

Vietnamesisch / Tiếng Việt

Werkstatt zur Teilhabe
im Alter(n) mit Migrationsgeschichte

Info-Broschüre I Altwerden in der Migration

Sổ tay hướng dẫn I
tuổi già nơi viễn xứ

GePGeMi e.V.
Gesellschaft für Psychosoziale
Gesundheitsförderung bei Migrant*innen



Werkstatt zur Teilhabe
im Alter(n) mit Migrationsgeschichte

Info-Broschüre I Altwerden in der Migration

Sổ tay hướng dẫn I
tuổi già nơi viễn xứ



GePGeMi e.V.
Gesellschaft für Psychosoziale
Gesundheitsförderung bei Migrant*innen

Inhaltverzeichnis

Vorwort- Warum entstand diese Broschüre?	4
1 Wie ist die Struktur der Altenhilfe in Berlin aufgebaut?	8
2 Einsamkeit im Alter - Wie kann man dagegen tun?	12
3 Pflege zu Hause – Welche Unterstützung erhalten Menschen, die gepflegt werden müssen?	16
4 Pflegewohngemeinschaft im Alter – Wie finanziere ich sie?	22
5 Altersdiskriminierung und antiasiatischer Rassismus – Was kann man dagegen tun?	26
Anhang	
Freizeitangebote für Senior*innen	32
-Stadtteilzentrum Friedrichshain und AWO-Begegnungszentrum- Adressen im Überblick	38

Mục lục

Lời tựa - Tại sao cuốn sổ tay này lại ra đời?	4
1 Các hình thức chăm sóc người cao tuổi ở Berlin được xây dựng như thế nào?	8
2 Sự cô đơn tuổi già - Làm thế nào để khắc phục điều đó?	12
3 Chăm sóc tại nhà - Có những hình thức hỗ trợ nào dành cho người cần được chăm sóc?	16
4 Chung cư cho người cao tuổi - Tôi có thể chi trả nó như thế nào?	22
5 Phân biệt đối xử người cao tuổi và phân biệt chủng tộc người Châu Á - Làm thế nào để khắc phục điều đó?	26
Phụ lục	
Các hoạt động giải trí cho người cao tuổi	32
-Trung tâm văn hóa Friedrichshain và trung tâm gặp gỡ AWO-	32
Danh sách các địa chỉ	38

Vorwort-Warum entstand diese Broschüre?

Wenn ältere Menschen, die in einem anderen Land leben, an gesellschaftlichen und politischen Aktivitäten teilnehmen, kann das auf verschiedene Weise ihr Wohlbefinden beeinflussen:

• Soziale Integration:

Wenn sie an sozialen und kulturellen Aktivitäten teilnehmen, können sich ältere Migrant*innen besser in die Gesellschaft integrieren und sich mehr dazugehörig fühlen. Sie können neue Freunde finden und sich in ihrer Umgebung wohler fühlen.

• Empowerment:

Wenn ältere Migrant*innen an gesellschaftlich-politische Aktivitäten teilnehmen, können sie ihre Rechte besser vertreten und für ihre Belange eintreten. Dadurch können sie ihr Selbstbewusstsein stärken und sich selbstbestimmter fühlen.

• Gesundheitliche Vorteile:

Die gesellschaftlich-politische Teilhabe kann auch positive Auswirkungen auf die körperliche und geistige Gesundheit älterer Migrant*innen haben. Es kann zur Verbesserung des psychischen Wohlbefindens, zur Vorbeugung von sozialer Isolation und zur Förderung eines aktiven Lebensstils beitragen.

Aus diesem Grund haben wir, **GePGeMi e.V.**, das Projekt „Werkstatt zur Teilhabe im Alter(n) mit Migrationsgeschichte“ (Kurz: Werkstatt TAM) ins Leben gerufen.

GePGeMi e.V., Gesellschaft für Psychosoziale Gesundheitsförderung bei Migrant*innen in Berlin, ist eine Organisation, die sich um die psychosoziale Gesundheit von Migrant*innengruppen kümmert, insbesondere von Menschen aus asiatischen Ländern. Wir arbeiten dafür, dass Migrant*innenfamilien und ältere Migrant*innen in den Bereichen Gesundheit, Politik und soziale Teilhabe gerecht behandelt werden.

Die Werkstatt TAM ist ein Projekt des Vereins. Das Konzept des Projekts basiert auf drei Bausteine:

Lời tựa-Tại sao cuốn sổ tay này lại ra đời?

Khi những người cao tuổi nhập cư tham gia vào các hoạt động xã hội và xây dựng chính sách ở Đức, điều này có thể tác động đến sức khỏe của họ theo nhiều cách khác nhau:

• Hòa nhập xã hội:

Khi tham gia vào các hoạt động xã hội và văn hóa, người cao tuổi nhập cư có thể hòa nhập tốt hơn vào xã hội và cảm thấy rằng mình thuộc về xã hội đó. Họ có thể tìm thấy bạn bè mới và cảm thấy thoải mái hơn trong môi trường xung quanh.

• Tăng cường sự tự tin và tự chủ:

Khi người cao tuổi nhập cư tham gia vào các hoạt động xã hội và xây dựng chính sách, họ có thể nói lên những vấn đề của mình và bảo vệ quyền lợi của mình. Điều này giúp họ tăng cường lòng tự tin và cảm thấy tự chủ hơn.

• Lợi ích về sức khỏe:

Việc tham gia vào các hoạt động xã hội và xây dựng chính sách cũng có thể có những tác động tích cực đến sức khỏe tinh thần và thể chất của người cao tuổi nhập cư. Nó có thể cải thiện tình trạng tâm lý, ngăn ngừa cô đơn và thúc đẩy lối sống tích cực.

Vì lý do đó, chúng tôi, **GePGeMi e.V.**, đã khởi động dự án „Werkstatt zur Teilhabe im Alter(n) mit Migrationsgeschichte“ (Viết tắt: „Werkstatt TAM“).

GePGeMi e.V., hiệp hội về tăng cường sức khỏe tâm lý xã hội cho người nhập cư tại Berlin, đặc biệt là những người đến từ các nước châu Á. Chúng tôi làm việc nhằm đảm bảo rằng các gia đình nhập cư và người cao tuổi nhập cư được đối xử công bằng trong lĩnh vực sức khỏe, chính trị và xã hội.

Werkstatt TAM là một dự án của hiệp hội. Ý tưởng của dự án dựa trên ba yếu tố chính:

Werkstatt zur Teilhabe im Alter(n) mit Migrationsgeschichte (2023-2025)



•Informierung:

„Wissen macht Mut zur Teilhabe“ ist eine Veranstaltungsreihe, die ältere Menschen informieren, wie sie sich engagieren und am gesellschaftlichen und politischen Leben teilnehmen können. Es geht dabei um das Thema „Migration und Alter(n)“. Die Info-Veranstaltungen sind in einer einfachen Sprache verfasst und werden in Koreanisch, Japanisch, Thailändisch und Vietnamesisch übersetzt, damit möglichst viele Senior*innen davon profitieren können.

•Vernetzung:

Das „Teilhabe-Café“ ist ein Ort, an dem sich ältere Menschen und auch jüngere Menschen mit Migrationsgeschichte treffen und miteinander in Kontakt treten können. Hier gibt es auch praktische Hilfe, zum Beispiel wenn man Schwierigkeiten hat, sich online anzumelden, Online-Formulare auszufüllen oder im Internet nach Informationen zu suchen.

•Aktiv im Alter:

Die „Senior*innen-Studiengruppe“ möchte die Teilhabe von Senior*innen mit Migrationsgeschichte weiter stärken. Mit Unterstützung von aktiven Senior*innen werden andere ältere Menschen mit Migrationsgeschichte persönlich angesprochen. Dabei werden Informationen über die Teilhabemöglichkeiten im Projekt „Wissen macht Mut zur Teilhabe“ persönlich weitergegeben. Während des Besuchs wird auch ein Gespräch mit den besuchten Personen geführt, um mögliche Schwierigkeiten zur Teilhabe zu erfahren. Wenn Probleme identifiziert werden, soll durch Austausch mit Politik und Verwaltung Abhilfe geschaffen werden.

Diese Broschüre wurde in der Werkstatt TAM erstellt. Sie gehört zur Broschürenreihe „Altwerden in der Migration“. Damit wollen wir Ihnen wichtige Informationen über das Thema Altern in Berlin geben. Außerdem möchten wir Ihnen in jeder Broschüre verschiedene Freizeitangebote von Einrichtungen in Berlin vorstellen. In dieser Broschüre präsentieren wir Ihnen die Angebote des Stadtteilzentrums Friedrichshain (Volkssolidarität) und des AWO-Begegnungszentrums in Kreuzberg. Viel Freude beim Lesen wünschen wir Ihnen!

Werkstatt zur Teilhabe im Alter(n) mit Migrationsgeschichte (2023 - 2025))



•Cung cấp thông tin:

„Wissen macht Mut zur Teilhabe“ là một chuỗi hội thảo nhằm cung cấp thông tin cho người cao tuổi về cách tham gia xây dựng chính sách và xã hội. Chủ đề chính là „Di cư và tuổi già“. Các buổi hội thảo được viết bằng ngôn ngữ đơn giản và được dịch sang tiếng Hàn, tiếng Nhật, tiếng Thái và tiếng Việt để nhiều người cao tuổi có thể nhận được thông tin.

•Kết nối:

„Teilhabe-Café“ là một nơi mà người cao tuổi và cả những người trẻ tuổi nhập cư có thể gặp gỡ và tiếp xúc với nhau. Đây cũng là nơi người cao tuổi nhận được sự giúp đỡ, ví dụ như khi gặp khó khăn trong việc đăng ký trực tuyến, điền các biểu mẫu đơn trực tuyến hoặc tìm kiếm thông tin trên Internet.

•Tuổi cao trí càng cao:

Hoạt động của „Senior*innen-Studiengruppe“ nhằm mục tiêu tăng cường sự tham gia xây dựng chính sách và xã hội của người cao tuổi nhập cư. Với sự hỗ trợ từ các người cao tuổi đang tham gia tích cực vào các hoạt động của hiệp hội, chúng tôi sẽ thăm hỏi những người cao tuổi nhập cư khác. Thông tin về quyền và các cơ hội tham gia xây dựng chính sách và xã hội trong dự án „Wissen macht Mut zur Teilhabe“ sẽ được đưa đến tận tay những người được thăm hỏi. Qua đó chúng tôi sẽ có cuộc trò chuyện với những người cao tuổi này để tìm hiểu các khó khăn của họ về việc tham gia xây dựng. Khi các khó khăn này được làm sáng tỏ, chúng tôi sẽ tìm cách giải quyết thông qua việc trao đổi với các cơ quan nhà nước.

