


Inhalt

1. Behörden & Verwaltung in Deutschland – Was du wissen musst	3
1.1 Anerkennung des Berufsabschlusses 	3
1.2 Visum & Aufenthaltstitel beantragen 	4
1.3 Krankenversicherung abschließen & Sozialversicherungsnummer erhalten 	5
1.4 Private Haftpflichtversicherung 	5
1.5 Steuer-Identifikationsnummer (Steuer-ID) erhalten 	6
1.6 Bankkonto eröffnen 	6
1.7 Führerschein umschreiben 	6
2. Wohnen in Deutschland – Was du wissen solltest 	7
2.1 Mietwohnungen & Wohnungsmarkt.....	7
2.2 Mietvertrag & Kautions.....	7
2.3 Nebenkosten & Rundfunkbeitrag.....	8
2.4 Wohngemeinschaften (WGs) & Studentenwohnheime.....	8
2.5 Wohnkultur & Nachbarschaftsregeln.....	8
2.6 Wohnsitzanmeldung in Deutschland 	8
3. Kultur & Alltag in Deutschland – Was du wissen musst	9
3.1 Deutsch sprechen und verstehen.....	9
3.2 Feste & Traditionen.....	10
4. Beziehungen & Soziales Leben – Was du wissen musst	11
4.1 Familie & Partnerschaft.....	11
4.2 Freundschaften & soziale Kontakte knüpfen.....	11
4.3 Vereine & ehrenamtliches Engagement.....	12
4.4 Kirchen & religiöse Gemeinschaften.....	12
5. Identifikation & Werte – Was du wissen musst	12
5.1 Was bedeutet „deutsche Werte & Normen“?.....	13
5.2 Heimatgefühl & Zugehörigkeit.....	13
6. Politische Teilhabe – Wie du mitgestalten kannst	13
6.1 Wie funktioniert die Demokratie in Deutschland?.....	14
6.2 Mitwirken in Parteien & gesellschaftlichen Organisationen.....	14
7. Geografie & Regionen in Deutschland 	14
7.1 Berge, Wälder & Flüsse.....	15

7.2 Städte & Regionale Unterschiede.....	15
7.3 Öffentliche Verkehrsmittel und Mobilität 🚶.....	15
7.4 Deutsches Essen und Trinken 🍷.....	16
7.5 Wetter und Jahreszeiten 🌤.....	16
8. Umweltbewusstsein & Nachhaltigkeit – Wie man in Deutschland umweltbewusst lebt 🌍.....	17
8.1 Recycling & Mülltrennung.....	17
8.2 Energie aus erneuerbaren Quellen.....	17
8.3 Öffentliche Verkehrsmittel und Fahrradfahren.....	18
8.4 Nachhaltige Ernährung.....	18
8.5 Second-Hand und Reparieren statt Wegwerfen.....	18
9. Arbeit in der Pflege.....	19
9.1 Attraktivität des Pflegeberufs & Ausbildungszahlen.....	19
9.2 Attraktivität des Pflegeberufs & Ausbildungszahlen.....	19
9.3 Arbeitsschutz in der Pflege.....	20
9.4 Steuerliche und sozialversicherungsrechtliche Aspekte.....	20
10. Kirche in Deutschland.....	21
10.1 Freikirchen: Angebote und Unterstützung.....	22
10.2 Die Rolle der Kirche in der Pflege.....	22

1. Behörden & Verwaltung in Deutschland – Was du wissen musst

Der Start in einem neuen Land bringt viele organisatorische Aufgaben mit sich – besonders, wenn es um Behördengänge und offizielle Anmeldungen geht. In Deutschland sind viele Schritte gesetzlich vorgeschrieben und oft an bestimmte Fristen gebunden. Eine gute Vorbereitung hilft dir, unnötige Verzögerungen zu vermeiden.

 **Tipp:** Viele Behörden bieten mittlerweile Online-Terminbuchungen an. Informiere dich rechtzeitig auf den Webseiten der jeweiligen Stellen, um Wartezeiten zu vermeiden. Außerdem gibt es Beratungsstellen, die dir bei den Formalitäten helfen – zum Beispiel über die Plattform [Make it in Germany](#).

1.1 Anerkennung des Berufsabschlusses

Um in Deutschland als Pflegefachkraft arbeiten zu können, ist die Anerkennung deines ausländischen Abschlusses erforderlich. **Bei Care with a Mission übernehmen wir die Organisation für dich.**

Erste Schritte:

- Beratungsstellen kontaktieren (z. B. [Anerkennung in Deutschland](#))
- Antrag auf Anerkennung so früh wie möglich stellen
- Kontakt zur Bezirksregierung und zu Anbietern von Qualifizierungsmaßnahmen aufnehmen

Möglichkeiten:

- Kenntnisprüfung oder Anpassungslehrgang je nach Bundesland
- In manchen Ländern ist ein bearbeiteter Antrag Voraussetzung für die Einreise
- Bearbeitungszeit: mehrere Monate möglich

 **Tipp:** Der Arbeitgeberservice der Bundesagentur für Arbeit kann unterstützen.

1.2 Visum & Aufenthaltstitel beantragen ✈️

Falls du aus einem Nicht-EU-Land kommst, benötigst du für die Einreise möglicherweise ein **Visum**.

Bei Care with a Mission übernehmen wir die Koordination des Visumprozesses.

📌 Wichtige Schritte:

- Die **deutsche Auslandsvertretung** (Botschaft/Konsulat) informiert über die Voraussetzungen
- Der **Arbeitgeberservice der Bundesagentur für Arbeit** kann beraten

💡 **Tipp:** Frühzeitig beantragen, da die Bearbeitung mehrere Wochen dauern kann!

Wer länger in Deutschland bleiben möchte, braucht eine Aufenthaltserlaubnis oder den elektronischen Aufenthaltstitel (eAT).

📌 Wo?

