aktuell.de</a><br> 030 40711113 | <ul style="list-style-type: none"><li>• Bilgi ve tavsiye</li><li>• Yas, ölüm ve ölmek, hospis ve palyatif bakım</li><li>• Yaşam vasiyeti, acil durum planlaması, sağlık bakım vekaleti</li><li>• Telefonla, kişisel ve çevrimiçi danışmanlık</li></ul>          |
| BMJ (Bundesministerium der Justiz)                    |  <a href="http://www.bmj.de">www.bmj.de</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Hasta ve bakıcı kararname, sağlık bakım vekaleti (formlar, metin modülleri, bilgiler)</li><li>• Formlar İngilizce, Fransızca, Rusça, Türkçe, İtalyanca olarak da mevcuttur</li><li>• İşaret dili ve kolay dil</li></ul> |

## Kendi kendine yardım için yardım arayışında ...

|                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NAKOS – (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen) |  <a href="http://www.nakos.de">www.nakos.de</a><br> <a href="mailto:selbsthilfe@nakos.de">selbsthilfe@nakos.de</a><br> 030 31018960                | <ul style="list-style-type: none"><li>• Kendi kendine yardım (grupları): Adresler ve bilgiler vs.</li></ul> |
| SEKIS – (Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle)                                                     |  <a href="http://www.sekis-berlin.de">www.sekis-berlin.de</a><br> <a href="mailto:sekis@sekis-berlin.de">sekis@sekis-berlin.de</a><br> 030 8926602 |                                                                                                             |
| Onkomap – „Ihr digitaler Onkolotse für Berlin“                                                            |  <a href="http://www.onkomap.de">www.onkomap.de</a><br> <a href="mailto:onkolotse@tzb.de">onkolotse@tzb.de</a><br> 030 2853890                     |                                                                                                             |

## Daha fazla irtibat noktası arayışı içinde ...

Hilfelotse Berlin

 [www.hilfelotse-berlin.de](http://www.hilfelotse-berlin.de)  
 0800 5950059 (servis telefonu)

- Berlin'de sağlık ve sosyal yardım hizmetleri bulma konusunda destek
- Berlin bakım destek merkezleriyle işbirliği

Wegweiser Hospiz-  
Palliativmedizin  
(Deutsche Gesell-  
schaft für Palliativ-  
medizin e.V.)

 [www.wegweiser-hospiz-palliativmedizin.de](http://www.wegweiser-hospiz-palliativmedizin.de)

- Yetişkinler, çocuklar ve gençler için hospis ve palyatif bakım (adresler ve bilgiler)
- Göçe özel teklifler
- İçerik ve bağlantılar diğer dillerde de mevcuttur - yukarıda belirtilen web sitesinin sonunu aşağıdaki gibi uyarlayın: Türkçe (.../tr), İngilizce (.../en), Arapça (.../ar), Fransızca (.../fr), Romence (.../ro), Lehçe (.../pl), Vietnamca (.../vi), Rusça (.../ru), Ukraynaca (.../uk)

Krebsinformations-  
dienst  
dkfz – (Deutsches  
Krebsforschungszentrum)

 [www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de)  
 [krebsinformationsdienst@dkfz.de](mailto:krebsinformationsdienst@dkfz.de)  
 0800 4203040

- Hastalıkla başa çıkma konusunda yardım
- Bağlantıların, irtibat kişilerinin ve adreslerin aranmasında yardım (örn: Psiko-onkologlar, doktorlar, klinikler)
- İşaret dili ve kolay dil

## Bizi ararken...

Berliner  
Begleitmappe

 [www.begleitmappe.de](http://www.begleitmappe.de)  
[www.tzb.de/patienten-begleitmappe/](http://www.tzb.de/patienten-begleitmappe/)  
 [berliner-begleitmappe@tzb.de](mailto:berliner-begleitmappe@tzb.de)

- kendi kendine baskı için: Ekteki klasörden sayfalar ve diğer sayfalar
- Dosya için bilgi videosu
- Ayrıntılı bilgi
- Adresler
- Ayrıca farklı dillere kısmi çeviriler ve kolay dil