



Welcome & Work Guide

INHALT

01. Hier kommst du an: Der Landkreis Osnabrück

Deine Ansprechpartnerinnen

02. Herzlich willkommen

Dein Start

03. Angekommen in Deutschland

Nach der Anreise (Wochen 1-3)

04. Die ersten Monate in Deutschland

Wichtige Schritte (Monate 1-9)

05. Leben im Landkreis Osnabrück

Gut zu Wissen

06. Wohnen und Mieten

Deine Mietwohnung

07. Besonderheiten im Alltag

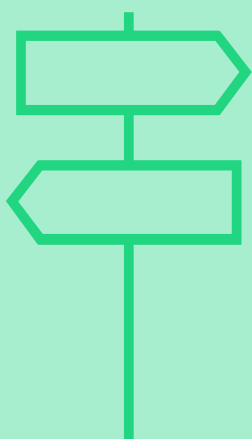
So funktioniert es

08. Typisch Deutsch

Wie wir miteinander umgehen

09. Auf einen Blick

Wichtige Informationen



01.

Hier kommst du an.

Der LANDKREIS OSNABRÜCK

Deine Ansprechpartnerinnen

Wir sind Carina und Stefanie vom Fachkräftebüro der Wirtschaftsförderungsgesellschaft Osnabrücker Land (WIGOS). Wir beantworten deine Fragen zur Arbeit. Dazu gehören zum Beispiel diese Themen:

- Herausforderungen am Arbeitsplatz
- Berufsschule oder Anerkennungslehrgang
- Visum und Familiennachzug
- Ausländerbehörde
- Führerschein
- Sprachkurs
- Dokumente
- Behörden



Elana und Sahra von gsm (gemeinsam selber machen) beantworten Fragen zum Thema Leben und Freizeit. Dazu gehören z. B. diese Themen:

- Freizeitangebote und Sport
- Arztbesuche
- Bus und Bahn fahren, Führerschein
- Einkaufen
- Wohnen
- Finanzen



Gemeinsam unterstützen wir dich gerne bei allen Fragen zum Arbeiten und Leben in der Region Osnabrück. Frag uns, wenn du etwas brauchst!



Kontakt

Ihr erreicht uns unter:

info.fachkraeftebuero@wigos.de

Tel. 0541 501 4919

Mobil 0151 232 22040

LinkedIn



Stefanie Weber
WIGOS
Fachkräftebüro



Carina Wolf
WIGOS
Fachkräftebüro



Vicky Fründ
WIGOS
Fachkräftebüro



Elana Turrell, gsm
Integrationsbegleitung



Sahra Muse, gsm
Integrationsbegleitung



Du kannst uns immer eine E-Mail oder WhatsApp schreiben. Wir antworten dir dann während unserer Arbeitszeiten. In Notfällen ruf bitte die **Notrufnummern** an.



02.

Herzlich Willkommen

Kennenlernen
Datenschutzhinweis
Die WhatsApp-Gruppe:
International Talent Community

DEIN START



Du bist nicht alleine. Du kannst dich jederzeit an **uns** wenden. Gemeinsam möchten wir dir den Start in Deutschland erleichtern.

Kennenlernen



Bei einem persönlichen Treffen möchten wir dich kennenlernen. Dazu vereinbaren wir meistens einen Termin mit deinem Arbeitgeber und kommen zu dir auf die Arbeit. Wir können uns auch an einem anderen Ort kennenlernen.



Datenschutz-Hinweis

Damit wir deine Handynummer in die WhatsApp-Gruppe aufnehmen dürfen, brauchen wir deine Zustimmung. Mit dem Beitritt zur WhatsApp-Gruppe erklärst du dich damit einverstanden, dass deine Handynummer an Elana und Sarah weitergegeben wird. Du kannst den Beitritt jederzeit ablehnen oder die Gruppe wieder verlassen.

Zum Kennenlernen bringen wir eine Einverständniserklärung in die Datenverarbeitung mit. Diese können wir gemeinsam ausfüllen. Wir brauchen deine Zustimmung, damit wir persönliche Daten von dir sehen und speichern dürfen. Gerne erklären wir dir das noch einmal im Gespräch.

Die WhatsApp-Gruppe: International Talent Community



In dieser Gruppe sind viele **internationale Fachkräfte und Auszubildende im Landkreis Osnabrück**.

Hier erfährst du:

- Aktuelle Termine für Aktivitäten
- Wichtige Informationen rund um Arbeit, Freizeit und Alltag
- Wer ist neu



Du kannst **uns** ansprechen. Wenn du möchtest, fügen wir dich in die WhatsApp-Gruppe ein.



03.

Angekommen in Deutschland

Einwohnermeldeamt

Bankkonto

Handy

(Sozial-)Versicherung

Ausfüllen der Personalbögen in deinem Betrieb

Mobilität

NACH DER ANREISE (WOCHEN 1-3)

Du musst einige Dinge erledigen. **Wir begleiten dich gerne.**

Einwohnermeldeamt

Beim Einwohnermeldeamt in deiner Gemeinde meldest du dich als neuer Bürger/Bürgerin an. Die Anmeldung muss **innerhalb der ersten zwei Wochen nach Einreise** erfolgen. Durch die Anmeldung bekommst du deine deutsche **Sozialversicherungsnummer**. Diese kommt mit der Post zu deiner neuen Adresse. **Deshalb achte darauf, dass dein Name am Briefkasten steht!**

Die Sozialversicherungsnummer musst du deinem Arbeitgeber mitteilen (z.B. per E-Mail). Die Sozialversicherungsnummer musst du auch der Bank mitteilen, bei der du ein Konto in Deutschland hast.



Frage nach deiner Religion bei der Anmeldung

- Du musst deine Religion nur angeben, wenn du aktiv in einer Glaubensgemeinschaft sein möchtest.
- Du kannst auch später noch eintreten. Das muss nicht sofort bei der Anmeldung passieren.



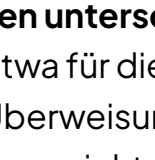
Du benötigst für die Anmeldung:

- Wohnungsgeberbescheinigung oder Mietvertrag ([PDF](#)) (bekommst du vom Arbeitgeber/Wohnungsgeber)
- gültiger Reisepass bzw. Identitätskarte bei EU-Staatsangehörigen
- ggf. Heirats-/Geburtsurkunden

Wir oder dein Arbeitgeber unterstützen dich gerne.