- Zuständige Ausländerbehörde frühzeitig kontaktieren
- Persönliche Vorsprache notwendig

📌 Benötigte Dokumente:

- Antragsformular (online oder vor Ort)
- Biometrisches Passbild
- Ausweis/Reisepass
- Ggf. weitere Unterlagen
- **Kosten für dich: ca. 100€**

💡 **Tipp:** Informiere dich frühzeitig über Terminvergabe & Bearbeitungszeit!

1.3 Krankenversicherung abschließen & Sozialversicherungsnummer erhalten

In Deutschland besteht Krankenversicherungspflicht. Du musst dich bei einer Krankenkasse anmelden. Bei Care with a Mission übernehmen wir die Koordination der Anmeldung.

Wann?

- Direkt nach der Wohnsitzanmeldung
- Spätestens zum Arbeitsbeginn

Wie?

- Du kannst eine gesetzliche oder private Krankenkasse wählen
- Falls du zuvor in Deutschland versichert warst, kann das deine Wahl beeinflussen

 **Tipp:** Informiere dich über verschiedene Anbieter und vergleiche die Leistungen! Z.B. hier: [Krankenkassenvergleich 06/2025 - die beste Krankenkasse finden](#)

Die Sozialversicherungsnummer wird automatisch mit der Anmeldung bei der Krankenkasse erstellt.

Wann?

- Direkt nach der Krankenversicherungsmeldung

 **Tipp:** Falls du deine Nummer nicht erhältst, frage bei deiner Krankenkasse nach.

1.4 Private Haftpflichtversicherung

Die private Haftpflichtversicherung ist freiwillig, aber sehr empfehlenswert. Sie schützt dich, wenn du aus Versehen Schäden verursachst (z. B. Wasserschaden in einer Mietwohnung). Bei Care with a Mission übernehmen wir die Koordination der Anmeldung, wenn gewünscht.

Wann?

- Nach der Wohnsitzanmeldung und Kontoeröffnung

Wo?

- Vergleichsportale wie [Check24](#) oder [Tarif-Test](#) helfen bei der Auswahl

💡 **Tipp:** Die Versicherung kostet meist nur wenige Euro im Monat und kann große Kosten vermeiden!

1.5 Steuer-Identifikationsnummer (Steuer-ID) erhalten

Für deine erste Gehaltsabrechnung benötigst du eine Steuer-ID.

Wann?

- Nach der Wohnsitzanmeldung

Wie bekomme ich sie?

- Die Steuer-ID wird dir automatisch per Post zugeschickt (kann einige Wochen dauern)
- Falls du sie dringend brauchst, kannst du beim Finanzamt nachfragen

💡 **Tipp:** Deine Lohnbuchhaltung bei deinem Arbeitgeber kann dir helfen, falls es Verzögerungen gibt.

1.6 Bankkonto eröffnen

Ein deutsches Bankkonto ist notwendig, um dein Gehalt zu erhalten. Bei Care with a Mission helfen wir dir bei der Kontoeröffnung.

Wann?

- Nach der Wohnsitzanmeldung, aber vor der ersten Gehaltsabrechnung

Erforderliche Dokumente:

- Ausweis
- Meldebestätigung
- Arbeitsvertrag

💡 **Tipp:** Viele Banken bieten spezielle Kontomodelle für ausländische Fachkräfte an! Vergleich siehe z.B. hier: [Girokonto für Ausländer: 10 deutsche Bankkonten im Überblick](#)

1.7 Führerschein umschreiben

Falls du einen außerhalb der EU ausgestellten Führerschein hast, gelten bestimmte Regeln.

 **Wichtig:**

- Nicht-EU-Führerscheine sind meist nur 6 Monate gültig
- Danach ist eine Umschreibung erforderlich, oft mit theoretischer und praktischer Prüfung

 **Tipp:** Lass deinen Führerschein frühzeitig bei der Fahrerlaubnisbehörde prüfen!

2. Wohnen in Deutschland – Was du wissen solltest


Das Thema Wohnen ist für viele Neuzugänge in Deutschland eine große Herausforderung. Die Mietpreise variieren stark je nach Stadt und Region, und es gibt einige Besonderheiten, die du kennen solltest, wenn du eine Wohnung suchst oder mietest.

2.1 Mietwohnungen & Wohnungsmarkt

In Deutschland wohnen viele Menschen zur Miete, weshalb der Wohnungsmarkt in großen Städten oft angespannt ist. Besonders in Metropolen wie Berlin, München oder Hamburg sind Wohnungen teuer und begehrt. Deshalb solltest du frühzeitig mit der Wohnungssuche beginnen.

Typische Wege, eine Wohnung zu finden:

- Online-Portale wie [Immobilienscout24](#), [WG-Gesucht](#) oder [Kleinanzeigen](#).
- Wohnungsgenossenschaften, die günstige Wohnungen für Mitglieder anbieten.
- Schwarze Bretter an Universitäten oder Supermärkten (vor allem für WGs).
- Makler – allerdings fallen hier oft zusätzliche Kosten an.

 **Tipp:** Habe alle nötigen Unterlagen bereit (Einkommensnachweis, Mietschuldenfreiheitsbescheinigung, Schufa-Auskunft), da Vermieter oft mehrere Bewerber vergleichen. **Bei Care with a Mission helfen wir dir bei der Wohnungssuche.**

2.2 Mietvertrag & Kautions

In Deutschland ist ein schriftlicher Mietvertrag üblich. Darin stehen wichtige Punkte wie die Miethöhe, Nebenkosten und Kündigungsfristen. Beim Einzug musst du meist eine **Kautions** (bis zu drei Monatsmieten) hinterlegen, die du beim Auszug zurückbekommst, sofern keine Schäden in der Wohnung entstanden sind.

💡 **Tipp:** Lies den Mietvertrag genau durch! Achte auf Klauseln zu Renovierungspflichten und Kündigungsfristen (meist drei Monate).