Quyển sổ tay này được tạo ra tại dự án „Werkstatt TAM“. Nó thuộc vào chuỗi sổ tay „Altwerden in der Migration“ (tuổi già nơi viễn xứ). Chúng tôi muốn cung cấp cho bạn thông tin quan trọng về việc an hưởng tuổi già tại Berlin. Ngoài ra, chúng tôi muốn giới thiệu cho bạn các hoạt động giải trí khác nhau của các cơ sở tại Berlin thông qua từng cuốn sổ tay. Trong cuốn sổ tay này, chúng tôi giới thiệu các hoạt động của trung tâm văn hóa Friedrichshain (Volkssolidarität) và trung tâm gặp gỡ AWO (Arbeiterwohlfahrt) tại Kreuzberg. Chúc bạn đọc tìm thấy niềm vui!

1 Wie ist die Struktur der Altenhilfe in Berlin aufgebaut?

Die Altenhilfe bzw. Senior*innenarbeit werden als öffentliche Aufgabe betrachtet. Es gibt viele Angebote für ältere Menschen, die in drei Gruppen unterteilt werden können:



•Gemeinwesenorientierte Seniorenarbeit oder auch „offene Altenhilfe“

bedeutet, dass es Institutionen, Programme, Projekte, Aktionen und Veranstaltungen gibt, die ältere Menschen in der Zeit nach ihrem Beruf und Familienleben unterstützen. Der Fokus liegt darauf, dass ältere Menschen ihre Lebensphase selbstbestimmt gestalten können und soziale Kontakte haben. Auch wenn sie im Alltag Einschränkungen haben, sollen sie möglichst unabhängig leben können. Einrichtungen, die offene Altenhilfe anbieten, sind zum Beispiel Seniorenbegegnungsstätten, Seniorenbüros oder auch Selbstorganisationen wie GePGeMi e.V., die das Projekt „Werkstatt zur Teilhabe im Alter(n) mit Migrationsgeschichte“ durchführen.

1 Các hình thức chăm sóc người cao tuổi ở Berlin được xây dựng như thế nào?

Chăm sóc người cao tuổi được coi là một nhiệm vụ công. Có nhiều dịch vụ dành cho người cao tuổi, có thể chia thành ba nhóm:



•Hoạt động hướng về cộng đồng

bao gồm các chương trình, dự án, hoạt động và sự kiện nhằm hỗ trợ người cao tuổi trong giai đoạn nghỉ hưu. Trọng tâm là để người cao tuổi có thể tự quyết định cuộc sống của mình, tạo và duy trì các mối quan hệ xã hội. Ngay cả khi người cao tuổi gặp hạn chế trong cuộc sống hàng ngày, họ vẫn có thể tự chủ trong cuộc sống. Các cơ sở phụ trách các hoạt động hướng về cộng đồng bao gồm các trung tâm gặp gỡ người cao tuổi, văn phòng người cao tuổi hoặc các tổ chức như GePGeMi e.V., hiệp hội đang thực hiện dự án „Werkstatt zur Teilhabe im Alter(n) mit Migrationsgeschichte“.

•Ambulante Altenpflege

bedeutet, dass ältere Menschen, die Pflege benötigen, zuhause betreut werden. Dabei kommt das Pflegepersonal zu den älteren Menschen nach Hause und kümmert sich um ihre Bedürfnisse. Die älteren Menschen können so in ihrer vertrauten Umgebung bleiben und müssen nicht in ein Pflegeheim umziehen. Ambulante Altenpflege bieten ambulante Pflegedienste in freigemeinnütziger oder privat-gewerblicher Trägerschaft an.

•(Teil-)Stationäre Pflege

bedeutet, dass man in einer Einrichtung wohnt, wenn man zu Hause nicht zu bestimmten Zeiten gepflegt werden kann. Das kann tagsüber, nachts oder auch über mehrere Tage oder Wochen der Fall sein. Wenn die Pflege zu Hause zeitweise nicht ausreicht, kann man die teilstationäre Pflege in Anspruch nehmen. Alten- und Pflegeheime, die von verschiedenen Organisationen wie gemeinnützigen, privaten oder kommunalen Trägern betrieben werden, bieten die Möglichkeit für die (teil-)stationäre Pflege.

•Hinh thức chăm sóc tại nhà (ngoại trú)

Trong trường hợp này, nhân viên điều dưỡng sẽ đến và chăm sóc người cao tuổi tại nhà. Nhờ đó, người cao tuổi có thể ở trong môi trường quen thuộc và không cần chuyển đến một viện dưỡng lão. Dịch vụ chăm sóc người cao tuổi tại nhà được cung cấp bởi các tổ chức phi lợi nhuận hoặc các tổ chức kinh doanh tư nhân.

•Hinh thức chăm sóc tại cơ sở (nội trú)

nghĩa là người được chăm sóc sẽ ở tại một cơ sở điều dưỡng khi họ không thể được chăm sóc tại nhà vào một thời điểm nhất định. Điều này có thể xảy ra vào ban ngày, ban đêm hoặc trong một khoảng thời gian dài, ví dụ như một số ngày hoặc vài tuần. Khi việc chăm sóc tại nhà không đáp ứng đủ nhu cầu nữa, người cần được chăm sóc có thể chọn hình thức chăm sóc (bán) nội trú tại một cơ sở điều dưỡng. Các viện dưỡng lão và điều dưỡng là nơi cung cấp dịch vụ chăm sóc nội trú. Những cơ sở này được điều hành bởi các tổ chức khác nhau như tổ chức phi lợi nhuận, tổ chức tư nhân hoặc cơ quan chính quyền địa phương.

2 Einsamkeit im Alter- Wie kann man dagegen tun?

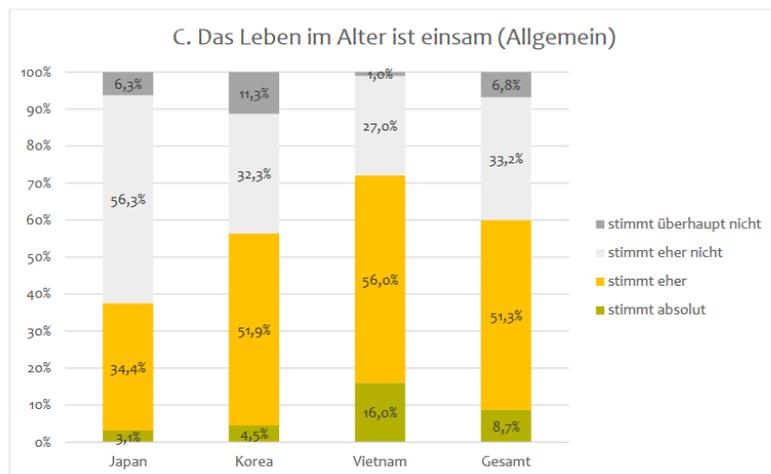
• Einsamkeit im Alter

„Einsamkeit beschreibt das zutiefst unangenehme Gefühl, dass die sozialen Beziehungen, die man pflegt, und der persönliche Austausch mit anderen Menschen nicht den eigenen Bedürfnissen nach Zugehörigkeit und Geborgenheit entsprechen.“ (Perlman & Peplau 1981)¹

¹ Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy. New York: Wiley Interscience.

In einer Studie von GePGeMi² aus dem Jahr 2018 wurde untersucht, wie asiatische Migrant*innen in Berlin, die 55 Jahre oder älter sind, Einsamkeit wahrnehmen. 72% der befragten Personen mit vietnamesischer Herkunft empfinden das Leben im Alter als einsam. 56,4% der befragten Personen aus der koreanischen Community stimmen dieser Aussage ebenfalls zu, während bei den japanischen Befragten nur 37,5% zustimmen.

Abbildung 39. Das Leben im Alter ist einsam



Quelle: Abbildung unverändert übernommen von GePGeMi e.V.2019 (GePGeMi e.V. 2019: 46)

² GePGeMi e.V. (Hrsg.). (2019). Studienbericht: Lebenslagen von alt werdenden und älteren asiatischen Migrantinnen. Eine Pilotstudie zur gesundheitsbezogenen Lebensqualität und zu Altersbildern der alt werdenden und älteren asiatischen Migrantinnen aus Japan, Korea und Vietnam in Berlin. Berlin: Fritz-Thyssen-Stiftung. Zugriff am 06.06.2019. Verfügbar unter: https://www.gemi-berlin.de/app/download/14133988133/1_Bericht+der+S1_Version_2.0.1_GePGeMi.pdf?t=1563361714

2 Sự cô đơn tuổi già - Làm thế nào để khắc phục điều đó?

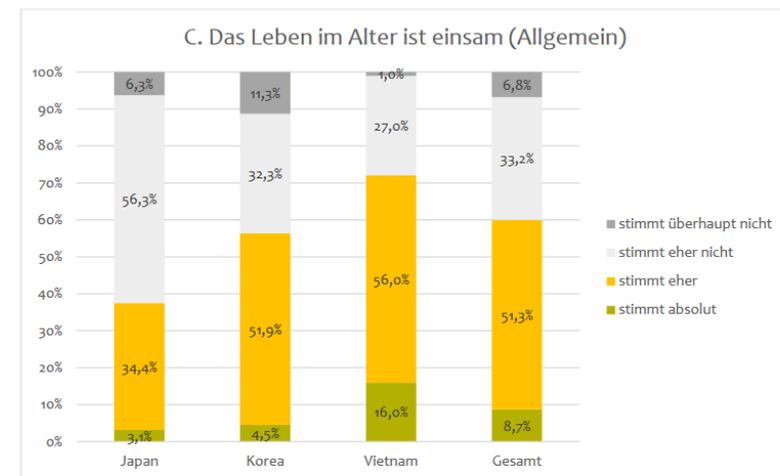
• Sự cô đơn tuổi già

Cô đơn là một cảm giác khó chịu sâu sắc. Nó phản ánh tình trạng khi các mối quan hệ xã hội và sự tương giao với người khác không đủ đáp ứng nhu cầu về sự gắn kết, sự thuộc về, được bảo vệ và được quan tâm (Perlman & Peplau 1981)¹

¹ Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy. New York: Wiley Interscience.