Öffnungszeiten und Anschrift sind abhängig vom Wohnort. Du musst dich in den ersten zwei Wochen anmelden. Wenn du das nicht machst, musst du vielleicht eine Strafe bezahlen.

Bankkonto



Du benötigst:

- Meldebescheinigung vom Einwohnermeldeamt
- gültiger Reisepass/Personalausweis (Infos zur Aufenthaltsgenehmigung)
- ggf. Lohnbescheinigung des Arbeitgebers

Wir unterstützen dich gerne, falls du Hilfe benötigst.

Beachte, dass **Banken unterschiedliche Gebühren** verlangen können, etwa für die Kontoführung oder für außereuropäische Überweisungen. Auszubildende zahlen häufig weniger oder gar nichts bei der Bank.



Handy (Prepaidtarif besorgen)

Du benötigst:

- gültiger Reisepass/Personalausweis (Infos zur Aufenthaltsgenehmigung)
- gültiger Reisepass/Personalausweis (Infos zur Aufenthaltsgenehmigung)

Wir unterstützen dich gerne.

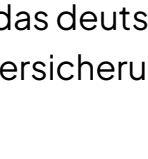
Achtung: Es gibt unterschiedliche Anbieter und Angebote. Wir empfehlen, dass du dir zunächst eine Prepaidkarte kaufst. So gehst du keine vertraglichen Verpflichtungen ein.

Bei einigen Anbietern kannst du dein Prepaid Guthaben über deine Bank-App aufladen. Hier gehst du in deine Banking-App und suchst nach „Prepaid“. Vergiss nicht, die Transaktion via Push-Tan App zu bestätigen. Die meisten Verträge sind für zwei Jahre bindend. Eine Kündigung ist während dieser Vertragslaufzeit nicht einfach möglich.

Wenn du aus einem EU-Land kommst, kannst du EU-Roaming nutzen. Grundsätzlich kostet dich das Surfen genauso viel wie in deinem Heimatland. Dies wird als „Roaming“ oder „Roaming zu Inlandspreisen“ bezeichnet.

Viele Smartphones verfügen über die Möglichkeit der DUAL-Sim. So kannst du 2 Simkarten in deinem Handy nutzen. Mit der DUAL-Sim nutzt du zwei unterschiedliche Tarife und bist über zwei unterschiedliche Nummern erreichbar. Möchtest du Whats-App nutzen und hast zwei Nummern, lies hier nach: [Informationen zur Nutzung eines Whats-App-Kontos auf mehreren Telefonen oder mit mehreren Nummern | WhatsApp-Hilfebereich](#)

(Sozial-)Versicherung



In Deutschland gibt es ein gutes System der sozialen Sicherung. Dazu gehören zum Beispiel die gesetzliche und private Krankenversicherung, die Pflegeversicherung, die Unfallversicherung und die Arbeitslosenversicherung.

Auf der Internetseite [Gehalt, Steuern & Sozialversicherung](#) findest du viele Informationen über das deutsche Sozialversicherungssystem und über weitere Versicherungen, die wichtig oder hilfreich sein können.

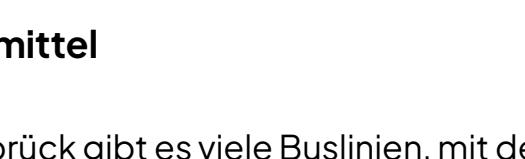
Es ist außerdem sinnvoll, noch andere Versicherungen für deine persönliche Sicherheit abzuschließen. Besonders wichtig ist eine **Haftpflichtversicherung**. Eine Haftpflichtversicherung bezahlt Schäden, die du aus Versehen an Sachen von anderen Personen machst. So musst du in vielen Fällen den Schaden nicht selbst bezahlen. Hier findest du Informationen zu Versicherungen: [Geld und Versicherung](#).

Ausfüllen der Personalbögen in deinem Betrieb

Nach Unterzeichnung deines Arbeitsvertrages müssen häufig viele Dokumente bei deinem neuen Arbeitgeber ausgefüllt werden. Dazu zählen Personalfragebögen, Fragebögen zum Datenschutz, interne Arbeitgeberformulare und weitere Dokumente. Gerne unterstützen wir dich beim Ausfüllen dieser Bögen. Melde dich dazu bei [uns](#).

Wir können dir auch ein Übersetzungsgerät (Vasco Translator) zur Verfügung stellen, mit dem du die Dokumente abfotografieren und übersetzen lassen kannst.

Mobilität



Auto fahren

Für Personen mit Wohnsitz in Deutschland, gilt der ausländische Führerschein für sechs Monate. Wer nach sechs Monaten fahren möchte, muss den Führerschein in ein deutsches Dokument umschreiben lassen. Informationen zum Führerscheinumtausch aus Drittstaaten findest du hier: [Führerschein und Auto](#)

Andere Verkehrsmittel

Bus und Bahn

Im Landkreis Osnabrück gibt es viele Buslinien, mit denen du zu deinem Ziel fahren kannst. Um den ÖPNV (öffentlichen Personennahverkehr) gut nutzen zu können, lade dir am besten die **Mobilitäts-App VOSpilot** auf dein Handy. Hier findest du deine Route, den Fahrplan, Informationen zu Verspätungen und viele weitere Informationen, die das Fahren mit öffentlichen Bussen einfach machen. Für Fahrten mit dem Zug nutze die App der Deutschen Bahn: [DB Navigator](#).

Fahrrad

In Deutschland fahren viele Leute mit dem Fahrrad – zur Arbeit und in der Freizeit. Dabei machst du gleichzeitig Sport, hältst dich fit und schonst die Umwelt. Wichtig ist, dass du die [Verkehrsregeln](#) kennst. Fahrräder kann man häufig auch gebraucht und günstig kaufen. Manche Arbeitgeber stellen dir ein Fahrrad zur Verfügung.



