

PORADNIE MIGRACYJNE I MIEJSCA WSPARCIA

PANKOW

» AWO ARBEITERWOHLFAHRT LANDESVERBAND BERLIN e. V.

Fachstelle Integration & Migration Pankow

im „WELCOME-CENTER“ des Bürgeramtes Prenzlauer Berg

Fröbelstr. 17, 10405 Berlin

Doradztwo migracyjne dla dorosłych powyżej 27. roku życia

(Migrationsberatung für Erwachsene Zuwanderer - MBE)

Agata Esser

tel. (030) 902 955 928

e-mail: agata.esser@awoberlin.de

» SHIA e. V.

Landesverband Berlin

Rudolf-Schwarz-Str. 31, 10407 Berlin

Doradztwo dla rodziców samotnie wychowujących dzieci

Isabella Lammaghi

tel: (030) 425 11 86

e-mail: isabella.lammaghi@shia-berlin.de

» POLKI W BERLINIE e. V.

Projekt „Rodzina w Berlinie”

Psychologiczne doradztwo telefoniczne

w każdą środę w godz. 12:00-14:00

tel. (030) 680 801 21

» OASE BERLIN e. V.

Schönfließener Straße 7, 10439 Berlin

Mobilne doradztwo socjalne i ogólne dla migrantów

Arkadiusz Jurewicz

tel. (030) 300 2440 63, Kom: 015752740118

e-mail: lotse@oase-berlin.org

WEDDING

» CLUB DIALOG e. V.

Lindower Str. 18, 13347 Berlin

Poradnictwo w zakresie uznawania świadectw zawodowych i akademickich

Iwona Bossert

tel. (030) 263 476 05

e-mail: anerkennung@club-dialog.de

» DGB-HAUS, ARBEIT UND LEBEN e. V.

Kapweg 4, 13405 Berlin, parter

Poradnia dla osób pracujących w Niemczech

Doradztwo prawne w zakresie prawa pracy i i prawa socjalnego

Monika Fijarczyk (pokój: 00-89)

tel. (030) 212 401 45

e-mail: monika.fijarczyk@dgb.de

PROJEKT „FAIRE MOBILITÄT/UCZCIWA MOBILNOŚĆ”

Informacja i doradztwo z zakresu prawa pracy i spraw socjalnych

Specjalność służba zdrowia i opieka domowa

Dr. Sylwia Timm (pokój: 072)

tel. (030) 210 164 37
e-mail: sylwia.timm@dgb.de

SCHÖNEBERG

» NACHBARSCHAFTS- UND FAMILIENZENTRUM
KURMARK/MEHRGENERATIONENHAUS

Kurmärkische Str. 1-3, 10783 Berlin

[Doradztwo ogólne dla rodzin i osób starszych](#)

Joanna Kalkowski

tel. (030) 230 042 54

e-mail: kalkowski@pfh-berlin.de

» AWO ARBEITERWOHLFAHRT LANDESVERBAND e. V.

Willmannsdamm 12, 10827 Berlin

[Doradztwo dla osób poniżej 27. roku życia w zakresie
doksztalcania i ofert edukacyjnych](#)

Agnieszka Aksamit

tel. (030) 221 922 611

e-mail: agnieszka.aksamit@awoberlin.de

[Doradztwo migracyjne dla dorosłych powyżej 27. roku życia](#)

Elżbieta Treide

tel. (030) 221 922 622

e-mail: elzbieta.treide@awoberlin.de

» PRO FAMILIA

Kalckreuthstr. 4, 10777 Berlin

[Doradztwo w tematach związanych z seksualnością
oraz ciążą, także w przypadku niechcianej ciąży](#)

Ilona Mixtacka

tel. (030) 398 498 98

e-mail: ilona.mixtacka@profamilia.de

» INTERKULTURELLES FRAUENZENTRUM S.U.S.I.