Một nghiên cứu của GePGeMi² năm 2018 đã chỉ ra cảm nhận của những người gốc Châu Á, từ 55 tuổi trở lên, ở Berlin về sự cô đơn. 72% trong số những người gốc Việt được hỏi cho biết họ cảm thấy cuộc sống ở tuổi già đơn độc. 56,4% trong số những người gốc Hàn được hỏi cũng đồng ý với ý kiến này, trong khi chỉ có 37,5% trong số những người gốc Nhật được hỏi đồng ý với nó.

Abbildung 39. Das Leben im Alter ist einsam



Quelle: Abbildung unverändert übernommen von GePGeMi e.V.2019 (GePGeMi e.V. 2019: 46)

² GePGeMi e.V. (Hrsg.). (2019). Studienbericht: Lebenslagen von alt werdenden und älteren asiatischen Migrantinnen. Eine Pilotstudie zur gesundheitsbezogenen Lebensqualität und zu Altersbildern der alt werdenden und älteren asiatischen Migrantinnen aus Japan, Korea und Vietnam in Berlin. Berlin: Fritz-Thyssen-Stiftung. Zugriff am 06.06.2019. Verfügbar unter: https://www.gemi-berlin.de/app/download/14133988133/1_Bericht+der+S1_Version_2.0.1_GePGeMi.pdf?t=1563361714

Einsamkeit kann negative Auswirkungen haben, wie z.B. ein erhöhtes Risiko, an Demenz oder Depressionen zu erkranken, und kann die Lebenserwartung verkürzen. Aber es gibt ein Problem: Viele ältere Menschen wissen nicht, welche Angebote es in ihrer Nähe gibt. Tatsächlich sind 40% der älteren Menschen nicht darüber informiert, was in ihrer Umgebung angeboten wird.

Silbernetz – ein Angebot gegen die Einsamkeit

Silbernetz ist eine Organisation, die Menschen gegen Einsamkeit hilft. Wenn das Gefühl der Einsamkeit zu lange anhält, kann es für die Betroffenen schwierig sein, damit fertig zu werden. Deshalb bietet Silbernetz e.V. eine einfache und aktive Lösung an, um gegen Einsamkeit vorzugehen. Mit einem dreistufigen Angebot möchte die Organisation die Isolation überwinden:

•Das Silbertelefon 0800 4 70 80 90

ist eine Hotline für Menschen, die einfach ein Gespräch brauchen. Diese Hotline ist täglich 14 Stunden aktiv.

•Die Silbernetzfreundschaft

gibt den Menschen die Möglichkeit, einen vertrauten Kontakt herzustellen. Jedes Mal, wenn man anruft, gibt es eine anonyme Person, mit der man sprechen kann.

•Silberinfo

ist ein Angebot vor Ort, in dem die Basisinformationen je nach Bedarf recherchiert werden.

Seit 2021 gibt es bei Silbernetz eine Kooperation mit DeJak-Tomonokai e.V., die japanischsprachige Angebote bereitstellt. Wenn man auf Japanisch sprechen möchte, muss man zuerst einen Termin über die oben genannte Hotline-Nummer vereinbaren und das Gespräch wird dann zu der vereinbarten Zeit geführt.

Cảm giác cô đơn có thể có những tác động tiêu cực, chẳng hạn như tăng nguy cơ mắc bệnh mất trí nhớ hoặc trầm cảm, và có thể làm giảm tuổi thọ. Vấn đề là nhiều người cao tuổi không biết về những hoạt động phòng tránh sự cô đơn nơi họ sinh sống. Trên thực tế, 40% người cao tuổi không tiếp cận được thông tin về các hoạt động cho người cao tuổi trong khu vực của họ.

Silbernetz - Vượt qua nỗi cô đơn

Silbernetz là một tổ chức giúp đỡ những người đối mặt với cảm giác cô đơn. Khi cảm giác cô đơn kéo dài quá lâu, nó có thể rất khó để vượt qua. Vì vậy, Silbernetz e.V. cung cấp một giải pháp đơn giản và tích cực để đối phó với cô đơn. Với một chương trình gồm ba phần, tổ chức này muốn giúp những người đang cảm thấy cô đơn vượt qua cảm giác đó:

•Đường dây điện thoại Silbertelefon 0800 4 70 80 90

Là một đường dây nóng dành cho những người chỉ cần một cuộc trò chuyện. Đường dây nóng này hoạt động 14 giờ mỗi ngày.

•Tình bạn Silbernetz

Cung cấp cho mọi người cơ hội thiết lập một mối quan hệ thân thiết. Mỗi lần gọi điện, bạn sẽ được nói chuyện với một người ẩn danh.

•Silberinfo

Silberinfo là một dịch vụ cung cấp thông tin căn bản trực tiếp, nơi mà thông tin sẽ được tìm kiếm theo nhu cầu của người cần được giúp đỡ.

Từ năm 2021, Silbernetz đã hợp tác với DeJak-Tomonokai e.V., cung cấp đường dây điện thoại nóng bằng tiếng Nhật. Nếu bạn muốn nói chuyện bằng tiếng Nhật, bạn hãy hẹn một cuộc gặp thông qua số điện thoại hotline đã được nêu trên và cuộc trò chuyện sẽ diễn ra vào thời gian đã được thỏa thuận.

3 Pflege zu Hause – Welche Unterstützung erhalten Menschen, die gepflegt werden müssen?

In Deutschland gibt es 3,3 Millionen Menschen, die zu Hause Pflege brauchen. Von zehn dieser Menschen werden acht von ihren Verwandten gepflegt und unterstützt. Die Pflege zu Hause wird auch für Menschen mit Migrationsgeschichte immer wichtiger. Wenn man eine passende Unterstützung bei der Pflege braucht, gibt es die Pflegestützpunkte. Dort kann man neutral und kostenlos in der Nähe seines Wohnorts beraten werden. In Berlin gibt es drei dieser Beratungsstellen in jedem Bezirk.

Die Pflegestützpunkte arbeiten seit 2018 besonders eng mit sogenannten „interkulturellen Brückenbauerinnen in der Pflege“ zusammen. Dadurch sollen sprachliche und kulturelle Hindernisse bei Angeboten und Leistungen der Pflegeversicherung überwunden werden. Wenn man Hilfe braucht, gibt es Beratungen (Tandemberatungen) in zehn verschiedenen Sprachen: Arabisch, Bulgarisch, Englisch, Französisch, Kurdisch, Mazedonisch, Russisch, Bosnisch/Kroatisch/Serbisch, Türkisch und Vietnamesisch.

Service-Nummer der Berliner Pflegestützpunkte

0800 5950059 (kostenfrei)
Montag – Freitag von 09:00 – 18:00 Uhr
www.pflegestuetzpunkteberlin.de

Interkulturelle Brückenbauerinnen in der Pflege (IBIP)

Projektleitung
Nazife Sari

Wassertorstraße 21 a
10969 Berlin
Tel.: (030) 69 51 78 23

n.sari@diakonie-stadtmitte.de
Brueckenbauerinnen@diakonie-stadtmitte.de
www.brueckenbauerinnen.de



3 Chăm sóc tại nhà - Có những hình thức hỗ trợ nào dành cho người cần được chăm sóc?

Cảm giác cô đơn có thể có những tác động tiêu cực, chẳng hạn như tăng nguy cơ mắc bệnh mất trí nhớ hoặc trầm cảm, và có thể làm giảm tuổi thọ. Vấn đề là nhiều người cao tuổi không biết về những hoạt động phòng tránh sự cô đơn nơi họ sinh sống. Trên thực tế, 40% người cao tuổi không tiếp cận được thông tin về các hoạt động cho người cao tuổi trong khu vực của họ.

Từ năm 2018, Pflegestützpunkte đã hợp tác với những người làm cầu nối (Brückenbauer*innen) để vượt qua các rào cản văn hóa và ngôn ngữ trong các dịch vụ tư vấn và chăm sóc điều dưỡng. Nếu bạn cần sự giúp đỡ, bạn có thể nhận tư vấn song ngữ với mười ngôn ngữ khác nhau: tiếng Ả Rập, tiếng Bulgaria, tiếng Anh, tiếng Pháp, tiếng Kurd, tiếng Macedonia, tiếng Nga, tiếng Bosnia/Croatia/Serbia, tiếng Thổ Nhĩ Kỳ và tiếng Việt.

Service-Nummer der Berliner Pflegestützpunkte

0800 5950059 (kostenfrei)
Montag – Freitag von 09:00 – 18:00 Uhr
www.pflegestuetzpunkteberlin.de

Interkulturelle Brückenbauerinnen in der Pflege (IBIP)

Projektleitung
Nazife Sari

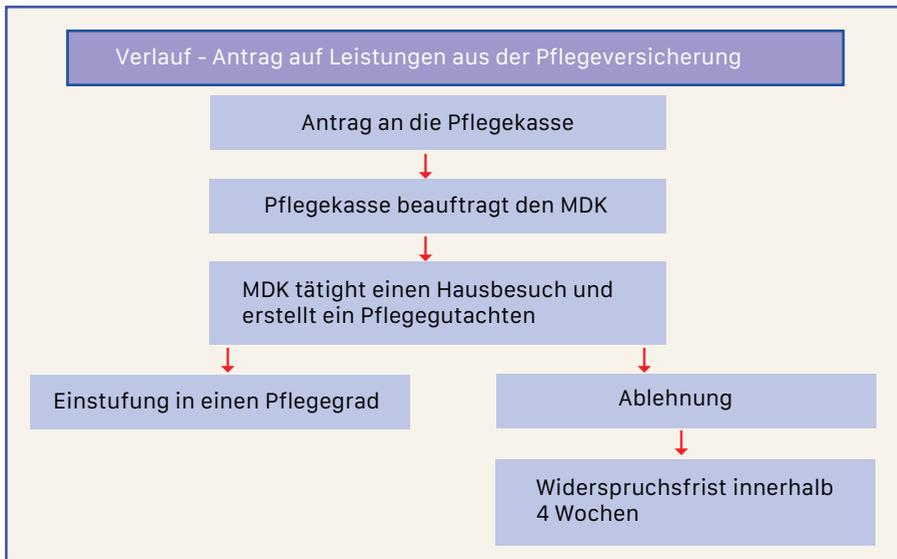
Wassertorstraße 21 a
10969 Berlin
Tel.: (030) 69 51 78 23

n.sari@diakonie-stadtmitte.de
Brueckenbauerinnen@diakonie-stadtmitte.de
www.brueckenbauerinnen.de



Um eine Pflegeunterstützung zu bekommen, ist es wichtig, dass man einen **Pflegegrad** hat. Um Leistungen von der Pflegeversicherung zu bekommen, muss man einen Antrag bei der zuständigen Pflegekasse stellen. Diese ist Teil der Krankenkasse. Man kann das Antragsformular bei der eigenen Kranken- oder Pflegekasse telefonisch anfordern. Dann wird der medizinische Dienst beauftragt, ein Pflegegutachten zu erstellen. Der medizinische Dienst besucht die Person zuhause, um herauszufinden, wie viel Pflege notwendig ist und welchen Pflegegrad man hat.