Die ersten Monate in Deutschland

Strom und Gas anmelden

GEZ-Gebühren

Internettarif (DSL Vertrag)

Ausländerbehörde und Aufenthalt/Visum

Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Wege zum Führerschein

WICHTIGE SCHRITTE (MONATE 1-9)

Strom und Gas anmelden

(sofern im Mietvertrag nicht anders vereinbart)

Hat dein Arbeitgeber deine Wohnung gemietet und auch einen Strom- und Gasvertrag für dich abgeschlossen? Dann musst du nichts weiter tun.

Wenn du in eine eigene neue Wohnung einziehst, bekommst du automatisch Strom und Gas. Dafür ist der Grundversorger zuständig. Das ist meistens das Stadtwerk in deiner Stadt. Der Grundversorger sorgt dafür, dass alle Menschen Strom und Gas bekommen. Du solltest prüfen, ob es einen günstigeren Anbieter gibt. Wenn du einen besseren Anbieter findest, kannst du den Anbieter wechseln. Der Wechsel kann sogar rückwirkend ab deinem Einzugsdatum gemacht werden. Du musst ihn also nicht sofort machen.

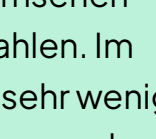
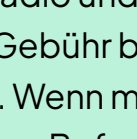
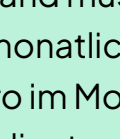
Aber wichtig: Du solltest den Anbieter **spätestens sechs Wochen nach deinem Einzug** wechseln. Sonst bleibst du automatisch beim Grundversorger.

Wenn du einen neuen Vertrag für Strom oder Gas abschließt, musst du angeben, wie viel Energie du ungefähr verbrauchst. Dafür kannst du die folgenden Richtwerte benutzen:

Strom	1 Person	1.300 kWh im Jahr
	2 Personen	2.000 kWh im Jahr
Gas	30 qm ² Wohnfläche	3.800 kWh pro Jahr
	50 qm ² Wohnfläche	5.000 kWh pro Jahr

Um dir einen Überblick über die verschiedenen Tarife zu machen, nutze Portale wie [Check24.de](https://www.check24.de) oder [Verivox.de](https://www.verivox.de). Schließe keine Verträge ab, wenn du dir unsicher bist. Bei Fragen zur Anmeldung bei einem Strom- oder Gasanbieter können wir dich gerne beraten. **Frag einfach nach!**

GEZ-Gebühren



Jeder Haushalt in Deutschland muss Radio und Fernsehen anmelden und dafür eine monatliche Gebühr bezahlen. Im Moment sind das 18,36 Euro im Monat. Wenn man sehr wenig Geld in der Ausbildung verdient und eine Befreiung von den Gebühren hat, muss man nichts zahlen. Hier findest du mehr Infos: [Der Rundfunkbeitrag](https://www.rundfunkbeitrag.de)

Internettarif (DSL Vertrag)

In einigen Wohnungen gibt es bereits einen Vertrag für das Internet durch den Vermieter oder Arbeitgeber. Sollte es in deiner Wohnung kein Internet geben, musst du einen Vertrag abschließen.

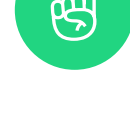
Achte bei der Suche nach einem Vertrag auf die Vertragsdauer und die monatlichen Kosten. Häufig verstecken sich in Verträgen „Einmalzahlungen“, die du nicht sofort erkennst. Es gibt Anbieter, die dir einen Router gegen eine Gebühr zur Verfügung stellen. Zum Vergleich von Anbietern kannst du das Vergleichsportal [www.Check24.de](https://www.check24.de) nutzen. Wenn du dir unsicher bist, frag auch andere nach ihrem Vertrag. **Wir** helfen dir gerne, einen Anbieter zu finden.



Ausländerbehörde und Aufenthalt/Visum

Du musst vor Ablauf deines Visums bei der Ausländerbehörde einen Aufenthaltstitel zur Ausübung einer Erwerbstätigkeit beantragen. Diesen Termin musst du rechtzeitig (einige Monate vor Ablauf des Visums) online buchen. Du kannst uns jederzeit nach dem richtigen Zeitpunkt fragen.

Wir haben einen guten Kontakt zur Ausländerbehörde im Landkreis. Wir vereinbaren gern den Termin und begleiten dich! Du oder dein Arbeitgeber könnt euch gerne an uns wenden. **Online-Terminvereinbarung Ausländerbehörde - Serviceportal.**



Für die Terminbuchung brauchst du:

- deine Postleitzahl
- dein Anliegen: „Fachkräfte/Studium/Erwerbstätigkeit“
- „Aufenthaltserlaubnis beantragen“
- Anzahl der Personen: 1 (wenn nur du die Aufenthaltserlaubnis beantragst) 2 (wenn 2 Personen eine Aufenthaltserlaubnis beantragen etc.). Begleitpersonen müssen nicht angegeben werden.
- Tag und Uhrzeit auswählen

Mit der Terminbestätigung erhältst du eine Übersicht über die Dokumente, die du beim Termin brauchst. Das Antragsformular findest du hier: [Antrag auf Erteilung oder Verlängerung einer Aufenthaltserlaubnis](https://www.landkreis-osnabrueck.de/Antrag-auf-Erteilung-oder-Verlaengerung-einer-Aufenthaltserlaubnis)

Das biometrische Passfoto kannst du direkt in der Ausländerbehörde machen. Dort gibt es einen Automaten. Hier kostet das Foto 6 €. Du kannst das Foto auch vorab woanders machen, z.B. bei dm. Wichtig ist, dass es ein biometrisches Passfoto ist mit einem QR-Code versehen.

Öffnungszeiten und Anschrift der Ausländerbehörde:

Landkreis Osnabrück

Am Schölerberg 1

49082 Osnabrück

Öffnungszeiten:

Mo. bis Do. 09:00–12:00 Uhr und 14:00 bis 15:30 Uhr

Fr.: 09:00 bis 12:00 Uhr

Telefon: **0541 / 501-7000**

Mail: abh@lko.de

Termin online: [Online-Terminvereinbarung Ausländerbehörde - Serviceportal](https://www.landkreis-osnabrueck.de/Online-Terminvereinbarung-Auslaenderbehoerde-Serviceportal)

Wenn du deinen Aufenthaltstitel beantragst, musst du **100 Euro zahlen**. Diese Gebühr musst du vor Ort bei der Ausländerbehörde via Girokarte zahlen.



