

Doğru adres arayışında*

İnternette anlaşılır sağlık bilgisi arayışında ...

„Was hab' ich?“	 www.washabich.de	• Bulgularınızın kolayca anlaşılabilir bir dile çevrilmesi
IQWiG – (Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen)	 www.gesundheitsinformation.de  www.informedhealth.org (English)	• Online-Sözlük (tıbbi terimler) • Çeşitli sağlık konularında anlaşılması kolay bilgiler
AWMF – (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V.)	 www.awmf.org/leitlinien/leitlinien-suche.html	• Tedavi kılavuzları ve çeşitli tanılara ilişkin bilgiler

Sağlık ve ilçe müdürlüklerinde danışma merkezleri arayışında ...

Gesundheits- und Bezirksamter im ganz Berlin	 www.service.berlin.de/standorte/gesundheitsaemter/ (Yetkili Sağlık ofislerine genel bakış)	• Danışmanlık, arabuluculuk ve yardımın başlatılması • Başvuru (örn: maddi yardımlar) • Rehabilitasyon, bakım ve destek
Berlin genelinde sağlık ve ilçe müdürlükleri	 www.service.berlin.de/bezirks-aemter/ (Bölge ofislerine genel bakış)  030 115 (Vatandaş Danışma Hattı)	• Emeklilik planlaması • Hospis ve palyatif bakım

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

Bürgertelefon zur Kranken- und Pflegeversicherung und gesundheitlichen Prävention (Bundesministerium für Gesundheit)	 www.bmg.bund.de  030 3406066-01 (sağlık sigortası)  030 3406066-02 (uzun süreli bakım sigortası)  030 3406066-03 (sağlık önceliği)	• Alman sağlık sistemi hakkındaki sorularınız için • Sağlık ve uzun süreli bakım sigortası • Sağlık önlemleri • İletişim formu aracılığıyla yazılı sorular • İşaret dili ve kolay dil • Terimlerin açıklanması (sağlık ve sağlık sistemi bağlamında) • Çevrimiçi kılavuz
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 ...

Pflegestützpunkte in ganz Berlin Berlin genelinde bakım destek merkez- leri	🌐 www.pflegestuetzpunkteberlin.de ☎ 0800 5950059 (Servis telefonu)	• Zorunlu sigortalılar ve yakınları için danışmanlık • bakıma muhtaç kişiler, bakıma muhtaç olma riski taşıyan kişiler, engelli kişiler ve yakınları için • Bakım konusunda danışmanlık ve destek • Destek hizmetlerine aracılık • Başvurular için destek (Örn: maddi yardımlar) • Yardım planlarının ortak oluşturulması (vaka yönetimi)
Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung (kpu)	🌐 www.pflegeunterstuetzung-berlin.de ✉ kompetenzzentrum@sekis-berlin.de ☎ 030 89028532 (servis telefonu)	• Bakıma muhtaç kişilerin mümkün olduğunca uzun süre evlerinde bakım ve gözetim altında tutulabilmeleri için destek hizmetleri • Aile bakıcıları için yerel destek ve yardım > Günlük yaşamda destek için teklifler: bakıma muhtaç insanlar için bakım ve destek ve evle ilgili hizmetler (yardım miktarı § 45b SGB XI) > Bakım taahhüdü için iletişim noktaları: bakım kendi kendine yardım grupları ve gönüllü ziyaret hizmetleri, bilgilendirme etkinlikleri
Weg zur Pflege (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend)	🌐 www.weg-zur-pflege.de ✉ info@weg-zur-pflege.de ☎ 030 20179131	• yaşlılıkta bakım ve yardımla ilgili sorular ve destek ihtiyaçları için • Aile bakım süresi hesaplayıcısı, hizmet materyalleri, örnek formlar ve çok daha fazlası. • İletişim formu aracılığıyla yazılı sorular • İşaret dili ve kolay dil
Stiftung ZQP (Zentrum für Qualität in der Pflege)	🌐 www.zqp.de ✉ info@zqp.de	• Bakım konusunda bölgenizdeki danışmanlık hizmetlerini arayın (özel arama filtreleri ayarlanabilir) • Bakım konularında kolay anlaşılır bir dilde bilgilendirme materyalleri • Aile bakıcıları için ipuçları ve çok daha fazlası

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

Compass – Private Pflegeberatung	www.compass-pflegeberatung.de info@compass-pflegeberatung.de 0800 1018800 (Servis telefonu)	• Özel sigortalı kişiler ve yakınları için danışmanlık • Bakım parası, demans, yaşamın son evresi, çocuk ve gençlerin bakımı, bakıcılar için önleyici tedbirler • Başvurular ile ilgili destek (örn: maddi yardımlar) • Sağırılar için görüntülü aramalar
----------------------------------	--	--