Menschen mit Migrationsgeschichte können Unterstützung von Brückenbauerinnen bekommen, wenn sie Hilfe brauchen. Wenn man mit dem Ergebnis des Pflegegutachtens nicht einverstanden ist, kann man innerhalb von vier Wochen Widerspruch einlegen.

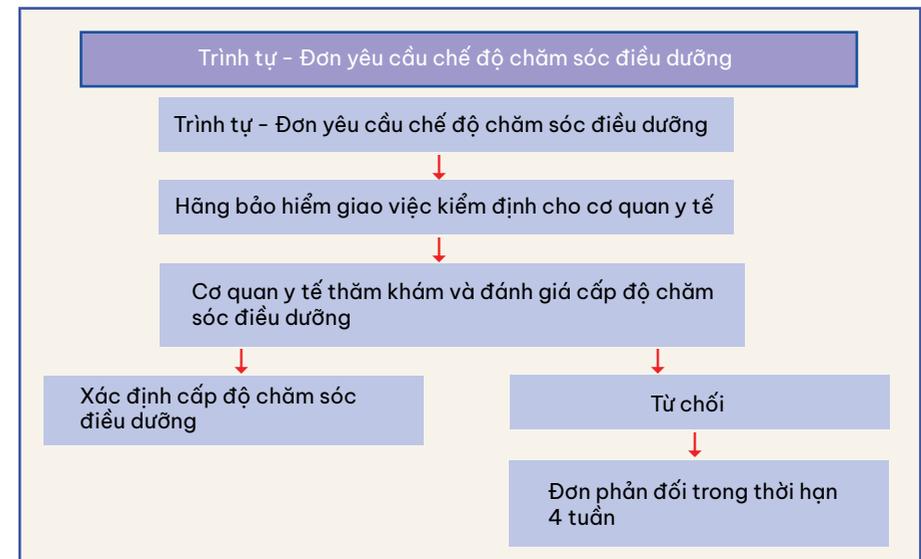


Entlastungsbeitrag ab Pflegegrad 1

Es gibt insgesamt 5 Pflegegrade. Ab Pflegegrad 1 gibt es einen Entlastungsbeitrag von 125 € pro Monat. Dieser Beitrag kann dazu genutzt werden, um Pflegepersonen zu entlasten und die Pflegebedürftigen im Alltag zu unterstützen. Der Beitrag wird nicht direkt an die Pflegebedürftigen ausgezahlt, sondern an zugelassene Anbieter, die Dienstleistungen anbieten, wie zum Beispiel Hausarbeit, Begleitung oder ehrenamtliche Nachbarschaftshilfe.

Để nhận được chế độ chăm sóc điều dưỡng, điều quan trọng là bạn phải có một cấp độ chăm sóc (Pflegegrad). Để nhận được các khoản trợ cấp từ bảo hiểm chăm sóc điều dưỡng (Pflegeversicherung), bạn phải nộp đơn lên hãng bảo hiểm của mình. Cơ sở này thuộc về bảo hiểm y tế của bạn. Bạn có thể yêu cầu biểu mẫu đăng ký qua điện thoại từ bảo hiểm y tế của mình. Sau đó, bảo hiểm y tế sẽ giao cho một cơ quan y tế (medizinischer Dienst) kiểm định và đánh giá cấp độ chăm sóc của bạn. Người của cơ quan y tế này sẽ đến tận nhà để xác định cấp độ chăm sóc của bạn là bao nhiêu.

Nếu người nhập cư cảm thấy cần sự hỗ trợ, họ có thể nhận được sự giúp đỡ từ các người làm cầu nối (Brückenbauerinnen). Nếu bạn không đồng ý với kết quả của báo cáo đánh giá cấp độ chăm sóc (Pflegegutachten), bạn có thể nộp đơn phản đối trong vòng bốn tuần.



Tiền hỗ trợ giảm tải áp lực (Entlastungsbeitrag) từ cấp độ điều dưỡng 1 trở lên

Có tổng cộng 5 cấp độ chăm sóc. Từ cấp độ chăm sóc 1 trở lên, có một khoản hỗ trợ giảm tải áp lực 125 € mỗi tháng. Khoản tiền này có thể được sử dụng để giảm bớt gánh nặng cho người chăm sóc và hỗ trợ người cần chăm sóc trong cuộc sống hàng ngày. Số tiền này không được trả trực tiếp cho người cần chăm sóc, mà được chuyển cho các cơ sở cung cấp dịch vụ đã được cấp phép, như dịch vụ hỗ trợ việc nhà, hỗ trợ đi lại hoặc hỗ trợ tình nguyện từ hàng xóm.

Geld- und/oder Sachleistung ab Pflegegrad 2

Ab Pflegegrad 2 können Pflegebedürftige Geld- und/oder Sachleistungen von der Pflegekasse erhalten. Sachleistungen bedeuten, dass die Kosten für den Pflegedienst oder die Sozialstation übernommen werden. Geldleistungen werden dann gezahlt, wenn Angehörige, Nachbarn oder Freunde als Pflegepersonen tätig werden. Die folgenden Abbildungen geben einen Überblick über die Höhe der Geld- und Sachleistungen je nach Pflegegrad.

Leistung nach Pflegegrad	
Pflegegeld § 37 SGB XI- Angehörige oder Bekannte pflegen	
Pflegegrad 2	316,00 €
Pflegegrad 3	545,00 €
Pflegegrad 4	728,00 €
Pflegegrad 5	901,00 €

Bild 1.
Geldleistung

Leistung nach Pflegegrad	
Pflegesachleistungen § 36 SGB XI- Pflegedienst	
Pflegegrad 2	724,00 €
Pflegegrad 3	1.363,00 €
Pflegegrad 4	1.693,00 €
Pflegegrad 5	2.095,00 €

Bild 2.
Sachleistung

Es gibt auch Verhinderungspflege (1.612 € pro Jahr), Kurzzeitpflege (1.774 € pro Jahr), Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfelds (einmalig 4.000 €) und Pflegehilfsmittel für einmaligen Bedarf (40 € pro Monat).

Es gibt viele Möglichkeiten, um Pflegebedürftige und ihre pflegenden Angehörigen zu unterstützen. Um diese Unterstützungsmöglichkeiten optimal zu nutzen, empfiehlt es sich, Beratung bei den Pflegestützpunkten in Anspruch zu nehmen.

Tiền chăm sóc / hỗ trợ điều dưỡng từ cấp độ chăm sóc bậc 2 trở lên

Từ cấp độ chăm sóc 2 trở lên, người cần chăm sóc có thể nhận được tiền chăm sóc (Pflegegeld) và/hoặc hỗ trợ điều dưỡng (Sachleistung) từ bảo hiểm. Hỗ trợ điều dưỡng có nghĩa là các chi phí cho dịch vụ điều dưỡng sẽ được thanh toán qua hỗ trợ này. Tiền chăm sóc được trả khi người thân, hàng xóm hoặc bạn bè đảm nhận vai trò người chăm sóc. Các bảng dưới đây sẽ cung cấp một cái nhìn tổng quan về mức độ tiền chăm sóc và hỗ trợ điều dưỡng tùy theo cấp độ chăm sóc.

Trợ cấp theo cấp độ chăm sóc	
Tiền chăm sóc theo Điều 37 của Sách Luật Hỗ Trợ Xã hội XI - khi gia đình hoặc bạn bè đảm nhận việc chăm sóc	
Pflegegrad 2	316,00 €
Pflegegrad 3	545,00 €
Pflegegrad 4	728,00 €
Pflegegrad 5	901,00 €

Hình 1.
Tiền chăm sóc

Trợ cấp theo cấp độ chăm sóc	
Hỗ trợ điều dưỡng theo Điều 36 của Sách Luật Hỗ Trợ Xã hội XI - khi một cơ sở điều dưỡng đảm nhận việc chăm sóc	
Pflegegrad 2	724,00 €
Pflegegrad 3	1.363,00 €
Pflegegrad 4	1.693,00 €
Pflegegrad 5	2.095,00 €

Hình 2.
Hỗ trợ điều dưỡng

Ngoài ra, còn có các dịch vụ chăm sóc như chăm sóc thay thế (Verhinderungspflege) (1.612 € mỗi năm), chăm sóc ngắn hạn (Kurzzeitpflege) (1.774 € mỗi năm), biện pháp cải thiện môi trường sống (4.000 € một lần) và vật dụng hỗ trợ chăm sóc cần thiết dùng một lần (40 € mỗi tháng).

Có nhiều hình thức hỗ trợ cho người cần chăm sóc và người nhà của họ. Để tận dụng tối đa các hỗ trợ này, bạn nên tư vấn tại các cơ sở của Pflegestützpunkte.

4 Pflegewohngemeinschaft im Alter – Wie finanziere ich sie?

Im Alter wird die Frage nach einer passenden Wohnform immer wichtiger, besonders wenn man auf Pflege angewiesen ist. Eine Möglichkeit ist eine (Pflege-)Wohngemeinschaft (Pflege-WG), in der man mit anderen Menschen zusammenlebt und sich gegenseitig unterstützt. Doch wie finanziert man eine solche WG?