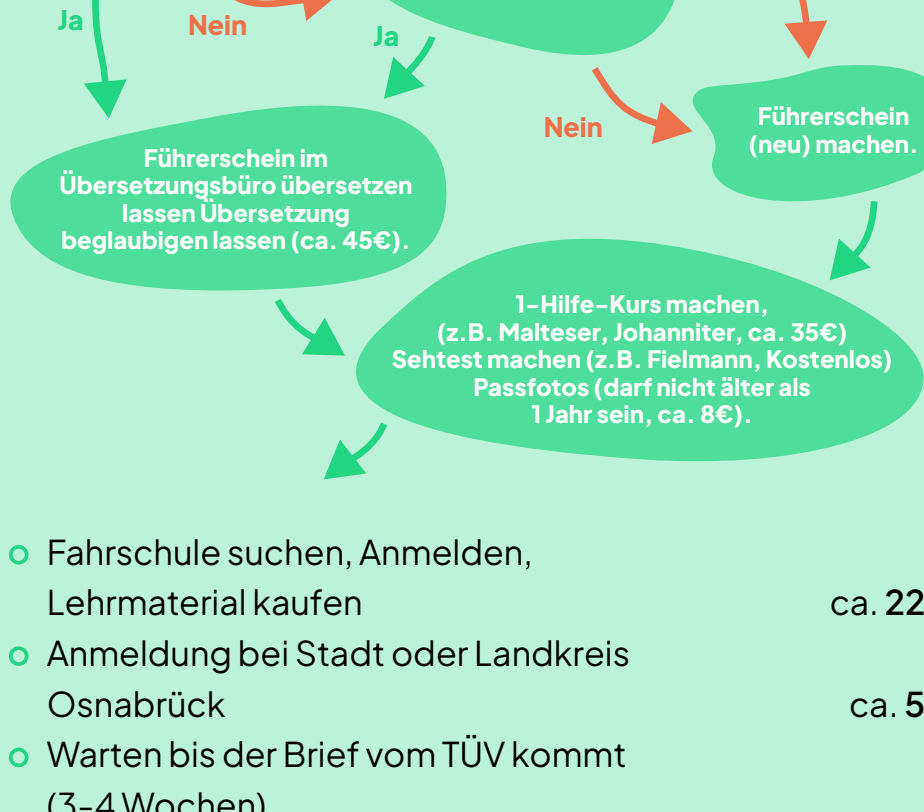
Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse



In diesem Portal findest du sehr viele Informationen zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse: [Anerkennungportal](https://www.anerkennung-in-deutschland.de).

Wenn du spezielle Fragen hast, kannst du dich gerne bei **uns** melden. Wir beraten dich persönlich und begleiten dich bei der Anerkennung deines Berufsabschlusses.

Wege zum Führerschein in Deutschland



- Fahrschule suchen, Anmelden, Lehrmaterial kaufen ca. 220 €
- Anmeldung bei Stadt oder Landkreis Osnabrück ca. 50 €
- Warten bis der Brief vom TÜV kommt (3–4 Wochen)
- Prüfungsgebühr Theorie bezahlen ca. 25 €
- Theorieprüfung: wenn du 70–90% gelernt hast
- Fahrstunden für Umschreibung (ca. 5–10) ca. 350–700 €
- ca. 70€ / Fahrstunde
- Anmeldung Praxisprüfung ca. 130 €
- Bestandene Praxisprüfung: ca. 2–3 Wochen warten bis du den Führerschein in der Hand hast und erst dann darfst du fahren!

Gesamtkosten der Führerschein Anerkennung: ca. **1.250€**

Gesamtkosten Führerschein Neuerteilung: **2.800–3.500€**

(diese Angabe variiert nach Fahrschule und Wohnort)



Leben im Landkreis OS

Gesundheit

Was tun, wenn du krank bist?
 Krankschreibung
 Ärztliche Versorgung
 Was muss ich im Krankheitsfall tun, wenn ...
 Bezahlung und Währung
 Lebensmittel
 Regionale Produkte und lokale Geschäfte
 Lieferservice
 Osnabrück Zentrum
 Handwerken

Möbel und Einrichtung

Kleidung
 Öffnungszeiten
 Veranstaltungen in Stadt und Landkreis Osnabrück
 Nützliche Apps
 Wichtige Verhaltensregeln
 Nachtruhe und Ruhezeiten
 Nachtruhe am Wochenende

GUT ZU WISSEN

Gesundheit

In Deutschland müssen sich **alle Menschen** Krankenversichern. Es gibt gesetzliche und private Krankenversicherungen. Hat deine Agentur dich bereits bei einer Krankenkasse angemeldet? Falls nicht, kannst du dich online erkundigen, welche Krankenkasse für dich am geeignetsten ist. Die meisten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in Deutschland sind gesetzlich versichert. Es gibt verschiedene Anbieter, z.B. AOK, Techniker oder BARMER. Auf der Webseite des Spitzenverbandes findest du eine Übersicht zu allen Anbietern: [Krankenkassenliste - GKV-Spitzenverband](#)

Die Krankenkassen sind unterschiedlich. Sie haben verschiedene monatliche Beiträge und bieten unterschiedliche Leistungen an. Es ist am besten, wenn du dich direkt bei der Krankenkasse informierst, welche Angebote sie hat. Eine Krankenversicherung ist wichtig. Sie bezahlt deine Arztbesuche und Krankenhausaufenthalte. Deshalb musst du deine Krankenkassenkarte immer mitnehmen, wenn du zum Arzt gehst. Ohne die Karte kannst du nicht behandelt werden.

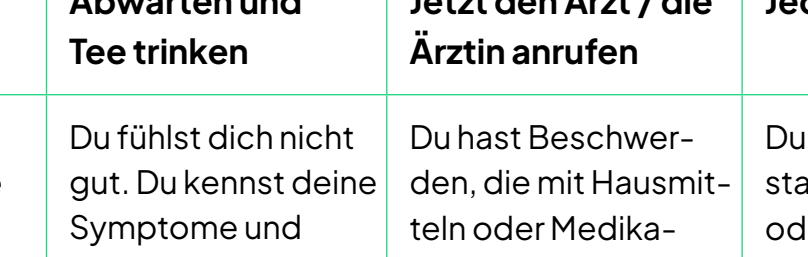
Was tun, wenn du krank bist?