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

Deutsche Rentenversicherung	www.deutsche-rentenversicherung.de kundenservice@drv-berlin-brandenburg.de (yerel) drv@drv-bund.de 0800 100048025 (ülke çapında) (yerel servis telefonu) 0800 10004800 (ülke çapında servis telefonu)	• Emeklilik, rehabilitasyon ve önleme (başvurular, bilgilendirme, danışmanlık) • Bilgi ve danışma merkezleri (randevu gereklidir) • Kolay dil & işaret dili ve yazılı dil tercümanları
Deutsche Rentenversicherung (Reha-Nachsorge-Finder) (Rehabilitasyon sonrası bakım bulucu)	www.nachderreha.de	• Bölgenizdeki bakım sonrası hizmetleri ve programları arayın • genel Rehabilitasyon sonrası bakım hakkında sorular • İletişim formu aracılığıyla yazılı sorular • Çevrimiçi sözlük - Terimlerin açıklanması (sağlık, rehabilitasyon, emeklilik ve sağlık sistemi bağlamında)
BAR (Bundesarbeitsgemeinschaft für rehabilitation e.V.) (Rehabilitasyon ve katılım için irtibat noktaları)	www.ansprechstellen.de	• Engelsiz temas noktalarının aracılığı ya da Bölgenizdeki bilgi teklifleri • bununla birlikte entegrasyon yardımı, ağır engellilere çalışma hayatında yardım için entegrasyon ofisleri, iş merkezleri, sağlık sigortası, uzun süreli bakım sigortası, emeklilik sigortası hakkında

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
☎ 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
☎ 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
✉ 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	🌐 www.berliner-mobilitaetshilfe-dienste.de ☎ 030 9028 2847 (ilk bilgiler) ve belirli teklifler için bölgeye bağlı olarak telefon numarası (web sitesine bakın)	• yardım almadan evlerinden çıkamayan 60 yaş ve üzeri kişiler için (örn: hastalık veya engellilik nedeniyle) • Her türlü randevuya eşlik etme (örn: Arkadaş/akraba ziyaretleri, kültürel etkinlikler, alışveriş, yürüyüşler, vb.) • Eskort ve tekerlekli sandalye itme hizmeti; görme engelliler için yardım; basamakların aşılması gerektiğinde merdivenle taşıma • Hizmeti kullanmak için bir yönetim ücreti alınır (bkz. web sitesi)
Berliner Hausbesuche (Malteser Hilfsdienste e.V.)	🌐 www.berliner-hausbesuche.de ✉ berliner-hausbesuche@malteser.org ☎ 030 348003 255	• Yaşları 70 ve üzerinde olan kişiler için bilgilendirme toplantısı • Eğitim ve kültür, boş zaman ve spor, yaşa uygun yaşam, gönüllü çalışma, bakım bağımlılığı, dijital medya ile başa çıkma alanlarında bölgedeki teklifler hakkında bilgi • ücretsiz ve şahsen, evde veya kafe, mahalle merkezi gibi halka açık bir yerde
Landessportbund Berlin e.V.	🌐 www.lsb-berlin.net ✉ info@lsb-berlin.de ☎ 030 300020	• Adresler: Bölgenizdeki spor programları (yaşlılar ve çeşitli hastalıklar için, örn. kalp veya kas hastalıkları) • Sağlık, önleme ve rehabilitasyon sporları için teklifler (diğer internet sayfaları)
Sport-Gesundheitspark Berlin e.V. und Zentrum für Sportmedizin	🌐 www.sportgesundheitspark.de ✉ kontakt@sport-gesundheitspark.de	• çeşitli hastalıklar için, örn: Diyabet, zihinsel hastalıklar, kalp hastalıkları, tümör hastalıkları, solunum ve akciğer hastalıkları, Parkinson hastalığı, kas hastalıkları • bilgi, tavsiye ve spor hekimliği desteği, antrenman planları vb
AG Lungensport in Deutschland e.V.	🌐 www.lungensport.org ✉ lungensport@atemwegsliga.de ☎ 0049 (0) 52529370603	• Solunum ve akciğer hastalıkları için, örn: Astım, KOAH, kistik fibrozis • Akciğer sporları hakkında bilgi • Adresler: Bölgenizdeki pulmoner spor grupları için veri tabanı

Yaşam kalitenizi güçlendirme arayışında ...