2.3 Nebenkosten & Rundfunkbeitrag

Zusätzlich zur „Kaltmiete“ zahlst du Nebenkosten für Wasser, Heizung, Müllentsorgung und manchmal Internet oder Hausmeisterdienste. Diese Kosten werden oft als „Warmmiete“ angegeben. Außerdem musst du in Deutschland den Rundfunkbeitrag (ca. 18€ pro Monat) zahlen, unabhängig davon, ob du einen Fernseher oder Radio nutzt. Anmeldung online unter www.rundfunkbeitrag.de

💡 **Tipp:** Prüfe, welche Nebenkosten in der Warmmiete enthalten sind und ob eine jährliche Nachzahlung droht.

2.4 Wohngemeinschaften (WGs) & Studentenwohnheime

Besonders für Studierende und junge Berufstätige sind WGs eine günstige Alternative. Hier teilt man sich eine Wohnung mit anderen, was nicht nur günstiger ist, sondern auch soziale Kontakte fördert. Studentenwohnheime sind oft noch preiswerter, haben aber begrenzte Plätze.

💡 **Tipp:** In beliebten Städten lohnt es sich, sich frühzeitig für ein Studentenwohnheim oder eine WG zu bewerben.

2.5 Wohnkultur & Nachbarschaftsregeln

Deutschland hat einige ungeschriebene Regeln für das Zusammenleben:

- Ruhezeiten beachten: In Mietshäusern gibt es feste Ruhezeiten (meist von 22:00 bis 6:00 Uhr). Laute Musik oder Partys sollten dann vermieden werden.
- Treppenhaus & Hausordnung: In vielen Häusern gibt es eine „Hausordnung“, die zum Beispiel das regelmäßige Reinigen des Treppenhauses oder Winterdienst regelt.
- Mülltrennung ist Pflicht – informiere dich über die Regeln in deinem Wohnort.

💡 **Tipp:** Ein gutes Verhältnis zu den Nachbarn kann dir das Leben erleichtern – ein freundliches „Hallo“ oder „Guten Tag“ hilft schon viel!

2.6 Wohnsitzanmeldung in Deutschland

Herzlich willkommen in Deutschland! Damit dein Start reibungslos verläuft, solltest du dich schnell um die Anmeldung deines Wohnsitzes kümmern. Bei Care with a Mission übernehmen wir die Koordination.

Frist

- innerhalb von 1-2 Wochen Anmeldung beim Einwohnermeldeamt oder Bürgeramt deiner Stadt

Wo finde ich das Anmeldeformular?


- Formular vorab online auf der Website der Meldebehörde herunterladen
- einige Städte bieten auch eine Online-Terminreservierung an – das spart Wartezeit!

Welche Dokumente benötige ich?

- Gültiger Ausweis/Reisepass (bei Nicht-EU-Bürgern: inkl. Visum oder Aufenthaltstitel)
- Wohnungsgeberbestätigung – Diese bekommst du von deinem Vermieter oder der Hausverwaltung.
- Meldeformular (falls erforderlich, je nach Stadt unterschiedlich)

Warum ist die Anmeldung wichtig?

Nach der Anmeldung erhältst du eine Meldebescheinigung, die du für viele weitere Schritte brauchst – zum Beispiel für die Eröffnung eines Bankkontos, den Abschluss eines Handyvertrags oder die Beantragung einer Steuer-ID.

 **Tipp:** Informiere dich auf der Website deiner Stadtverwaltung über die genauen Anforderungen und reserviere möglichst früh einen Termin.


3. Kultur & Alltag in Deutschland – Was du wissen musst

Deutschland hat seine eigenen kulturellen Besonderheiten, die es im Alltag zu entdecken gibt. Von der Art, wie Menschen kommunizieren, bis hin zu gesellschaftlichen Gewohnheiten – vieles kann für Neuankömmlinge ungewohnt sein. Das Verständnis für diese Regeln und Gepflogenheiten erleichtert das Ankommen und hilft dabei, sich schneller wohlfühlen. Besonders wichtig ist die deutsche Sprache: Sie ist der Schlüssel zur Integration und macht das Leben in Deutschland einfacher – sei es im Beruf, bei Behördengängen oder im sozialen Miteinander. Auch Traditionen und Feiertage spielen

eine große Rolle im gesellschaftlichen Leben und Bieten tolle Möglichkeiten, die Kultur besser kennenzulernen.


3.1 Deutsch sprechen und verstehen

- Gute Sprachkenntnisse sind entscheidend für eine erfolgreiche Integration – sie helfen im Job, im Alltag und im sozialen Leben.
- Es gibt viele kostenlose Angebote, die Sprache zu lernen, du findest einige davon auf unserer Website aufgelistet.
- Auch im Alltag kann man sein Deutsch verbessern – z.B. durch Sprach-Tandems oder das bewusste Zuhören in Gesprächen.

 **Tipp:** Übe, so oft du kannst! Schau deutsche Filme mit Untertiteln, höre deutsche Musik oder lies einfache Nachrichten z.B. hier [Nachrichten in Einfacher Sprache](#).

Typisch deutsch - Verhaltensregeln & Gepflogenheiten

- Pünktlichkeit wird in Deutschland sehr geschätzt – sei es bei privaten Treffen oder beruflichen Terminen.
- Deutsche kommunizieren oft direkt und sachlich. Das ist nicht unhöflich gemeint, sondern kulturell bedingt.
- Beim Kennenlernen gibt man sich meist die Hand. In formellen Situationen ist eine höfliche Begrüßung wichtig („Guten Tag“, „Auf Wiedersehen“).
- Förmliche Anrede: In vielen Situationen wird „Sie“ statt „du“ benutzt – besonders bei Älteren oder Vorgesetzten.
- Wenn dir etwas unklar ist oder du etwas sprachlich nicht verstehst, frage lieber sofort nach. Am besten solange, bis du es verstanden hast – auch im Arbeitskontext.

 **Tipp:** Beobachte, wie andere sich verhalten, und frage nach, wenn du unsicher bist. Das hilft, Missverständnisse zu vermeiden.