In Deutschland gibt es **Hausarztpraxen**. Sie sind für die Grundversorgung zuständig. Ein Hausarzt oder eine Hausärztin ist die **erste Person**, zu der du gehst, wenn du krank bist und es **kein Notfall** ist.

Wenn du eine besondere Behandlung brauchst, schickst dich der Hausarzt zu einem Facharzt. Du kannst online eine Hausarztpraxis in deiner Nähe suchen. Wir helfen dir gerne, einen Hausarzt in deiner Nähe zu finden.

Krankschreibung

Wenn du krank bist und nicht zur Arbeit gehen kannst, musst du deinem Arbeitgeber Bescheid sagen. Bitte frag bei deinem Vorgesetzten nach, wie eine **Krankmeldung** bei euch genau gemacht wird. Es gibt in jedem Betrieb eine feste Regelung ab welchem Krankheitstag du eine ärztliche Attest vorlegen musst. Wenn du eine Ausbildung machst, musst du dich zusätzlich bei der Schule krankmelden, wenn du dort fehlst.

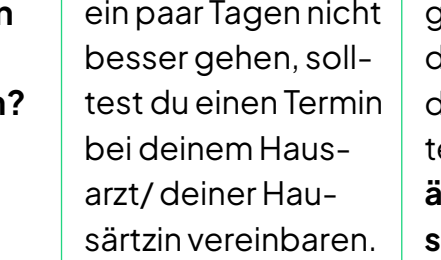


KI-generiert

Ärztliche Versorgung

Leichte Erkrankungen

Ist die Hausarztpraxis geschlossen, kannst du den ärztlichen Bereitschaftsdienst anrufen (Telefon: 116 117). Dort bekommst du die Information, welcher Arzt in deiner Nähe gerade Dienst hat. Du kannst auch in die Notdienstambulanz Osnabrück fahren:



Notaufnahmезentrum Klinikum Osnabrück
 Am Finkenhügel 1
 49076 Osnabrück

Bei Notfällen

Rufe im Notfall die 112 oder fahre zur Notaufnahme.

Bitte fahre **nicht mit einer „leichten Erkrankung“**, wie einer Erkältung in die Notaufnahme, sondern nutze den ärztlichen Bereitschaftsdienst. Die Notaufnahme ist ausschließlich für Notfälle (Ohnmacht, gebrochene Knochen etc.) gedacht.

Was muss ich im Krankheitsfall tun, wenn ...

Was ist zu tun?	Abwarten und Tee trinken	Jetzt den Arzt / die Ärztin anrufen	Jede Minute zählt
Welche Symptome habe ich?	Du fühlst dich nicht gut. Du kennst deine Symptome und kannst damit umgehen. Du hast Hausmittel oder Medikamente zu Hause und kannst dir damit ein paar Tage helfen.	Du hast Beschwerden, die mit Hausmitteln oder Medikamenten aus der Apotheke nicht besser werden. Du möchtest mit dieser Erkrankung zu deinem Hausarzt oder deiner Hausärztin gehen. Bis zum nächsten Werktag, an dem die Praxis geöffnet ist, kannst du nicht mehr warten, da du heute ärztliche Hilfe benötigst.	Du hast plötzlich starke Schmerzen oder hattest einen Unfall? Du musst umgehend behandelt werden? Zum Beispiel bei Anzeichen eines Schlaganfalls, Herzinfarkts oder in einem ähnlich dringenden Notfall.
Welchen Arzt/Ärztin muss ich aufsuchen?	Sollte es dir nach ein paar Tagen nicht besser gehen, solltest du deinen Termin bei deinem Hausarzt/ deiner Hausärztin vereinbaren. Viele Ärzte haben auch eine Sprechstunde. Dort kannst du ohne Termin hingehen. Frage bei einer Praxis nach!	In dringenden Fällen gibt es außerhalb der Sprechzeiten die deutschlandweite Nummer des ärztlichen Bereitschaftsdienstes .	Du darfst keine Zeit verlieren! Wähle sofort den Notruf .
Telefon	Rufe deine Hausarztpraxis an	116 117	112

Bezahlung und Währung

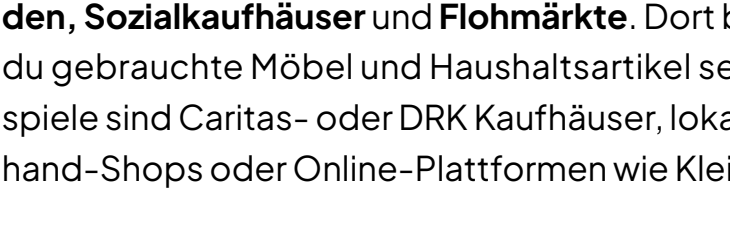
Grundsätzlich wird in Deutschland mit dem **Euro** bezahlt. Oft bezahlt man ohne Bargeld. Dafür braucht man eine **Girocard** oder eine **Banking App** auf dem Smartphone. Das Geld wird dann vom Konto abgebucht. Im Alltag brauchen wir manchmal **Bargeld**. Das kannst du am Automaten deiner Bank abholen. Achtung: Bei manchen Automaten bezahlst du eine Gebühr! Informiere dich bei deiner Bank, an welchen Automaten du kostenlos Bargeld abholen kannst! In manchen Geschäften (Supermärkte, Tankstellen, Drogerien) kannst du an der Kasse Bargeld abheben! Einfach nachfragen!

Kreditkarten werden weltweit akzeptiert. Es gibt verschiedene Typen mit unterschiedlichen Kosten und Abrechnungsarten. Informiere dich bei deiner Bank, welche am besten zu dir passt.