Eine Pflege-Wohngemeinschaft ist keine Einrichtung wie ein Pflegeheim. Stattdessen leben dort mehrere Personen zusammen in einer gemeinsam genutzten Wohnung. Die Betreuung und Pflege werden von ambulanten Pflegediensten übernommen.

Menschen, die pflegebedürftig sind, können je nach Pflegegrad Leistungen aus der Pflegeversicherung bekommen. Es gibt jedoch viele Kosten in einer Pflege-Wohngemeinschaft, wie zum Beispiel Miete, Verpflegung, Reinigung, Strom und Heizung, sowie die Kosten für Pflege und Betreuung. Eine Beispielrechnung zeigt, dass eine Person mit Pflegegrad 4 insgesamt 6.682,64 € für ihre Pflege-WG bezahlen muss. Die Pflegeversicherung übernimmt 1.693 €, so dass die pflegebedürftige Person einen Eigenanteil von 4.989,64 € leisten muss.

Beispielrechnung bei Pflegegrad 4

Kosten	Höhe	Leistungen aus PV	Eigenanteil
Pflege LK 19a (Pauschale 182,95 €/Tag)	5.488,50 €		
Investitionskosten (2,5 %)	137,21 €		
Ausbildungskosten (ca. 1 % von den Pflegesachleistungen)	16,93 €		
Mieten (+Nebenkosten)	700,00 €		
Haftpflichtversicherung	15,00 €		
Rücklagen	25,00 €		
Lebenshaltung/ Haushalt	250,00 €		
Verwahrgeld/ Taschengeld	50,00 €		
Pflegesachleistungen § 36 SGB XI		1.693,00 €	
	6.682,64 €	1.693,00 €	4.989,64 €

4 Chung cư cho người cao tuổi - Tôi có thể chi trả nó như thế nào?

Khi về già, việc tìm kiếm một mô hình nhà ở phù hợp ngày càng trở nên quan trọng hơn, đặc biệt là khi người cao tuổi cần được chăm sóc điều dưỡng. Một trong những lựa chọn tốt là sống trong một căn hộ trung cư điều dưỡng (Pflege-WG), nơi mọi người cùng sống chung và hỗ trợ lẫn nhau. Nhưng làm thế nào để chi trả cho một căn hộ như vậy?

Một căn hộ trung cư điều dưỡng (Pflege-WG) không phải là một cơ sở như một viện điều dưỡng. Thay vào đó, nhiều người sống chung trong một căn hộ. Việc chăm sóc điều dưỡng sẽ được đảm nhận bởi các cơ sở cung cấp dịch vụ điều dưỡng tại nhà (ngoại trú).

Những người có nhu cầu chăm sóc điều dưỡng có thể nhận được các khoản hỗ trợ từ bảo hiểm theo cấp độ. Tuy nhiên, có rất nhiều chi phí trong một căn hộ điều dưỡng, chẳng hạn như tiền thuê, chi phí ăn uống, vệ sinh, điện và sưởi, cũng như chi phí điều dưỡng và hình thức chăm sóc khác. Ví dụ trong hình bên dưới cho thấy rằng một người có cấp độ chăm sóc bậc 4 phải trả tổng cộng 6.682,64 € cho 1 phòng trong căn hộ điều dưỡng. Bảo hiểm chăm sóc điều dưỡng chỉ nhận chi trả 1.693€, vì vậy người cần chăm sóc phải tự trả một khoản là 4.989,64 €.

Ví dụ về chi phí cho căn hộ điều dưỡng cho người có cấp độ chăm sóc bậc 4

Dạng chi phí	Số tiền	Hỗ trợ từ bảo hiểm	Phần tự trả
Chi phí điều dưỡng 19a (định mức 182,95 €)	5.488,50 €		
Chi phí đầu tư ban đầu (2,5%)	137,21 €		
Chi phí đào tạo nghề (khoảng 1% của hỗ trợ điều dưỡng)	16,93 €		
Chi phí đầu tư ban đầu (2,5%)	700,00 €		
Bảo hiểm trách nhiệm dân sự	15,00 €		
Tiền dự phòng	25,00 €		
Chi phí sinh hoạt	250,00 €		
Tiền tiêu	50,00 €		
Hỗ trợ điều dưỡng theo điều khoản § 36 SGB XI		1.693,00 €	
	6.682,64 €	1.693,00 €	4.989,64 €

Was tun, wenn das Einkommen und Vermögen nicht ausreichen?

Wenn das Einkommen und Vermögen nicht ausreichen, kann man einen Antrag auf finanzielle Unterstützung beim zuständigen Sozialamt stellen. Es gibt ein bestimmtes Geld, das man behalten darf, das nennt man Schonvermögen. Man kann zum Beispiel bis zu 10.000 € sparen (oder 20.000 €, wenn man verheiratet oder in einer Lebenspartnerschaft ist). Auch kann man bis zu 8.700 € für Bestattung und Grabpflege sparen. Wenn man ein Haus oder eine Wohnung hat, in dem man wohnt, dann darf man das auch behalten. Die erwachsenen Kinder von Pflegebedürftigen müssen ihre Eltern erst dann finanziell helfen, wenn sie ein Jahreseinkommen über 100.000 € verdienen.

Eine (Pflege-)Wohngemeinschaft kann eine gute Möglichkeit sein, im Alter mit anderen Menschen zusammenzuleben und sich gegenseitig zu unterstützen. Es gibt verschiedene Finanzierungsmöglichkeiten, um eine solche WG zu gründen. Wichtig ist es jedoch, sich frühzeitig mit dem Thema auseinanderzusetzen und sich gut zu informieren, um die beste Option zu finden.

Chúng ta phải làm gì khi thu nhập và tài sản không đủ để chi trả?

Nếu thu nhập và tài sản không đủ, bạn có thể nộp đơn xin trợ cấp tại sở xã hội tại địa phương. Bạn được giữ lại một số tiền, được gọi là tài sản dự phòng (Schonvermögen). Ví dụ, bạn có thể tiết kiệm đến 10.000 € (hoặc 20.000 € cho vợ chồng hoặc bạn đời có đăng ký hôn thú). Ngoài ra, bạn cũng có thể tiết kiệm đến 8.700 € để chuẩn bị cho việc mai táng và chăm sóc mộ. Nếu bạn có một căn nhà hoặc căn hộ mà bạn đang sống ở đó, thì cũng được phép giữ lại. Con cái trưởng thành của người cần chăm sóc chỉ phải giúp đỡ tài chính cho cha mẹ khi họ có thu nhập hàng năm trên 100.000 €.

Một căn hộ điều dưỡng có thể là một cách tốt để chúng ta sống và hỗ trợ lẫn nhau khi tuổi già. Có nhiều cách để hỗ trợ cho một căn hộ như vậy. Tuy nhiên, quan trọng là phải xem xét sớm vấn đề này và tìm hiểu kỹ để tìm ra lựa chọn tốt nhất.

5 Altersdiskriminierung und anti-asiatischer Rassismus – Was kann man dagegen tun?

Altersdiskriminierung bedeutet, dass Menschen aufgrund ihres Lebensalters negativ bewertet werden und dadurch die Teilhabe und die selbstbestimmte Lebensgestaltung eingeschränkt wird. Sie tritt nicht nur im Arbeitsbereich auf, sondern auch in anderen Lebensbereichen wie Digitalisierung, Stipendien, Ehrenamt, Krediten, Versicherungen oder Freizeitangeboten. Ein Beispiel für Altersdiskriminierung ist die Ablehnung einer Bewerbung, weil die Person als zu alt angesehen wird.

Anti-asiatischer Rassismus bedeutet, dass Menschen aus Asien oder solche, die asiatisch aussehen, schlecht behandelt werden. Das kann Vorurteile, Diskriminierung oder Gewalt bedeuten. Stereotypen sind auch Teil davon, wenn man denkt, dass alle asiatisch-gelesene Menschen bestimmte Eigenschaften oder Verhaltensweisen haben. Anti-asiatischer Rassismus kann in der Arbeit, in Schulen oder im täglichen Leben passieren, wo asiatisch-gelesene Menschen nicht fair behandelt oder ausgeschlossen werden. Manchmal kann es sogar Gewalt oder Hassverbrechen geben.

Wenn man wegen seines Alters oder seines Aussehens schlecht behandelt wird, was kann man dagegen tun? In dieser Broschüre möchten wir Ihnen **die Berliner Registerstelle** und die **Antidiskriminierungsberatung Alter, Behinderung und chronische Erkrankung (adb)** vorstellen.

•Die Berliner Register

sind ein Projekt-Netzwerk, das aus Registerstellen in 12 Berliner Bezirken besteht und aus Fördermitteln des Landes Berlins finanziert wird. Sie wurden ins Leben gerufen, um gegen Diskriminierung und Ausgrenzung vorzugehen. Durch das Dokumentieren von Vorfällen machen die Register Diskriminierung und Rassismus sichtbar. Die Meldung bei den Registern kann daher als wichtiger und einfacher Schritt zur Bekämpfung von Diskriminierung und Rassismus angesehen werden.

Jede Person kann kostenfrei und anonym einen Vorfall melden. Außerdem hilft das Personal der Register Menschen dabei, weitere Unterstützung und Beratung zu finden. Die Grundsätze der Register sind Vertraulichkeit, Respekt und Anonymität. Besonders wichtig ist die Perspektive der Betroffenen, d.h., es wird nicht in Frage gestellt, ob die Erfahrung, die die Betroffenen gemacht haben, tatsächlich Diskriminierung oder Rassismus ist.

5 Phân biệt đối xử người cao tuổi và phân biệt chủng tộc người Châu Á - Làm thế nào để khắc phục điều đó?

Phân biệt đối xử do tuổi tác có nghĩa là con người bị đánh giá tiêu cực dựa trên độ tuổi của họ và từ đó bị hạn chế quyền tham gia và tự quyết định cuộc sống của mình. Điều này không chỉ xảy ra trong lĩnh vực lao động, mà còn trong các lĩnh vực khác như công nghệ kỹ thuật số, học bổng, thiện nguyện, vay mượn, bảo hiểm hoặc hoạt động giải trí. Một ví dụ về phân biệt đối xử do tuổi tác là sự từ chối đơn xin việc vì người đó bị coi là quá tuổi.