3.2 Feste & Traditionen

- In Deutschland gibt es viele gesetzliche Feiertage, die je nach Bundesland unterschiedlich sein können.

- Karneval & Oktoberfest sind große Volksfeste mit Musik, Tanz und traditionellen Speisen
- Tag der Deutschen Einheit (3. Oktober) ist der Nationalfeiertag zur Wiedervereinigung.
- Regionale Feste: Jedes Bundesland hat seine eigenen Traditionen – von Weinfesten bis zum Hafenfest in Hamburg.
- Wichtige Feste sind Weihnachten und Ostern – sie werden meistens mit Familie gefeiert

💡 **Tipp:** Informiere dich über lokale Feste in deiner Stadt. Viele Städte haben Veranstaltungen für internationale Bürger, bei denen du die Kultur hautnah erleben kannst.

4. Beziehungen & Soziales Leben – Was du wissen musst

Ein soziales Netzwerk ist wichtig, um sich in einem neuen Land wohlfühlen. Familie, Freundschaften und Gemeinschaften spielen eine große Rolle bei der Integration. In Deutschland gibt es viele Möglichkeiten, neue Kontakte zu knüpfen – sei es durch Vereine, religiöse Gemeinden oder Nachbarschaftsinitiativen. Auch die Art, wie Beziehungen in Deutschland gepflegt werden, kann sich von anderen Ländern unterscheiden. Freundschaften entstehen oft durch gemeinsame Aktivitäten, und viele Menschen schätzen es, wenn private und berufliche Beziehungen klar getrennt bleiben.

4.1 Familie & Partnerschaft


- In Deutschland gibt es verschiedene Familienmodelle – von der klassischen Kernfamilie bis zu Patchwork-Familien und Alleinerziehenden.
- Gleichberechtigung ist ein wichtiges gesellschaftliches Thema: Frauen und Männer haben in Partnerschaften oft ähnliche Rechte und Pflichten.
- In vielen Beziehungen spielt die finanzielle Unabhängigkeit beider Partner eine große Rolle.
- Kinderrechte sind in Deutschland sehr wichtig – Erziehung ohne Gewalt ist gesetzlich vorgeschrieben.
- Eltern haben Anspruch auf Elterngeld & Kindergeld, wenn sie in Deutschland leben und arbeiten.

💡 **Tipp:** Respektiere die kulturellen Unterschiede in Beziehungen. In Deutschland gibt es beispielsweise keine feste Tradition, wer beim ersten Date bezahlt – das wird individuell entschieden.

💡 **Tipp:** Infos zu Kindergeld & Elterngeld gibt es bei der Familienkasse oder auf www.bmfsfj.de.


4.2 Freundschaften & soziale Kontakte knüpfen

- Freundschaften entstehen oft durch gemeinsame Interessen, z. B. in Sportvereinen, Sprachkursen oder über die Arbeit.
- In Deutschland braucht es manchmal etwas Zeit, bis aus Bekannten echte Freunde werden.
- Private Einladungen sind oft geplant und seltener spontan – es ist üblich, vorher nachzufragen, ob jemand Zeit hat.

 **Tipp:** Sei aktiv! Melde dich bei Gruppen in deiner Stadt oder nutze Plattformen wie www.meetup.com, um Leute mit ähnlichen Interessen kennenzulernen.


4.3 Vereine & ehrenamtliches Engagement

- In Deutschland gibt es viele Vereine (z. B. Sport-, Musik- oder Kulturvereine), in denen du schnell Anschluss finden kannst.
- Viele Städte haben „Welcome-Center“, die bei der Integration helfen.
- Ehrenamtliches Engagement ist eine gute Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen und gleichzeitig etwas Gutes zu tun.
- In Gemeinden und Kirchen gibt es oft Gruppen für Zugezogene oder internationale Mitbürger.

 **Tipp:** Frag in deinem Wohnort nach „Interkulturellen Treffs“ oder Integrationsprojekten – dort gibt es oft offene Treffen für Neuankömmlinge. Schau auf www.vereinsregister.de, um Vereine in deiner Nähe zu finden. Ehrenamtsbörsen gibt es auf www.ehrenamt.de.

4.4 Kirchen & religiöse Gemeinschaften

- Deutschland hat viele Kirchen (katholisch & evangelisch), aber auch Moscheen, Synagogen und buddhistische Tempel. Außerdem gibt es einige Freikirchen – meist auch „Gemeinde“ genannt. Nicht zu verwechseln mit der Rathausgemeinde, das hat nichts mit der Kirche, sondern mit Ämtern und der Stadtverwaltung zu tun. Mehr Informationen dazu gibt es bei Punkt 10.1
- Viele Kirchengemeinden bieten Unterstützung für Neuankömmlinge und soziale Aktivitäten.
- Kirchliche Träger (z. B. Caritas, Diakonie) sind wichtige Arbeitgeber im Sozialbereich.

 **Tipp:** Falls du einer Religionsgemeinschaft angehörst, informiere dich über Treffpunkte & Gottesdienste in deiner Stadt – oft gibt es Angebote speziell für Migrant:innen.

5. Identifikation & Werte – Was du wissen musst

Sich in einem neuen Land zu Hause zu fühlen, braucht Zeit. Heimat ist mehr als ein Ort – es ist das Gefühl, dazuzugehören. Deutschland hat eigene Traditionen, Werte und gesellschaftliche Normen. Wer sie kennt und versteht, kann sich schneller einleben und seinen Platz in der Gesellschaft finden.

5.1 Was bedeutet „deutsche Werte & Normen“?

- Grundwerte wie Gleichberechtigung, Meinungsfreiheit, Toleranz und Rechtsstaatlichkeit sind in Deutschland besonders wichtig.
- Gleichberechtigung spielt eine große Rolle: Frauen und Männer haben die gleichen Rechte, und LGBTQ+ Personen sind gesetzlich geschützt.
- Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit & Ordnung werden oft als typisch deutsch beschrieben.
- Direktheit in der Kommunikation kann für Menschen aus anderen Kulturen ungewohnt sein – bedeutet aber in Deutschland oft einfach Offenheit und Ehrlichkeit.