Lebensmittel

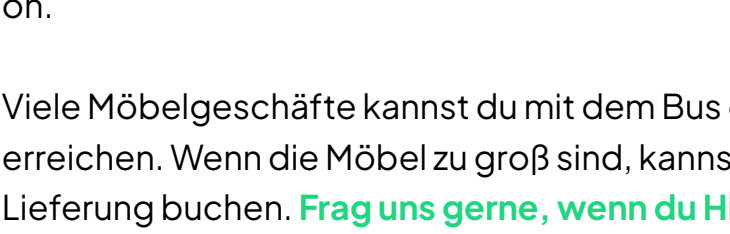
Supermärkte

Großes Sortiment; Haushalt und Schreibwaren



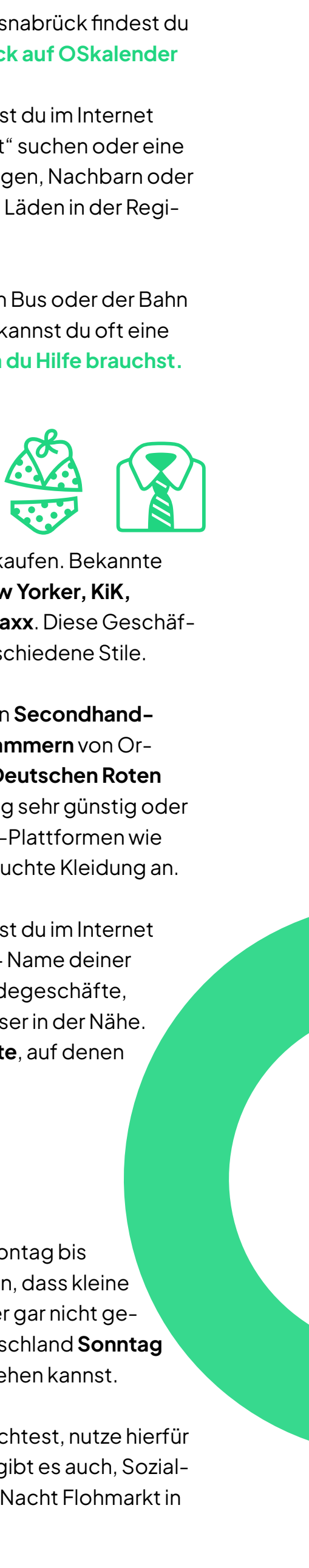
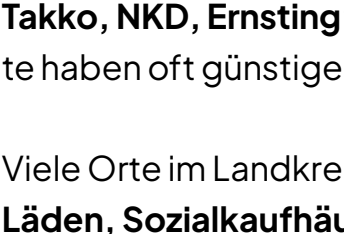
Discounter

Günstige Preise; Wöchentliche Angebote



Drogerie

Körperpflege, Putzmittel



Regionale Produkte und lokale Geschäfte

In vielen Gemeinden im Landkreis Osnabrück gibt es **lokale Geschäfte**. Das sind Geschäfte, die nicht zu einer großen Kette gehören, sondern zu einem Inhaber vor Ort. Hier bekommst du besonders gute Beratung, wenn du etwas brauchst.

Einige **Bauernhöfe** verkaufen ihre Produkte direkt. Dort erhältst wir besonders frisches Obst, Gemüse, Milchprodukte, Eier, Fleisch, Marmelade etc.

Auch **Wochenmärkte** bieten frische Nahrungsmittel direkt aus der Region. Eine Übersicht über die Wochenmärkte im Landkreis und in Osnabrück findest du hier: [Wochenmärkte - TERRA.vita](#)



Lieferservice

Viele Supermärkte bieten einen Lieferservice. Du kannst deine Waren online einkaufen und zu dir nach Hause liefern lassen. Das ist praktisch, wenn du schwere Sachen kaufen möchtest und kein Auto hast.

Osnabrück Zentrum

In der Innenstadt von Osnabrück gibt es eine **Vielzahl von Einkaufsmöglichkeiten** zu unterschiedlichen Preisen. Hier findest du von allem Kleidung, Schuhe, Schmuck, Kosmetik, Bücher, Schreibwaren, Dekorationsartikel, Haushaltswaren und vieles mehr. In Osnabrück findest du auch internationale Supermärkte, z.B.

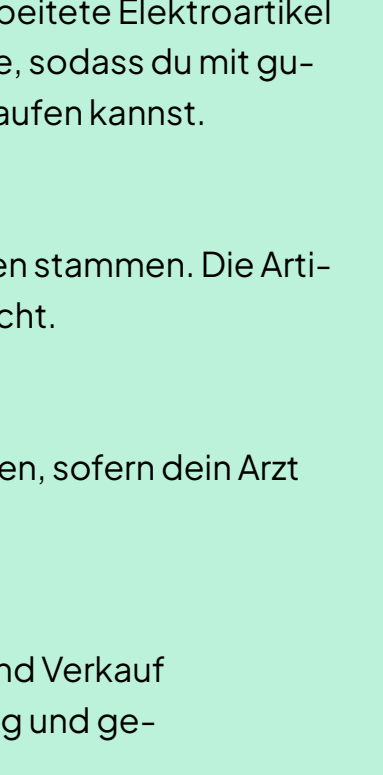
- den Asia Shop Bangkok an der Kamp-Promenade
- arabische Lebensmittel bei: Sonbola am Johannisstortwall in Osnabrück
- Salam Town am Goethering
- oder Gölbası auf der Iburger Straße
- Afro Hair Shops und afrikanische Lebensmittel auf der Johannisstraße und am Kollegenwall.

Es gibt noch viele weitere internationale Supermärkte. Frag [uns](#) auch gerne oder suche bei Google Maps oder Facebook danach.

Handwerken

In **Baumärkten** findest du Werkzeug zum Montieren deiner neuen Möbel oder wenn du Bilder anbringen möchtest.

- Werkzeuge und Maschinen
- Farben und Lacke
- Baumaterial und Werkstoffe
- Elektroartikel und Lampen
- Alles fürs Bad
- Pflanzen, Blumentöpfe und Gartenartikel
- Haushaltswaren



Hier findest du viele Informationen zu verschiedenen Baumärkten: [Baumarkt - Aktuelle Angebote und Prospekte von Baumärkten](#).

Frage deine Kolleginnen und Kollegen, ob jemand einen Tipp für dich hat oder dich begleitet. So kannst du Geld sparen für einen teuren Möbeltransporter oder Liefergebühren.

Möbel und Einrichtung

In Deutschland gibt es viele Möglichkeiten, Möbel und Dinge für die Wohnung zu kaufen. Auf dem Land und in kleineren Städten findest du oft **große Möbelhäuser** wie IKEA, Roller, Jysk, Poco, Porta oder XXXLutz. Dort gibt es viele Produkte und oft auch günstige Angebote.