Phân biệt chủng tộc chống lại người châu Á là ám chỉ việc người dân gốc châu Á hoặc có vẻ ngoài giống người châu Á bị đối xử bất công. Biểu hiện của sự phân biệt chủng tộc này là những thành kiến (Vorurteile), tư tưởng phân biệt đối xử (Diskriminierung) hoặc thậm chí là bạo lực. Những định kiến (Stereotypen) về người châu Á cũng là một phần trong sự phân biệt chủng tộc này, khi mọi người cho rằng tất cả những người có ngoại hình giống người châu Á đều có những đặc điểm hoặc hành vi nhất định (trong khi mỗi một con người không phân biệt ngoại hình, giới tính hay tuổi tác v.v. đều là một cá thể với những cá tính, phẩm chất và giá trị riêng biệt). Phân biệt chủng tộc chống lại người châu Á có thể xảy ra ở nơi làm việc, trường học hoặc trong cuộc sống hàng ngày, khi người có ngoại hình Á châu không được đối xử công bằng hoặc bị coi thường hay bị gạt ra bên lề. Đôi khi, phân biệt chủng tộc có thể dẫn đến bạo lực hoặc những hành vi thù nghịch.

Khi bị phân biệt đối xử do tuổi tác hoặc ngoại hình của mình, chúng ta có thể làm gì để chống lại điều đó? Trong quyển sổ tay này, chúng tôi muốn giới thiệu với bạn **Văn phòng ghi nhận và thống kê các trường hợp bị phân biệt đối xử Berlin (Berliner Registerstelle)** và **Văn phòng Tư vấn Chống phân biệt đối xử do tuổi tác, khuyết tật và bệnh mãn tính (adb)**.

•Văn phòng ghi nhận và thống kê các trường hợp bị phân biệt đối xử Berlin

là một mạng lưới dự án bao gồm các văn phòng Ghi nhận và Thống kê các trường hợp bị phân biệt đối xử tại 12 quận của Berlin và được tài trợ bởi nguồn kinh phí từ chính phủ thành phố Berlin. Chúng được thành lập nhằm chống lại sự phân biệt đối xử và kỳ thị. Bằng cách ghi lại các vụ việc, các văn phòng này làm cho sự phân biệt đối xử và phân biệt chủng tộc được sáng tỏ. Việc báo cáo cho các văn phòng này có thể được coi là một bước quan trọng nhưng lại khá dễ dàng để đấu tranh chống lại sự phân biệt đối xử và phân biệt chủng tộc.

Mọi người có thể báo cáo về các trường hợp phân biệt đối xử và phân biệt chủng tộc một cách miễn phí và ẩn danh.

Ngoài ra, nhân viên của các văn phòng cũng giúp người dân tìm kiếm thêm hỗ trợ và tư vấn. Nguyên tắc của các văn phòng này là bảo mật thông tin, tôn trọng và ẩn danh. Ở đây, góc nhìn của người báo cáo được đặt lên hàng đầu, tức là những sự kỳ thị mà người báo cáo đã phải trải qua không bị đặt câu hỏi là sự việc đó có thực sự là phân biệt đối xử hoặc phân biệt chủng tộc hay không.

Berliner Registerstelle

<https://www.berliner-register.de/>

Leiterin: Kati Becker

E-Mail: info@berliner-register.de (PGP)

Anai Ahrens: +49 1590 1307599, aa@berliner-register.de (PGP)

Kati Becker: +49 1590 1307803, kb@berliner-register.de (PGP)

Lea Lölhöffel: +49 1590 1955133, ll@berliner-register.de (PGP)

•Die Berliner Register

Die Berliner Register haben zwischen 2008 und 2022 insgesamt 116 Fälle von anti-asiatischem Rassismus dokumentiert. Das entspricht nur 2,1% der gesamten dokumentierten Fälle.



WWW.BERLINER-REGISTER.DE

Insgesamt haben die Berliner Register zwischen den Jahren 2008 und 2022

116

ANTI-ASIATISCH RASSISTISCHE Vorfälle dokumentiert.

Anti-asiatischer Rassismus

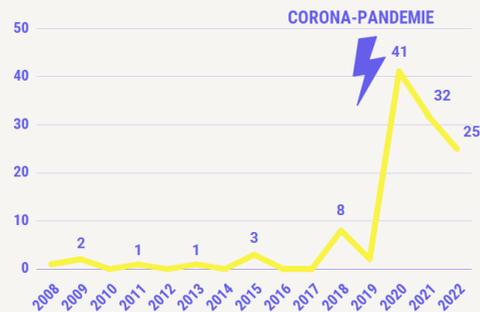
Es wurde jedoch deutlich, dass rassistische Vorfälle gegen asiatisch-gelesene Menschen während der Corona-Pandemie zugenommen haben.



WWW.BERLINER-REGISTER.DE

Vorfälle im Jahresvergleich

Wie viele anti-asiatisch rassistische Vorfälle haben die Berliner Register pro Jahr erfasst?



•Văn phòng Ghi nhận và Thống kê các trường hợp bị phân biệt đối xử Berlin

Các văn phòng Ghi nhận và Thống kê ở Berlin đã ghi lại tổng cộng 116 trường hợp phân biệt chủng tộc chống lại người Châu Á từ năm 2008 đến 2022. Điều này chỉ chiếm 2,1% tổng số các trường hợp đã được ghi nhận.



WWW.BERLINER-REGISTER.DE

Insgesamt haben die Berliner Register zwischen den Jahren 2008 und 2022

116

ANTI-ASIATISCH RASSISTISCHE Vorfälle dokumentiert.

Anti-asiatischer Rassismus

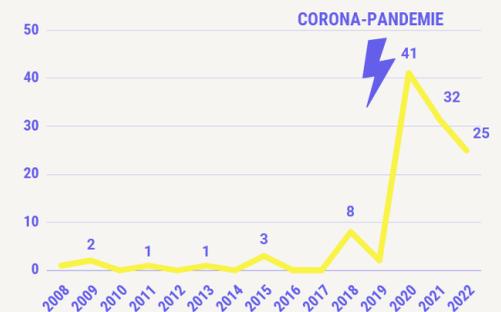
Tuy nhiên, các vụ việc phân biệt chủng tộc đối với những người có nguồn gốc châu Á đã tăng lên rõ rệt trong thời gian đại dịch COVID-19.



WWW.BERLINER-REGISTER.DE

Vorfälle im Jahresvergleich

Wie viele anti-asiatisch rassistische Vorfälle haben die Berliner Register pro Jahr erfasst?



Im Vergleich zu den Ergebnissen der Berliner Registerstelle haben Umfragen von GePGeMi (2019 & 2020) ein anderes Bild gezeigt: Es wurde deutlich, dass viele asiatisch-gelesene Menschen von rassistischen Äußerungen oder Handlungen betroffen sind, mehr als die Zahl, die von den Registerstellen erfasst wurde.

Warum haben nur wenige Betroffene die Fälle bei den Registerstellen gemeldet? Aus Sicht der betroffenen Zielgruppe gibt es folgende Antworten:

- Die Registerstelle sei nicht ausreichend bekannt.
- Es bestehe Sorge, dass die Meldung kompliziert sei.
- Die emotionale Auseinandersetzung mit dem Fall belastet Betroffene.
- Es sei frustriert, weil immer wieder Vorfälle passieren.

• Die Antidiskriminierungsberatung Alter, Behinderung und chronische Erkrankung (adb)

setzt sich dafür ein, die Rechte von Betroffenen durchzusetzen und unterstützt sie außergerichtlich. Menschen mit Migrationsgeschichte machen etwa 30% der Beratungsfälle aus.

Die Beratungsstelle bietet:

- Beratung, die auf Lösungen ausgerichtet ist und individuell auf Sie zugeschnitten ist.
- Beratung, die zu Ihnen kommt, wenn Sie nicht zu ihr kommen können.
- Unterstützung bei wichtigen Terminen, wie Gerichtsterminen oder wichtigen Gesprächen.
- Briefe schreiben, um andere zu bitten, sich zu Ihrer Situation zu äußern.
- Aufzeichnen und Dokumentieren von Fällen.
- Hilfe bei der Kontaktaufnahme mit der Presse, wenn Sie möchten.
- Verweis auf andere Beratungsstellen, wenn Sie weitere Hilfe benötigen.

So sánh với kết quả của Berliner Registerstelle, các cuộc khảo sát của GePGeMi (2019 & 2020) đã cho thấy một bức tranh khác: Rõ ràng rằng nhiều người có nguồn gốc châu Á đã phải hứng chịu những lời miệt thị hoặc hành động phân biệt chủng tộc, nhiều hơn số lượng được ghi nhận bởi các văn phòng trên. **Tại sao chỉ một số ít những người bị kỳ thị thông báo các trường hợp tại văn phòng Ghi nhận và Thống kê? Những người bị kỳ thị đã đưa ra những câu trả lời sau:**

- Các văn phòng Ghi nhận và Thống kê vẫn chưa được biết đến rộng rãi.
- Có ý kiến e ngại rằng quy trình báo cáo có thể sẽ phức tạp.
- Việc một lần nữa phải đối diện và xử lý những cảm xúc tiêu cực do vụ việc gây ra sẽ tạo gánh nặng tâm lý cho người bị thiệt hại.
- Người bị thiệt hại cảm thấy thất vọng vì các vụ việc cứ lặp lại.