💡 **Tipp:** Wer offen auf andere zugeht und sich mit den Werten auseinandersetzt, versteht den Alltag in Deutschland schneller.

5.2 Heimatgefühl & Zugehörigkeit

- In Deutschland leben Menschen aus verschiedenen Kulturen und mit unterschiedlichen Traditionen – Integration bedeutet, sich ein Stück Heimat in der neuen Umgebung zu schaffen.
- Sprache, Freundschaften und gemeinsame Erlebnisse helfen, sich schneller als Teil der Gesellschaft zu fühlen.
- Lokale Vereine, Freizeitangebote und Community-Treffs sind gute Möglichkeiten, neue Kontakte zu knüpfen.

💡 **Tipp:** Viele Städte bieten kostenlose „Willkommensprogramme“ für Zugewanderte an – mit Stadtführungen, Infotreffen und Sprachtandems. Informiere dich auf der Website deiner Stadtverwaltung.

6. Politische Teilhabe – Wie du mitgestalten kannst

Demokratie lebt von Mitbestimmung! In Deutschland haben Bürgerinnen und Bürger viele Möglichkeiten, sich politisch und gesellschaftlich einzubringen – von Wahlen bis hin zum Engagement

in Vereinen, Parteien oder Bürgerinitiativen. Auch als Zugewanderte kannst du deine Stimme einbringen und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilnehmen.

6.1 Wie funktioniert die Demokratie in Deutschland?

- Deutschland ist eine parlamentarische Demokratie mit einem Rechtsstaat, in dem Grundrechte und Gesetze für alle gelten.
- Die Gewaltenteilung sorgt für eine Balance der Macht:
 - **Legislative** (Gesetzgebung): Bundestag und Landtage machen die Gesetze.
 - **Exekutive** (Regierung & Verwaltung): Bundesregierung, Ministerien und Behörden setzen Gesetze um.
 - **Judikative** (Gerichte): Unabhängige Gerichte kontrollieren, ob Gesetze eingehalten werden.
- Grundrechte wie Meinungsfreiheit, Versammlungsfreiheit und Gleichberechtigung sind gesetzlich geschützt.

💡 **Tipp:** Einen guten Überblick über das politische System bietet die Bundeszentrale für politische Bildung (www.bpb.de).

6.2 Mitwirken in Parteien & gesellschaftlichen Organisationen

- Du kannst auch ohne Wahlrecht politisch aktiv sein, z. B. durch Mitarbeit in Bürgerinitiativen, Gewerkschaften oder ehrenamtliche Projekte.
- In Deutschland gibt es eine breite Parteienlandschaft – viele bieten Veranstaltungen für Interessierte an.
- Auch NGOs und soziale Organisationen freuen sich über freiwillige Unterstützung.

💡 **Tipp:** Viele Städte haben Migrantenvertretungen oder Integrationsbeiräte, die die Interessen von Zugewanderten vertreten – ein guter Ort, um sich zu vernetzen und mitzuwirken.


7. Geografie & Regionen in Deutschland

Landschaft und Regionen in Deutschland

Deutschland ist ein großes Land mit vielfältigen Landschaften und verschiedenen kulturellen Besonderheiten je nach Region. Für dich als Neuankömmling kann es hilfreich sein, zu wissen, welche geografischen Besonderheiten es gibt und welche Rolle sie im Alltag spielen.


7.1 Berge, Wälder & Flüsse

Deutschland ist von Natur aus sehr vielfältig. Es gibt viele grüne Wälder, hohe Berge und mächtige Flüsse. In den Alpen im Süden kannst du wandern und Skifahren, während der Schwarzwald im Südwesten eine beliebte Region für Radfahrer und Wanderer ist. Der Rhein und die Donau gehören zu den bekanntesten Flüssen des Landes. Im Norden gibt es die Nord- und die Ostsee, die beide ihren eigenen Charakter haben. Außerdem gibt es viele Mittelgebirge, in denen man Wintersport betreiben kann und natürlich wandern.

 **Tipp:** Nutze die Wochenenden für Ausflüge in die Natur. Es gibt viele Organisationen, die Wandertouren und andere Outdoor-Aktivitäten anbieten. So kannst du nicht nur die Natur genießen, sondern auch neue Leute kennenlernen.

7.2 Städte & Regionale Unterschiede

Deutschland hat 16 Bundesländer, jedes mit seinen eigenen Traditionen und Besonderheiten. Die Städte in Norddeutschland (z.B. Hamburg und Bremen) haben oft einen maritimen Charme, während in Süddeutschland (z.B. Bayern) die Kultur und das Essen oft von traditionellen Werten geprägt sind.

 **Tipp:** Jede Region hat ihre eigene lokale Küche und Festivals. Probiere regionale Spezialitäten wie „Currywurst“ aus Berlin oder „Brezeln“ und „Weißwurst“ aus Bayern. Ein Einblick in die regionalen Unterschiede hilft dir, dich kulturell schneller zu integrieren.

7.3 Öffentliche Verkehrsmittel und Mobilität

Wie du dich in Deutschland fortbewegst

Deutschland hat ein sehr gut ausgebautes öffentliches Verkehrsnetz. Egal, ob du in einer großen Stadt wohnst oder in ländlicheren Gebieten, es gibt immer Möglichkeiten, sich schnell und zuverlässig fortzubewegen.


Öffentliche Verkehrsmittel

In vielen Städten wie Berlin, München oder Frankfurt gibt es U-Bahnen, S-Bahnen und Busse, die sehr

regelmäßig fahren. Das Ticketkaufen erfolgt oft über Apps oder Automaten, und es gibt auch Monatskarten für Pendler.