Bayerischer Platz 9, 10779 Berlin

[Poradnictwo psychologiczne dla kobiet
Poloneski – psychologiczna grupa samopomocy](#)

Gabriela Swierczynska

Każdy trzeci wtorek miesiąca o 17:00, należy ustalić termin spotkania.

tel. (030) 789 593 96

e-mail: susipsychologie@aol.com

[Doradztwo socjalne](#)

Joanna Jordan

środa 10:30-13:00

NEUKÖLLN

» DIAKONIEWERK SIMEON gGmbH

Morusstr. 18a, 12053 Berlin

[Doradztwo migracyjne dla dorosłych powyżej 27. roku życia
\(Migrationsberatung für Erwachsene Zuwanderer - MBE\)](#)

Anetta Wanicka-Lietzow

tel. (030) 682 477 16

e-mail: a.wanicka-lietzow@diakoniewerk-simeon.de

» ANONIMOWI ALKOHOLICY (AA)

Lipschitzalle 80, 12353 Berlin

[Polskojęzyczne grupy wsparcia w Berlinie](#)

LINK PL: aa-berlin.de/innegrupy.php

W każdą pierwszą niedzielę miesiąca spotkanie otwarte, godz. 17:00-19:00.

Grupa **NOWE SPOJRZENIE**

FRIEDRICHSHAIN

» BOX66 – Interkulturowe Centrum Doradztwa i Spotkań dla Kobiet i Rodzin przy Ostkreuz

Sonntagstr. 9, 10245 Berlin

Doradztwo migracyjne dla dorosłych powyżej 27. roku życia

(Migrationsberatung für Erwachsene Zuwanderer - MBE)

Agnieszka Lühr

telefon: (030) 817 005 40

e-mail: mbe-box66@via-in-berlin.de

TREPTOW-KÖPENICK

» FRÖBEL e. V. - FRÖBEL-Gruppe

FRÖBEL-Familienberatung CON-RAT

Hans-Schmidt-Straße 14, 12489 Berlin

Konsultacje wychowawcze dla rodziców, poradnictwo dla rodzin, terapia rodzinna

Edyta Hentzschel

tel. (030) 444 48 08

e-mail: con-rat@froebel-gruppe.de

TIERGARTEN

» SENATSVERWALTUNG FÜR INTEGRATION, ARBEIT UND SOZIALES

Pełnomocnik Berlińskiego Senatu ds. Integracji i Migracji

Potsdamer Straße 65, 10785 Berlin

Biuro doradcze

Anna Kutza

tel. (030) 901 723 78

e-mail: anna.kutza@intmig.berlin.de

Elżbieta Kucharska

tel. (030) 901 723 52

e-mail: elzbieta.kucharska@intmig.berlin.de

bez konieczności wcześniejszego umawiania się na spotkanie

poniedziałek-wtorek 09:00-13:00, czwartki 09:00-13:00,15:00-18:00

KREUZBERG

» POLSKA RADA SPOŁECZNA

Oranienstraße 34, 10999 Berlin

Poradnictwo socjalno-prawno-psychologiczne dla rodzin i młodzieży

tel. (030) 615 17 17

e-mail: polskarada@polskarada.de

PFLEGESTÜTZPUNKT NEUKÖLLN, KREUZBERG, MITTE

» DIAKONISCHES WERK BERLIN STADTMITTE e. V.

Pflegestützpunkt Neukölln

Donaustr. 89, 12043 Berlin

Projekt IBIP (Interkulturelle BrückenbauerInnen in der Pflege)

Punkt doradczy w sprawach opieki i pozyskiwania na nią środków

(opieka nad dziećmi, osobami starszymi, niepełnosprawnymi)

Mariola Klasa

tel. 0800 265 080 27 102, kom: 01635506810

» PRZEMOC W RODZINIE: BIG Hotline – telefon zaufania

Linia czynna jest codziennie, przez całą dobę: tel. (030) 611 0300

LINK DE: big-hotline.de

Informator w języku polskim:

PANI PRAWA W PRZYPADKU PRZEMOCY DOMOWEJ (PDF),

LINK PL: big-berlin.info/sites/default/files/medien/ihr_recht_polnisch.pdf

» **COCON, DOM DLA KOBIEC**

Schronienie, pomoc i wsparcie dla kobiet, które doświadczyły przemocy w rodzinie, oraz ich dzieci

numer ratunkowy: tel. (030) 916 118 36 (czynny całą dobę)