• Văn phòng tư vấn chống phân biệt đối xử do tuổi tác, khuyết tật và bệnh mãn tính (adb)

adb (Antidiskriminierungsberatung Alter, Behinderung und chronische Erkrankung) bảo vệ quyền lợi của những người bị thiệt hại và hỗ trợ họ ngoài tòa án. Khoảng 30% số trường hợp được tư vấn thuộc về những người nhập cư. **Các dịch vụ tư vấn bao gồm:**

- Tư vấn hướng tới giải pháp phù hợp với từng cá nhân
- Tư vấn tại nhà nếu bạn không thể đến trụ sở văn phòng
- Hỗ trợ trong các buổi hẹn quan trọng, ví dụ như phiên tòa hay các cuộc nói chuyện quan trọng
- Viết thư để yêu cầu bên liên quan nêu lên quan điểm về vụ việc của bạn
- Ghi chép và tài liệu hóa các trường hợp
- Hỗ trợ trong việc liên hệ với báo chí, nếu bạn muốn
- Giới thiệu bạn đến các trung tâm tư vấn khác nếu bạn cần thêm sự giúp đỡ

Antidiskriminierungsberatung Alter, Behinderung, Chronische Erkrankung
<https://www.diskriminierung-berlin.de/>

Beratungen nach Anmeldung unter
Telefon: 030 / 27 59 25 27
Mobil: 0163 42 52 441 (Agnieszka Schwager) / 0176 47 35 81 82
(Anna Heidrich) / 0159 04 37 07 94 (Christian Grothaus)
Mail: adb@lv-selbsthilfe-berlin.de
Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin e. V.
Littenstraße 108 010179 Berlin

Anhang

Freizeitangebote für Senior*innen das Stadtteilzentrum Friedrichshain und das AWO-Begegnungszentrum

Die Freizeitangebote sind Teil der offenen Altenhilfe. Es gibt verschiedene Einrichtungen, die eine Vielzahl von Aktivitäten für ältere Menschen anbieten. In dieser Broschüre stellen wir Ihnen zwei Einrichtungen vor: **Das Stadtteilzentrum Friedrichshain (Volkssolidarität)** und **das AWO-Begegnungszentrum (Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Berlin Spree-Wuhle e.V. Begegnungszentrum)**.

Das Stadtteilzentrum Friedrichshain (Volkssolidarität)

ist ein Ort, wo Menschen aus der Nachbarschaft sich treffen und austauschen können. Es befindet sich in der Pauline-Staegemann-Str. 6 und Friedenstr. 32, 10249 Berlin. Das Stadtteilzentrum Friedrichshain bietet verschiedene Aktivitäten an.

- Kiezspaziergänge



Für die Leute, die nicht gut zu Fuß sind, haben wir einen Ricscha dabei.

Phụ lục

Các hoạt động giải trí cho người cao tuổi Trung tâm văn hóa Friedrichshain và trung tâm gặp gỡ AWO

Các hoạt động giải trí là một phần của hình thức giúp đỡ người cao tuổi. Có nhiều cơ sở cung cấp các hoạt động khác nhau dành cho người cao tuổi. Trong quyển sổ tay này, chúng tôi giới thiệu đến bạn hai cơ sở: **Trung tâm văn hóa Friedrichshain (Volkssolidarität)** và **Trung tâm gặp gỡ AWO (Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Berlin Spree-Wuhle e.V. Begegnungszentrum)**.

Trung tâm văn hóa Friedrichshain (Volkssolidarität)

Đó là một nơi mà những người dân trong quận có thể gặp gỡ và trao đổi. Trung tâm nằm ở địa chỉ Pauline-Staegemann-Str. 6 và Friedenstr. 32, 10249 Berlin. Trung tâm văn hóa Friedrichshain cung cấp nhiều hoạt động khác nhau.

- Các chuyến đi dạo trong khu phố (để khám phá và tìm hiểu về nơi mình sinh sống)



Các chuyến đi dạo trong khu phố. Chúng tôi có một chiếc xích lô phục vụ cho những người gặp khó khăn trong việc đi bộ.

- Seniorencafé an jedem Mittwoch um 15 Uhr



Jeden Mittwoch, 15 Uhr
mit Programm 1-2x/Monat

- Autofahren 2 Male im Monat ins Umland Berlins



2x/Monat machen wir einen Ausfahrt ins
Umland Berlins, mit und ohne Rollator.

Z.B. Kloster Lehnin, Schloss und Park Babels-
berg, Schloss Charlottenburg, Domäne Dahlem.

- Frühstück und Gemeinsames Essen



Dienstag 10 Uhr Frühstück
Dienstag 18 Uhr Abendessen
Freitag 10 Uhr interkulturelles
Frühstück.

Thứ 3, 10 giờ, ăn sáng
Thứ 3, 18 giờ, ăn tối
Thứ 6, 10 giờ, bữa sáng đa văn hóa

- Cà phê dành cho người cao tuổi vào 15 giờ mỗi thứ 4 hàng tuần



thứ 5 hàng tuần, 15 giờ
với chương trình đặc biệt
1-2 lần hàng tháng

- Dã ngoại bằng ô tô đến các vùng ngoại ô của Berlin 2 lần 1 tháng



Hàng tháng, chúng tôi sẽ tổ chức hai chuyến đi dạo
ở ngoại ô Berlin, có hoặc không có xe trợ giúp đi bộ
(Rollator)

ví dụ tu viện Lehnin, lâu đài và công viên Babels-
berg
lâu đài Charlottenburg, trang trại Dahlem

Das Stadtteilzentrum Friedrichshain

[https://volkssolidaritaet-berlin.de/
einrichtungen/stadtteilzentrum-
friedrichshain/](https://volkssolidaritaet-berlin.de/einrichtungen/stadtteilzentrum-friedrichshain/)

Pauline-Staegemann-Straße 6,
10249 Berlin
Friedenstraße 32, 10249 Berlin

Johannes Dumpe
Einrichtungsleitung

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 09:30 - 16:00 Uhr

+49 30 40366 1127
stz-friedrichshain@volkssolidaritaet.
de

das AWO-Begegnungszentrum (Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Berlin Spree-Wuhle e.V. Begegnungszentrum)

ist eine Einrichtung der Arbeiterwohlfahrt und befindet sich in der Adalbertstr. 23a, 10997 Berlin. Hier gibt es Beratung, Angebote zur Integration, Bildung und Treffpunkte für Migrant*innen und Deutsche. Jeden Monat gibt es ein Programm mit vielen verschiedenen Veranstaltungen und Gruppentreffen, zum Beispiel:

- Kiezspaziergänge
- Einmal im Monat findet eine kulturelle Veranstaltung statt.
- Jeden Dienstag von 11 bis 14 Uhr gibt es ein Treffen für Menschen, die gerne stricken, häkeln oder nähen.
- Jeden Mittwoch von 11 bis 12:30 Uhr gibt es einen Tanzkurs.
- Jeden Freitag von 12 bis 15 Uhr gibt es ein kostenloses Angebot mit warmer Suppe, Getränken und der Möglichkeit, über alles zu sprechen, was einen beschäftigt.
- Jeden Freitag von 14 bis 16 Uhr gibt es ein digitales Café für alle Fragen rund um das Thema Computer und Internet.
- Jeden Donnerstag von 15:30 bis 18 Uhr gibt es ein Begegnungs-Café für Menschen, die neu in Deutschland sind und gerne Deutsch sprechen möchten oder sich mit anderen austauschen wollen.

Sie können alle Freizeitangebote für ältere Menschen auf der Internetseite <https://seniorennetz.berlin/list/l/de/t/service?s=1> finden.

AWO-Begegnungszentrum

<https://www.begegnungszentrum.org/hauptnavigation/home>

AWO Begegnungszentrum Kreuzberg

Adalbertstrasse 23a 10997 Berlin

Tel. (030) 695 356-22

Fax (030) 695 356-34

begegnungszentrum@awo-spree-wuhle.de

Trung tâm gặp gỡ AWO

là một cơ sở của Hiệp hội Phúc lợi Người lao động (Arbeiterwohlfahrt) và nằm tại số 23a đường Adalbertstr., Berlin 10997. Ở đây có các dịch vụ tư vấn và các chương trình hỗ trợ hội nhập, giáo dục và là điểm gặp gỡ cho người nhập cư và người Đức bản xứ. Hàng tháng, cơ sở có chương trình với nhiều sự kiện và những buổi gặp gỡ nhóm khác nhau, ví dụ như:

- Đi dạo trong khu phố
- Mỗi tháng sẽ diễn ra một sự kiện văn hóa được tổ chức
- Thứ 3 hàng tuần, từ 11 đến 14 giờ, có một buổi gặp gỡ dành cho những người thích đan, móc hoặc may vá
- Thứ 4 hàng tuần, từ 11 đến 12 giờ 30 phút, có một khóa học khiêu vũ
- Thứ 6 hàng tuần, từ 12 đến 15 giờ, có một chương trình miễn phí với súp nóng, đồ uống và là dịp để chuyện trò về mọi thứ mà bạn quan tâm
- Thứ 6 hàng tuần, từ 14 đến 16 giờ có một buổi cà phê chủ đề kỹ thuật số, là nơi dành cho mọi câu hỏi liên quan đến máy tính và internet
- Thứ 5 hàng tuần, từ 15 giờ 30 phút 18 giờ, có một buổi Cà phê gặp gỡ dành cho những người mới nhập cư và muốn nói tiếng Đức hoặc muốn trao đổi với nhau

Các bạn có thể tìm thấy tất cả các hoạt động giải trí dành cho người cao tuổi trên trang web <https://seniorennetz.berlin/list/l/de/t/service?s=1>



- Kochtreff „Zusammen isst man weniger allein“- Markthalle Neun
- Buổi gặp mặt nấu ăn ‚Cùng nhau ăn, ít ăn một mình‘ – Khu chợ Markthalle Neun



- Internationaler Tag gegen Rassismus
- Ngày Quốc tế chống phân biệt chủng tộc



- Ehrenamtlichen Treffen (Winterfest)
- Buổi gặp gỡ tình nguyện (Lễ hội mùa đông)



- Vernissage der Ausstellung „Altern in der vielfaltgesellschaft Berlin“
- Lễ khai mạc triển lãm ‚Tuổi già trong xã hội đa dạng ở Berlin‘



- Treffen des Digitalen Café
- Buổi gặp gỡ của Quán cà phê Kỹ thuật số



- Donnerstagsgruppe
- Nhóm Thứ Năm



• Adressen im Überblick / Danh sách các địa chỉ

Seniorennetz Berlin: <https://seniorennetz.berlin/l/de>
Pflegestützpunkte: <https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/>

1 GePGeMi e.V.

<https://www.gemi-berlin.de/>
Geschäftsbüro: Schivelbeiner Str. 6, 10439 Berlin
Beratungsbüro: Trautenaustraße 5, 10717 Berlin 2. Etage im Pangea-Haus

Tel. 030 2869 8795 / 030 9842 4316
E-Mail. info@gemi-berlin.de



2 Brückenbauerinnen

<https://www.diakonie-stadtmitte.de/senioren-pflege/interkulturelle-brueckenbauerinnen-in-der-pflege-ibip/ueber-das-projekt>