Züge & Fernverkehr

Das Zugnetz in Deutschland ist sehr gut ausgebaut, sowohl für kürzere Strecken als auch für längere Reisen. Die Deutsche Bahn (DB) bietet viele Verbindungen, um schnell von Stadt zu Stadt zu reisen.

 **Tipp:** Hol dir eine Monatskarte oder ein „BahnCard“-Abonnement, wenn du regelmäßig unterwegs bist. Manchmal übernimmt auch der Arbeitgeber einen Teil der Kosten. Das spart Geld und ist eine bequeme Art, dich fortzubewegen. Seit neuestem gibt es auch das Deutschlandticket, das für viele Menschen die günstigste Art und Weise ist, sich fortzubewegen.

7.4 Deutsches Essen und Trinken

Kulinarische Vielfalt


Deutschland hat eine große Vielfalt an regionalen Spezialitäten, die du unbedingt probieren solltest. Jedes Bundesland hat seine eigenen Gerichte und Getränke.

Beliebte deutsche Gerichte

- Würstchen und Sauerkraut – Besonders in Süddeutschland sehr beliebt.
- Sauerbraten – Ein geschmorter Rinderbraten, der oft mit Rotkohl und Kartoffelklößen serviert wird.
- Kartoffelsalat – In jeder Region gibt es eine eigene Zubereitungsart.
- Schwarzwälder Kirschtorte – Ein klassisches Dessert aus der Region Schwarzwald.

Getränke

- Bier – In Deutschland gibt es über 1.300 verschiedene Biersorten! Besonders bekannt ist das bayerische „Weißbier“ und das „Pils“.
- Apfelschorle – Ein beliebtes Erfrischungsgetränk aus Apfelsaft und Sprudelwasser.

 **Tipp:** Besuche lokale Märkte oder Brauereien, um mehr über die Ess- und Trinkkultur in Deutschland zu erfahren.

7.5 Wetter und Jahreszeiten

Das Klima in Deutschland


Deutschland hat ein gemäßigtes Klima mit vier ausgeprägten Jahreszeiten. Je nachdem, wo du lebst, kann das Wetter stark variieren.

Sommer

Im Sommer ist es in vielen Regionen warm, mit Temperaturen von 20-30 °C. Besonders in Süddeutschland und in den Alpenregionen ist es schön sonnig, aber auch die Küstenregionen haben ihren Reiz.

Winter

Die Winter sind kalt, besonders in den südlichen und östlichen Regionen. In den Alpen gibt es viel Schnee, was Wintersportarten wie Skifahren und Snowboarden beliebt macht.

 **Tipp:** Achte darauf, dich je nach Jahreszeit gut zu kleiden. In Deutschland kann es in den Wintermonaten sehr kalt werden, also denk daran, warme Kleidung zu tragen!

8. Umweltbewusstsein & Nachhaltigkeit – Wie man in Deutschland umweltbewusst lebt

Deutschland legt großen Wert auf den Umweltschutz und Nachhaltigkeit. Als Neuzugang im Land wirst du schnell feststellen, dass viele Aspekte des täglichen Lebens auf die Schonung der Umwelt ausgerichtet sind. Vom Recycling über die Nutzung erneuerbarer Energien bis hin zu einem allgemeinen Bewusstsein für den ökologischen Fußabdruck – umweltbewusstes Handeln ist in Deutschland weit verbreitet und ein wichtiger Bestandteil der Kultur.

8.1 Recycling & Mülltrennung

In Deutschland ist die Mülltrennung Pflicht. In fast allen Städten gibt es spezielle Mülltonnen für verschiedene Abfälle – z.B. Papier, Glas, Plastik, Bioabfall und Restmüll. Diese Trennung hilft dabei, Abfälle zu recyceln und den Müll so weit wie möglich wiederzuverwerten.

- **Gelber Sack/Container:** Für Verpackungen wie Plastik, Dosen oder Tetra Paks.
- **Blaue Tonne:** Für Papier und Pappe.
- **Grüne Tonne:** Für Glasflaschen und Glasbehälter.
- **Braune Tonne:** Für organische Abfälle wie Obst- und Gemüsereste.

- **Restmüll:** Alles, was nicht recycelt werden kann.

💡 **Tipp:** Achte darauf, deinen Müll richtig zu trennen, um nicht in Konflikt mit den lokalen Vorschriften zu geraten. Falls du dir unsicher bist, frag deine Nachbarn oder schaue auf den Webseiten deiner Stadt nach den genauen Mülltrennungsrichtlinien.

8.2 Energie aus erneuerbaren Quellen

Deutschland gehört zu den führenden Ländern in der Nutzung erneuerbarer Energien. Solar-, Wind- und Wasserkraft werden zunehmend genutzt, um den Strombedarf zu decken und die CO₂-Emissionen zu reduzieren. Viele Haushalte und Unternehmen setzen auf grüne Energieanbieter, die Strom aus erneuerbaren Quellen anbieten.

💡 **Tipp:** Wenn du einen neuen Stromanbieter suchst, prüfe, ob er erneuerbare Energien nutzt. Oft bieten Anbieter spezielle Tarife für "Ökostrom" an.

8.3 Öffentliche Verkehrsmittel und Fahrradfahren

Deutschland fördert die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel, um den Individualverkehr und damit die CO₂-Emissionen zu reduzieren. In vielen Städten gibt es gut ausgebaute Netze von U-Bahnen, Straßenbahnen und Bussen. Außerdem ist Fahrradfahren sehr beliebt, und viele Städte haben speziell markierte Radwege und Leihradsysteme.

💡 **Tipp:** Nutze den öffentlichen Nahverkehr oder fahre mit dem Fahrrad, um die Umwelt zu schonen. Wenn du in einer größeren Stadt wohnst, gibt es häufig auch Carsharing-Angebote, die umweltfreundlicher sind als das eigene Auto.