LINK PL: frauenhaus-cocon-berlin.de/notruf/numer-ratunkowy

» **LARA – VEREIN GEGEN SEXUELLE GEWALT AN FRAUEN e. V.**

Specjalistyczny ośrodek ds. przeciwdziałania przemocy

Porady telefoniczne od poniedziałku do piątku w godz. 09:00-18:00

tel. (030) 216 888 88

e-mail: beratung@lara-berlin.de

LINK PL: lara-berlin.de/pl/zapraszamy/

» **Dom dla kobiet BORA**

Pomoc doraźna. Schronienie i wsparcie dla kobiet, które muszą chronić się przed przemocą

telefon kryzysowy: (0 – 24) 030 986 43 32

LINK PL: frauenprojekte-bora.de/pl/emergency/

» **STOP-STALKING**

Informacje w przypadku stalkingu

LINK PL: stop-stalking-berlin.de/wp-content/uploads/2014/10/FlyerStalker_Polnisch914.pdf

» **HYDRA BERLIN e. V. - Miejsce spotkań oraz doradztwo związane z prostytutcją**

Köpenicker Straße 187/188 , 10997 Berlin

Doradztwo, informacja oraz wsparcie (w razie potrzeby zapewniona pomoc tłumacza)

tel. (030) 611 00 23

e-mail: kontakt@hydra-ev.org

poniedziałki i wtorki 10:00-15:00, czwartki 16:00-20:00

dotatkowa oferta: porady podatkowe: 2. i 3. czwartek miesiąca od 17:00 do 20:00,

porady prawne (w zależności od potrzeb)

LINK PL: hydra-berlin.de/beratungsstelle/#c12816

» **DORADZTWO I WSPARCIE W PRZYPADKACH DYSKRYMINACJI (BERATUNG UND UNTERSTÜTZUNG BEI DISKRIMINIERUNG)**

Czujesz się obrażany, ignorowany, zagrożony lub atakowany?

A może byłeś świadkiem takiego zachowania?

LINK PL: berlin.de/willkommenszentrum/pl/krok-5-zycie-codzienne/ochrona-w-razie-dyskryminacji/

Jesteś świadkiem dyskryminacji lub tego doświadczyłeś, możesz to zgłosić tu:

LINK DE: berliner-register.de/

LINK DE: berlin.de/sen/lads/beratung/diskriminierung/

» **SELBSTHILFE – samopomoc (grupy wsparcia)**

to program dla osób mających ten sam problem albo chorobę.

Informacje o grupach samopomocy znajdziesz tu:

LINK DE: www.sekis.de

Na stronie wpisz w wyszukiwarce słowo *polnisch*.

JESTEM W CIĄŻY

» POŁOŻNA – HEBAMME

Każda kobieta w ciąży ma prawo do położnej. Opieka położnej obejmuje kobiety w czasie ciąży, porodu i kompleksowo w okresie połogu, a także wsparcie podczas całego okresu karmienia piersią. Koszt takiej opieki pokrywany jest przez ubezpieczenie zdrowotne. Wszelkie informacje o ciąży uzyskasz od położnej na kursie bądź podczas wizyty domowej.

Więcej na: LINK DE: kidsgo.de oraz berliner-hebammenliste.de

(wyszukać tu można także położne mówiące po polsku)

Przydatna strona: Związek Położnych – Berliner Hebammenverband e. V.

» W ramach kasy chorych można odbyć kurs dla przyszłych rodziców, także w języku polskim np.:

Szkoła rodzenia z przygotowaniem do porodu przy szpitalu St. Joseph Krankenhaus w dzielnicy Tempelhof: Wüsthoffstraße 15, 12101 Berlin

Zapisy:

Hanna Skubida

kom. 01732101712

Zajęcia są prowadzone przez położne: **Hannę Skubidę, Irenę Masek** oraz **Jolantę Waloszczyk**.

» SZKOŁA DLA RODZICÓW z przygotowaniem do porodu YOUR BEST TIME:

F: facebook.com/yourbesttime

e-mail: Zofia@yourbesttime.pl

Prowadząca: **Zofia Kędzierska**

» Na kursie dowiesz się o:

- » Przygotowaniu dalszym i bliższym do porodu, systemie opieki okołoporodowej w Berlinie,
- » formalnościach, które będzie trzeba dopełnić po urodzeniu dziecka.
- » Przebiegu porodu, sposobów farmakologicznego i nefarmakologicznego łagodzenia bólu, roli i zadaniach osoby towarzyszącej przy porodzie.
- » Przebiegu połogu, opiece i pielęgnacji noworodka, karmieniu piersią, rozwoju niemowlaka.