Natürlich kannst du auch online suchen und bestellen. Achte dabei auf die Versandkosten!

Neben den großen Läden gibt es auch **Secondhand-Läden**, **Sozialkaufhäuser** und **Flohmärkte**. Dort bekommst du gebrauchte Möbel und Haushaltsartikel sehr billig. Beispiele sind Caritas- oder DRK Kaufhäuser, lokale Secondhand-Shops oder Online-Plattformen wie Kleinanzeigen.

Die Daten für Flohmärkte im Landkreis Osnabrück findest du hier: [Flohmärkte in der Region Osnabrück auf OSkalender](#)

Um passende Geschäfte zu finden, kannst du im Internet nach „Möbel kaufen + Name deiner Stadt“ suchen oder eine Karten-App benutzen. Auch Arbeitskollegen, Nachbarn oder Lehrkräfte kennen oft gute und günstige Läden in der Region.

Viele Möbelgeschäfte kannst du mit dem Bus oder der Bahn erreichen. Wenn die Möbel zu groß sind, kannst du oft eine Lieferung buchen. [Frag uns gerne, wenn du Hilfe brauchst](#).

Kleidung

Es gibt viele Möglichkeiten, Kleidung zu kaufen. Bekannte Ketten sind zum Beispiel **H&M**, **C&A**, **New Yorker**, **KIK**, **Takko**, **NKD**, **Ernsting's family** oder **TK Maxx**. Diese Geschäfte haben oft günstige Angebote und verschiedene Stile.

Viele Orte im Landkreis Osnabrück haben **Secondhand-Läden**, **Sozialkaufhäuser** oder **Kleiderkammern** von Organisationen wie der Caritas oder dem **Deutschen Roten Kreuz (DRK)**. Dort bekommst du Kleidung sehr günstig oder manchmal sogar kostenlos. Auch Online-Plattformen wie **Vinted** oder **Kleinanzeigen** bieten gebrauchte Kleidung an.

Um passende Geschäfte zu finden, kannst du im Internet suchen, zum Beispiel: „Kleidung kaufen + Name deiner Stadt“. Auch Karten-Apps zeigen dir Modegeschäfte, Secondhand-Läden oder Sozialkaufhäuser in der Nähe. Viele Städte haben außerdem **Flohmärkte**, auf denen Kleidung oft sehr billig verkauft wird.

Öffnungszeiten

In der Regel haben alle Geschäfte von Montag bis Samstag geöffnet, vereinzelt kann es sein, dass kleine Läden am Samstag nur bis 12:00 Uhr oder gar nicht geöffnet haben. Denke daran, dass in Deutschland **Sonntag ein Ruhetag** ist und du nicht einkaufen gehen kannst.

Wenn du etwas Gebrachtes kaufen möchtest, nutze hierfür die App „Kleinanzeigen“. In vielen Orten gibt es auch, Sozialkaufhäuser und Flohmärkte (wie z.B. der Nacht Flohmarkt in Osnabrück)

Veranstaltungen in Stadt und Landkreis Osnabrück

Es gibt täglich neue und interessante Veranstaltungen. Viele davon kannst du kostenlos besuchen. Unter dem Link: [OSkalender - DEIN Veranstaltungskalender](#) kannst du Veranstaltungen im Landkreis und der Stadt Osnabrück suchen und finden. Auch die [Wochenmärkte](#) findest du hier. Tolle Tipps fürs Wochenende gibt es auch auf Instagram, z.B. [wasgeht.osna](#).

WIGOS und gsm bieten 1 mal pro Monat tolle Veranstaltungen an. Du kannst kostenlos daran teilnehmen! Wir gehen zusammen mit internationalen Talenten Sport machen wie z.B. Badminton, Eislaufen oder Wandern, Feiern gemeinsam das Oktoberfest oder Weihnachten, gehen zum Jahrmarkt, sitzen gemütlich zusammen oder bieten dir andere tolle Aktivitäten an. Infos erhältst du regelmäßig in der [WhatsApp-Gruppe „International Talent Community“](#).

Nützliche Apps

VOS Pilot

App für den öffentlichen Nahverkehr, damit du Busse und die Regionalbahn im Landkreis und Stadt Osnabrück nutzen kannst.

Deutsche Bahn

Mit der App der deutschen Bahn findest du Verbindungen mit dem Zug oder Bus.

Kleinanzeigen

Mit der App Kleinanzeigen kannst du Second Hand Kleidung, Bücher, Möbel oder Sonstiges kaufen. Nutze die Angebote in deiner Region, in dem du deine Stadt und den Suchradius einstellst. Zahle niemals vorher. Prüfe zuerst genau, ob das Angebot wirklich vertrauenswürdig ist.

Refurbed

Auf refurbished kannst du wiederaufgearbeitete Elektroartikel kaufen. Die Geräte haben eine Garantie, sodass du mit gutem Gewissen gebrauchte Produkte kaufen kannst.

Amazon Warehouse

Extra reduzierte Artikel, die aus Retouren stammen. Die Artikel sind zum Teil neuwertig und gebraucht.

Doctolib

Hier kannst du Arzttermine online buchen, sofern dein Arzt oder deine Ärztin die App nutzt.

Vinted

Vinted ist eine Plattform für den Kauf und Verkauf gebrauchter Mode – einfach, nachhaltig und gebührenfrei für Verkäufer.

Kauf DA

KaufDA ist eine App und Website, die digitale Prospekte und Angebote von Supermärkten, Elektronikgeschäften und anderen Händlern anzeigt. Nutzer können aktuelle Angebote in ihrer Nähe finden und vergleichen, um beim Einkaufen zu sparen.

Lidl Plus

Mit dieser App kannst du Coupons nutzen für günstige Angebote und aktuelle Angebote sehen. So kannst du Geld sparen.

Rossmann

Mit dieser App kannst du Coupons nutzen für günstige Angebote und aktuelle Angebote sehen.

DM

Mit dieser App kannst du Coupons nutzen für günstige Angebote und aktuelle Angebote sehen. So kannst du Geld sparen.