Kontakt

Interkulturelle Brückenbauer*innen in der Pflege (IBIP)
Projektleitung
Nazife Sari
Wassertorstraße 21a
10969 Berlin

Tel.: (030) 69 51 78 23
n.sari@diakonie-stadtmitte.de
Brueckenbauerinnen@diakonie-stadtmitte.de
www.brueckenbauerinnen.de

4 Silbernetz

<https://silbernetz.org/>
Silbertelefon: 0800 4 70 80 90
Silbernetz e.V.
E-Mail: kontakt@silbernetz.de
Telefon: 030 54 45 330 22

6 Berliner Registerstelle

<https://www.berliner-register.de/>
Leiterin: Kati Becker

E-Mail: info@berliner-register.de (PGP)
Anai Ahrens: +49 1590 1307599, aa@berliner-register.de (PGP)
Kati Becker: +49 1590 1307803, kb@berliner-register.de (PGP)
Lea Lölhöffel: +49 1590 1955133, ll@berliner-register.de (PGP)

3 AWO-Begegnungszentrum

<https://www.begegnungszentrum.org/hauptnavigation/home>

AWO Begegnungszentrum Kreuzberg

Adalbertstrasse 23a 10997 Berlin
Tel. (030) 695 356-22
Fax (030) 695 356-34
begegnungszentrum@awo-spree-wuhle.de

5 Das Stadtteilzentrum Friedrichshain

<https://volkssolidaritaet-berlin.de/einrichtungen/stadtteilzentrum-friedrichshain/>

Pauline-Staegemann-Straße 6, 10249 Berlin
Friedenstraße 32, 10249 Berlin

Johannes Dumpe
Einrichtungsleitung
Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 09:30 - 16:00 Uhr
+49 30 40366 1127
stz-friedrichshain@volkssolidaritaet.de

7 Antidiskriminierungsberatung Alter, Behinderung, Chronische Erkrankung

<https://www.diskriminierung-berlin.de/>

Beratungen nach Anmeldung unter
Telefon: 030 / 27 59 25 27
Mobil:
0163 42 52 441 (Agnieszka Schwager)
0176 47 35 81 82 (Anna Heidrich)
0159 04 37 07 94 (Christian Grothaus)
Mail: adb@lv-selbsthilfe-berlin.de

Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin e. V.
Littenstraße 108
10179 Berlin

Die Pflegestützpunkt in Berlin

Sprechzeiten:
Dienstag: 09:00 – 15:00 Uhr
Donnerstag: 12:00 – 18:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Service-Nummer der Berliner Pflegestützpunkte
0800 5950059 (kostenfrei)
Montag – Freitag von 09:00 – 18:00 Uhr

*spezialisierte Beratung für Familien mit pflegebedürftigen Kindern

**spezialisierte Wohnberatung (Schwerpunkt wohnumfeldverbessernde Maßnahmen)

Pankow

Hauptstr. 29 a, 13158 Berlin*	0800 265080-24890
Mühlenstr. 48, 13187 Berlin**	030 47531719
Am Steinberg 10, 13086 Berlin	030 3385364-50

Reinickendorf

Kurhausstr. 30, 13467 Berlin, c/o Dominikus Krankenhaus Berlin, Haus 1, 3. OG*	030 3385364-40
Glienicker Str. 6 a, 13467 Berlin	030 41744891
Wilhelmsruher Damm 116, 13439 Berlin**	030 49872404

Spandau

Galenstr. 14, 13597 Berlin	030 902792026
Heerstr. 440, 13593 Berlin	030 3385364-30
Nonnendammallee 104, 13629 Berlin*	030 257949281

Tempelhof-Schöneberg

Hundsteinweg 6, 12107 Berlin (Eingang Mariendorfer Damm 197 – 199, 12107 Berlin)	030 3385364-60
Hauptstr. 17, 10827 Berlin*	0800 265080-26210
Ottokarstr. 1, 12105 Berlin** Berlin**	030 7550703

Steglitz-Zehlendorf

Albrechtstr. 81 a, 12167 Berlin**	030 76902600
Ferdinandstr. 35, 12209 Berlin	030 3385364-80
Teltower Damm 35, 14169 Berlin*	0800 265080-26550

Treptow-Köpenick

Albert-Einstein-Str. 2, 12489 Berlin	0800 265080-27450
Myliusgarten, 12587 Berlin*	030 3385364-920
Spreestr. 6, 12439 Berlin**	030 47474702

Charlottenburg-Wilmersdorf

Bundesallee 50, 10715 Berlin	030 8931231
Kaiserin-Augusta-Allee 85, 10589 Berlin	030 3385364-910
Ernst-Reuter-Platz 2, 10587 Berlin*	0800 265080-25201

Friedrichshain-Kreuzberg

Strausberger Platz 13 – 14, 10243 Berlin*	0800 265080-22660
Prinzenstr. 23, 10969 Berlin**	030 25700673
Wilhelmstr. 138 – 139, 10963 Berlin	030 613760761

Marzahn-Hellersdorf

Janusz-Korczak-Str. 17, 12627 Berlin*	0800 265080-28686
Marzahner Promenade 49, 12679 Berlin**	030 5143093
Blumberger Damm 2 k, 12683 Berlin**	030 2700498-40

Mitte

Brückenstraße 4, 10179 Berlin*	0800 265080-28100
Kirchstr. 8 a, 10557 Berlin	030 3385364-0
Reinickendorfer Str. 61, 13347 Berlin**	030 45941103

Lichtenberg

Reichenberger Str. 3, 13055 Berlin, Ärz- tehaus Rudolf Virchow	030 3385364-70
Einbecker Str. 85, 10315 Berlin**	030 40366-1160
Rummelsburger Str. 13, 10315 Berlin*	030 259357955

Neukölln

Karl-Marx-Str. 66 (Neukölln-Arcaden), 12043 Berlin*	0800 265080-27110
Groß-Ziethener Chaussee 16, 12355 Berlin	030 3385364-20
Rollbergstraße 30, 12053 Berlin**	030 6897700

Berliner Register

Berliner Registerstelle

Leiterin: Kati Becker E-Mail: info@berliner-register.de (PGP)
Anai Ahrens: +49 1590 1307599, aa@berliner-register.de (PGP)
Kati Becker: +49 1590 1307803, kb@berliner-register.de (PGP)
Lea Lölhöffel: +49 1590 1955133, ll@berliner-register.de (PGP)

Register Charlottenburg-Wilmersdorf

SJ – Die Falken LV Berlin
Schloßstraße 19, 14059 Berlin
Telefon: +49 178 9185896
Mobiltelefon: +49 163 0812128
E-Mail Adresse: cw@berliner-register.de

Register Friedrichshain-Kreuzberg

UBI KLiZ e.V.
Kreutzigerstraße 23, 10247 Berlin
Telefon: +49 30 74078831
Mobiltelefon: +49 1577 7369942
E-Mail Adresse: fk@berliner-register.de
Website: register-friedrichshain.de

Register Lichtenberg

pad gGmbH
Einbecker Straße 85, 10315 Berlin
Telefon: +49 30 50566518
Mobiltelefon: +49 176 16371635
E-Mail Adresse: lb@berliner-register.de

Register Marzahn-Hellersdorf

Stiftung SPI
Frankfurter Allee 35 – 37, 10247 Berlin
Telefon: +49 30 99275098
Mobiltelefon: +49 172 8695497
E-Mail Adresse: register-mh@stiftung-spi.de

Register Mitte

NARUD e.V.
Brüsseler Straße 36, 13353 Berlin
Telefon: +49 30 40757551
Mobiltelefon: +49 1577 6318728
E-Mail Adresse: register@narud.org

Register Neukölln

Yekmal e.V.
Richardstraße 102, 12043 Berlin
Mobiltelefon: +49 157 392 85 358
E-Mail-Adresse: register-nk@yekmal.de

Register Pankow

Pfefferwerk Stadtkultur gGmbH: [moskito] Fach- und Netzwerkstelle
Christinenstraße 18/19, 10119 Berlin
Mobiltelefon: +49 176 10011456
E-Mail Adresse: pankow@berliner-register.de

Register Reinickendorf

Stiftung SPI
Frankfurter Allee 35–37 Aufgang C, 10247 Berlin
Mobiltelefon: +49 1520 2824537
E-Mail Adresse: register-rd@stiftung-spi.de

Register Spandau

GIZ gGmbH
Reformationsplatz 2, 13597 Berlin
Telefon: +49 162 5781723
Mobiltelefon: +49 1512 7116547
E-Mail Adresse: register.spandau@giz.berlin

Register Steglitz-Zehlendorf

Mittelhof e.V.
Königstraße 42–43, 14163 Berlin
Mobiltelefon: +49 177 4731717
E-Mail Adresse: sz@berliner-register.de

Register Tempelhof-Schöneberg

NUSZ in der UFA-Fabrik e.V.
Viktoriastraße 13, 12105 Berlin
Mobiltelefon: +49 176 58855715
E-Mail Adresse: ts@berliner-register.de

Register Treptow-Köpenick

offensiv'91 e.V.
Hasselwerder Str. 38–40, 12439 Berlin
Telefon: +49 30 65487293
E-Mail Adresse: tk@berliner-register.de



Koordinierung der Berliner Register

Berliner Register c/o pad gGmbH
Sewanstraße 178
10319 Berlin

Telefon:
+49 1590 1307803
Mobiltelefon:
+49 1590 1307803
E-Mail Adresse:
info@berliner-register.de

Impressum

Werkstatt zur Teilhabe
im Alter(n) mit Migrationsgeschichte
Info-Broschüre | Altwerden in der Migration
Sổ tay hướng dẫn | tuổi già nơi viễn xứ
Berlin, 2023

Herausgeber
GePGeMi e.V.
Gesellschaft für Psychosoziale
Gesundheitsförderung bei Migrant*innen
Schivelbeiner Str. 6, 10439 Berlin
+49 (0)30 2869 8795
info@gemi-berlin.de
www.gemi-berlin.de

Redaktion
Dr. Min-Sung Kim
Jieun Park
Kim Chi Vũ

Gestaltung
Mihwa Kim

 **Gesellschaft**
für psychosoziale Gesundheitsförderung
bei Migrant*innen in Berlin

Partizipations- und Integrationsprogramm	Die Beauftragte des Senats für Integration und Migration	Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales	BERLIN	
---	---	--	---------------	--