BGPR – (Berliner Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-erkrankungen e.V.)	 www.bgpr.de  www.herzgruppen-berlin.de (adresler)	• Kalp grupları hakkında bilgi • Adresler: Bölgenizdeki kalp grupları için veri tabanı
Netzwerk OnkoAktiv e.V.	 www.netzwerk-onkoaktiv.de	• Kanseri hastaları (ve profesyoneller) için egzersiz ve spor programları: Danışmanlık, arabuluculuk ve ağ oluşturma • Adresler (“OnkoAktiv Karte”): Mahallenizdeki teklifler
Psychoonkologie in Berlin (Tumorzentrum Berlin e.V.)	 www.psychoonkologie.berlin	• Adresler: Psikoterapistler, doktorlar, psikologlar, Berlin’deki alternatif pratisyenler, psikososyal danışma merkezleri • Çeşitli dillerde psiko-onkolojik danışmanlık
Onkomap – „Ihr digitaler Onkolotse für Berlin“	 www.onkomap.de  onkolotse@tzb.de  030 2853890	• Berlin’de kanser hastaları ve yakınları için bilgiler, etkinlikler ve adresler • Adresler: Fizyoterapi, kendi kendine yardım, atölye çalışmaları, danışmanlık, psiko-onkoloji vb
DFKGT – (Deutscher Fachverband für Kunst- und Gestaltungstherapie e.V.)	 www.dfkg.de  info@dfkg.de  030 61203208	• Adresler: Sanat ve tasarım terapistleri için “Terapist arama” (DFKGT üyeleri)
DAGTP – (Deutscher Arbeitskreis Gestaltungstherapie / Klinische Kunsttherapie e.V.)	 www.dagtp.de  buero@dagtp.de  030 8935903	• Adresler: Tasarım/klinik sanat terapistleri listesi (indirmek için terapist listesine bakınız)

Endişe ve korkularla ilgili yardım arıyorum ...

Telefonseelsorge Berlin e.V.	 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)	• Endişe, korku, keder, yalnızlık ve sorunları olan kişiler için telefonla danışmanlık hizmeti (örn: ağır hastalık durumunda) • günün her saati • anonim • ayrıca kolay dilde
Notfallseelsorge / Krisenintervention Berlin	 www.notfallseelsorge-berlin.de  online.telefonseelsorge.de (e-posta ve sohbet yoluyla danışmanlık)  0800 1110111 (24 saat acil çağrı)  0800 1110222 (24 saat acil çağrı)  0049 116 123 (24 saat acil çağrı)	• Sohbet-Seelsorge • E-Posta-Seelsorge • Telefon-Seelsorge • günün her saati • anonim
Berliner Krisendienst	 www.berliner-krisendienst.de  030 39063 - .. (Telefon numarasının sonu bölgeye göre değişir, web sitesine bakın)	• Tüm soru, endişe ve sorunlarda yardım • Çocuklar ve gençler için çevrimiçi danışmanlık (e-posta veya sohbet yoluyla) • anonim • ayrıca kolay dilde
Nummer gegen Kummer	 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 (örn: Danışma merkezleri, kendi kendine yardım grupları, klinikler) • aynı zamanda Bilgi materyalleri, çevrimiçi forumlar

Emeklilik planlaması konusunda destek ve bilgi arayışı içinde ...

Home Care Berlin e.V.	 www.homecareberlin.de  info@homecareberlin.de  030 4534348	• Yaşam vasiyeti, bakım ve acil durum kararname, sağlık bakım vekaleti • Hospis ve palyatif bakım (özellikle SAPV) • Adresler: Berlin'deki SAPV
ZAH – (Zentrale Anlaufstelle Hospiz) (Unionhilfswerk)	 www.hospiz-aktuell.de  www.hospiz.beranet.info (E-Posta danışmanlığı)  post@hospiz-aktuell.de  030 40711113	• Bilgi ve tavsiye • Yas, ölüm ve ölmek, hospis ve palyatif bakım • Yaşam vasiyeti, acil durum planlaması, sağlık bakım vekaleti • Telefonla, kişisel ve çevrimiçi danışmanlık
BMJ (Bundesministerium der Justiz)	 www.bmj.de	• Hasta ve bakıcı kararname, sağlık bakım vekaleti (formlar, metin modülleri, bilgiler) • Formlar İngilizce, Fransızca, Rusça, Türkçe, İtalyanca olarak da mevcuttur • İşaret dili ve kolay dil

Kendi kendine yardım için yardım arayışında ...

NAKOS – (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	 www.nakos.de  selbsthilfe@nakos.de  030 31018960	• Kendi kendine yardım (grupları): Adresler ve bilgiler vs.
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	

Daha fazla irtibat noktası arayışı içinde ...

Hilfelotse Berlin	 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 Gesellschaft für Palliativmedizin e.V.)	 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)
Krebsinformationsdienst dkfz – (Deutsches Krebsforschungszentrum)	 www.krebsinformationsdienst.de  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 www.tzb.de/patienten-begleitmappe/  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
-----------------------	--	--