8.4 Nachhaltige Ernährung


In Deutschland gewinnt auch die bewusste Ernährung immer mehr an Bedeutung. Viele Menschen achten auf nachhaltige Lebensmittelproduktion und bevorzugen Produkte aus der Region oder Bio-Produkte. Auch vegetarische und vegane Ernährungsweisen sind weit verbreitet, da sie einen geringeren ökologischen Fußabdruck hinterlassen.

💡 **Tipp:** Achte beim Einkaufen auf Produkte mit dem „Bio“-Siegel oder kaufe lokale Produkte. Wochenmärkte bieten oft frische und umweltfreundlich produzierte Lebensmittel an.

8.5 Second-Hand und Reparieren statt Wegwerfen

In Deutschland gibt es eine starke Kultur der Wiederverwendung. Second-Hand-Läden und


Flohmärkte sind sehr populär und bieten eine nachhaltige Alternative zum Neukauf von Kleidung und Möbeln. Auch Reparaturen werden häufig bevorzugt – sei es bei Möbeln oder Elektronik, bevor man etwas wegwirft und neu kauft.

 **Tipp:** Kaufe gebrauchte Möbel oder Kleidung und unterstütze so die Wiederverwertung von Ressourcen. Viele Städte haben auch Reparatur-Cafés, in denen du gemeinsam mit Anderen Dinge reparieren kannst.


9. Arbeit in der Pflege

Die Pflegebranche ist auf internationale Fachkräfte angewiesen, um den steigenden Bedarf zu decken. Die Zahl der Pflegebedürftigen hat sich in den letzten Jahren aufgrund des demografischen Wandels um ca. 37% erhöht. Wenn du als ausländische Pflegekraft nach Deutschland kommst, gibt es viele rechtliche und praktische Aspekte, die du kennen solltest.

9.1 Attraktivität des Pflegeberufs & Ausbildungszahlen

 **Überdurchschnittliche Vergütung:** (Quelle: Statistisches Bundesamt, Engpassberufe: Pflegefachkräfte verdienten im April 2023 überdurchschnittlich (2024))

- Krankenpflege: Ø 4.067 Euro
- Altenpflege: Ø 3.920 Euro
- 147.000 Auszubildende in Pflegeberufen, 2023 wurden 3 % mehr neue Ausbildungsverträge abgeschlossen.

 Pflegeberufe gehören zu den gefragtesten Jobs:

- Gesundheits- und Krankenpflege steht an Platz 2 der meistgesuchten Berufe 2023
- Altenpflege auf Platz 19

 **Der Anteil internationaler Pflegekräfte wächst stetig:**

- 14 % der Pflegekräfte hatten 2022 einen internationalen Hintergrund (2017 waren es noch 8 %).
- 94 % der Krankenhäuser haben unbesetzte Stellen – 65 % setzen auf internationale Rekrutierung.

- 52.300 ausländische Berufsabschlüsse wurden 2022 in Deutschland anerkannt (+11 % zum Vorjahr), zwei Drittel davon im Gesundheitssektor.
- 96 % der Anträge auf berufliche Anerkennung wurden positiv beschieden.

9.2 Attraktivität des Pflegeberufs & Ausbildungszahlen

📌 Der Arbeitsvertrag bildet die Grundlage Ihrer Beschäftigung und regelt die Rechte und Pflichten von dir und deinem Arbeitgeber. Einige wichtige gesetzliche Regelungen, die du kennen solltest:

- **Arbeitszeitgesetz (ArbZG):** Dieses Gesetz legt fest, wie lange Sie arbeiten dürfen, welche Pausen und Ruhezeiten du haben musst. Es schützt dich vor zu langen Arbeitszeiten.
- **Mindestlohngesetz (MiLoG):** Der gesetzliche Mindestlohn wird festgelegt, um sicherzustellen, dass du für deine Arbeit fair bezahlt wirst.
- **Kündigungsschutzgesetz (KSchG):** Dieses Gesetz schützt dich vor einer ungerechtfertigten Kündigung durch deinen Arbeitgeber.
- **Teilzeit- und Befristungsgesetz (TzBfG):** Regelt die Bedingungen für Teilzeit- und befristete Arbeitsverhältnisse.

💡 **Tipp:** Überprüfe deinen Arbeitsvertrag. Dort sollten eigentlich alle Konditionen, zu denen du arbeitest, geklärt und schriftlich festgehalten sein. Scheue dich nicht davor, Fragen zu stellen.

9.3 Arbeitsschutz in der Pflege

📌 In Deutschland haben Pflegekräfte Rechte, die sie vor gefährlichen Arbeitsbedingungen schützen. Zu den wichtigsten Aspekten gehören:

- **Sicherheit und Gesundheitsschutz:** Pflegekräfte sind gesetzlich vor gefährlichen Arbeitsbedingungen geschützt. Es gibt spezifische Vorschriften zur Sicherheit am Arbeitsplatz, z. B. zur Vermeidung von Arbeitsunfällen oder zur Handhabung von gefährlichen Substanzen.
- **Arbeitszeitregelungen:** Ihre Arbeitszeit muss den gesetzlichen Vorschriften entsprechen. Dies bedeutet, dass Sie regelmäßige Pausen und Ruhezeiten einhalten müssen.
- **Krankmeldung:** Wenn du krank bist, musst du dies unverzüglich deinem Arbeitgeber mitteilen. In der Regel benötigst du eine ärztliche Bescheinigung (Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung), wenn du länger als drei Tage krank bist.
- **Urlaubsanspruch:** Als Pflegekraft hast du in Deutschland Anspruch auf bezahlten Urlaub. Dieser beträgt mindestens 24 Werktagen pro Jahr, wenn du eine 5-Tage-Woche hast.

💡 **Tipp:** Hole dir rechtzeitig Informationen zur Meldepflicht bei Arbeitsunfähigkeit ein, damit du Missverständnisse vermeidest. Es ist auch hilfreich, wenn du zu Beginn klärst, wie die Dienst- und Urlaubspläne erstellt werden, damit du die internen Strukturen besser verstehst. Für Mitarbeitende aus dem Ausland gibt es teilweise Lösungen für langfristige Urlaubsplanung für Heimatreisen.

9.4 Steuerliche und sozialversicherungsrechtliche Aspekte

🔗 In Deutschland unterliegt dein Einkommen der Einkommensteuer. Ihre Steuerklasse wird je nach Familienstand und Wohnsitz festgelegt. Außerdem musst du dich bei verschiedenen Sozialversicherungen anmelden:

- **Krankenversicherung:** Jeder Arbeitnehmer muss in Deutschland eine Krankenversicherung abschließen. Dies ist Pflicht. Die Hälfte der Versicherungsbeiträge zahlt dein Arbeitgeber, den anderen Teil zahlst du.
- **Renten-, Arbeitslosen- und Unfallversicherung:** Diese Versicherungen werden ebenfalls durch Abzüge von deinem Gehalt finanziert und schützt dich im Falle von Krankheit, Arbeitslosigkeit oder einem Unfall.
- **Sozialversicherungspflicht:** Dein Arbeitgeber wird dich in die gesetzlichen Sozialversicherungen anmelden, und sowohl du als auch dein Arbeitgeber tragen die Beiträge.

10. Kirche in Deutschland

🔗 Erstmals in der Geschichte Deutschland gibt es mit 47% mehr Konfessionsfreie als Katholiken und Protestanten mit 45% zusammen. Es gibt also mehr Menschen, die sich nicht mit dem Christentum identifizieren können. In Deutschland wird man durch die Kindertaufe automatisch in die katholische oder evangelische Landeskirche als Mitglied aufgenommen. Das bedeutet aber nicht, dass alle Getauften lebendige Christen sind. Das heißt auch bei den 45% sind längst nicht alle gläubige Christen.

- es gibt es rund 39 Millionen Menschen ohne Religionszugehörigkeit und etwa 38 Millionen, die noch Mitglied bei einer der beiden großen Kirchen (römisch-katholische und evangelische Kirche) sind.
- die Mehrheit der Bevölkerung in Deutschland ist zumindest statistisch und rechnerisch noch religionszugehörig

- es bestehen große Unterschiede in Ost- und Westdeutschland in Hinblick auf die Kirchlichkeit: in Ostdeutschland ist Konfessionslosigkeit normal, während in den alten Bundesländern noch rund 70% Mitglied einer christlichen Kirche sind
- In Deutschland gibt es eine klare Trennung zwischen Staat und Kirche, die durch das Grundgesetz (Artikel 140) garantiert wird.
- Für mehr interessante Informationen für die Kirchenlandschaft in Deutschland kannst du dir hier ein [Factsheet](#) kostenfrei nach einer kurzen Anmeldung herunterladen.

10.1 Freikirchen: Angebote und Unterstützung

✚ Freikirchen spielen eine wachsende Rolle in Deutschland, besonders bei Menschen, die einen aktiven und persönlichen Glauben leben möchten. Diese Kirchen haben oft eine stärkere Gemeinschaft und bieten verschiedene Programme an:

- Freikirchliche Gemeinschaften: Zu den Freikirchen gehören u.a. die Baptisten, die Pfingstgemeinden, die Methodisten sowie verschiedene andere evangelische Gruppen, die nicht zur traditionellen Landeskirche gehören.
- Angebote der Freikirchen: es werden eine Vielzahl von Aktivitäten angeboten (wie z.B. Gottesdienste, Bibelkreise, Gebetsgruppen, Chor etc.) Es gibt oft auch spezifische Programme für Migranten und internationale Gemeinschaften, die eine wichtige Unterstützung beim Ankommen in Deutschland bieten.
- Wer in eine bibeltreue Gemeinde oder Kirche gehen möchte, sollte sich durch Gespräche mit den Pastoren oder Ältesten über das Bibelverständnis und die Theologie der Gemeinde unterhalten, da Bibelauslegung und -verständnis oft personenabhängig sind. Es gibt auch Freikirchen, die im Kern liberal und nicht konservativ sind, also nicht das vertreten, was in der Bibel steht. Hilfreich sind Inputs des [Bibelfit-Dienstes](#).
- In Deutschland existieren auch Gemeinschaften, die sich „christlich“ nennen, jedoch den Sekten zugeordnet werden bzw. nicht die Theologie der Bibel und das Evangelium lehren. Auch da sollte man sich wachsam über das Bibelverständnis informieren (z.B. Zeugen Jehovas, Mormonen oder die Christengemeinschaft der Antroposophen).

💡 **Tipp:** in den Freikirchen findet sich oft eine starke und lebendige Gemeinschaft. Informiere dich vor Ort nach Freizeitangeboten – die meisten Gemeinden freuen sich über Interessierte und neue Mitglieder, die ihren Glauben zusammen mit anderen leben wollen.

10.2 Die Rolle der Kirche in der Pflege

✚ Viele Pflegeeinrichtungen in Deutschland sind von Kirchen oder kirchlichen Organisationen betrieben (z. B. Caritas, Diakonie).

- Christliche Einrichtungen bieten nicht nur ein Arbeitsumfeld, das auf christlichen Werten basiert, sondern oft auch spezifische Programme für Pflegekräfte an, wie z. B. Fort- und Weiterbildungen, die den christlichen Hintergrund berücksichtigen.

- in vielen Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen gibt es Seelsorger, die Pflegekräfte und Patienten spirituell unterstützen.

💡 **Tipp:** es ist eher unüblich, am Arbeitsplatz offen über den eigenen Glauben zu sprechen. In der Pflege geht es oft um Fürsorge, Mitgefühl und Respekt – Werte, die stark mit dem christlichen Glauben verbunden sind. Wenn es nicht immer möglich oder angebracht ist, direkt über den Glauben zu sprechen, kannst du ihn dennoch durch die tägliche Arbeit und Verhalten ausstrahlen.