Wichtige Verhaltensregeln

- Schließe keine Verträge ab, zum Beispiel für Handy, Gas, Strom oder Zeitschriften, ohne vorher mit einer vertrauenswürdigen Person zu sprechen. Im Kleingedruckten können Kosten stecken, die du nicht sofort verstehst.
- Mach keine Abos im Internet oder auf der Straße. Manchmal sprechen dich Menschen von Hilfsorganisationen wie Greenpeace, UNICEF, WWF oder dem Deutschen Roten Kreuz an und bitten um eine Spende.
- Auch wenn es nur 5 Euro sind, sag am besten freundlich „Nein“ und geh weiter. Wenn du dich ehrenamtlich engagieren möchtest, sag uns Bescheid. [Wir](#) helfen dir gerne, eine passende Organisation zu finden.
- Sei vorsichtig, wenn Menschen dich auf der Straße oder an deiner Haustür wegen deiner Religion ansprechen. Lass niemals fremde Personen in deine Wohnung. Gehe niemals freiwillig und kostenlos Mitglied in einer Kirchengemeinde werden. Wenn du nicht weißt, welche Gemeinde zu dir passt, frag [uns](#) gerne.
- Weitere Hinweise zu kulturellen Besonderheiten findest im [Kapitel 8](#)

Nachtruhe und Ruhezeiten

In Deutschland gilt meistens eine **Nachtruhe** von 22 Uhr bis 6 Uhr. In dieser Zeit darfst du keinen Lärm machen, zum Beispiel durch:

- laute Musik
- Feiern
- Hundegebell
- Bohren
- laute Maschinen

Das gilt auch am Samstag, denn der Samstag ist ein normaler Arbeitstag.

Für Motorgeräte im Garten gelten strengere Regeln. Rasenmähen ist zum Beispiel nur von 7 bis 20 Uhr erlaubt.

„Darf ich nachts Wäsche waschen?“: Es kommt darauf an, wie laut deine Waschmaschine ist. Grundsätzlich gilt: Du darfst deine Nachbarn nicht stören.

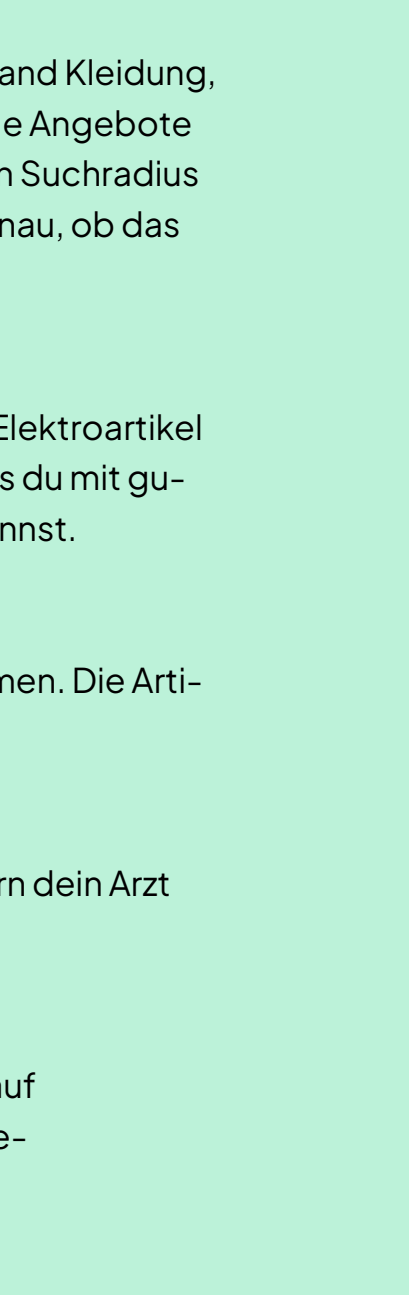
In vielen Häusern gibt es eine **Hausordnung**, in der die Ruhezeiten genau stehen. Diese Regeln können anders sein als die gesetzlichen Zeiten und sind verbindlich. Schau auch in deinen Mietvertrag!

Nachtruhe am Wochenende

Ab Samstag 22 Uhr gilt eine verlängerte Ruhezeit von 32 Stunden. Private Gesellschaften sind nur in Zimmerlautstärke gestattet. Der Sonntag ist ein kompletter Ruhetag. Das gilt auch für viele Feiertage.

Und auch in Deutschland darf gefeiert werden. Wenn es einmal lauter wird, ist es nett, den Nachbarn vorher Bescheid zu geben. Solange dies eine Ausnahme ist, hat sicher niemand etwas dagegen!

Die Ruhezeiten sind nicht überall gleich streng. In großen Städten und dort, wo viele junge Menschen leben, ist es häufig lauter. Die Ruhezeiten sind hier nicht so streng.



Wohnen und Mieten

Putzen und Reinigen der Wohnung

Wohnst du in einer möblierten Wohnung?

Tipps und Hinweise zum Wohnen

Mülltrennung

Wohnungsmarkt

DEINE MIETWOHNUNG

Putzen und Reinigen der Wohnung

Bei Rossmann oder dm kannst du Eigenmarken kaufen. Diese sind günstiger als Markenprodukte. Im Drogeriemarkt dm findest du folgende Eigenmarken. Du kannst dir zudem bei dm eine App runterladen, um besondere Coupons zum Sparen zu nutzen.



Wohnst du in einer möblierten Wohnung?

Dein Vermieter oder deine Vermieterin erwartet von dir, dass du die Gegenstände in deiner Wohnung sauber hältst! Hier eine kleine Hilfestellung zu Putzmitteln, die du verwenden kannst und wie sie auf Deutsch heißen:

Toilette: WC Reiniger, Hygienespray / Badreiniger, Scheuermilch

Badezimmer: Hygienespray (Badreiniger), Glasreiniger, Kalkentferner

Fußboden (Fliesen oder Stein): Allzweckreiniger

Holz: Reinigungsmittel für Holz

Backofen: Backofenreiniger

Ceranfeld: Ceranfeldreiniger, Ceranfeld-Scharber

Spüle (Küche): Essigreiniger, Scheuermilch

Fenster & Spiegel: Glasreiniger, Spülmittel

Kühlschrank: Essigreiniger

Spülmaschine: Spülmaschinentabs, Spülmaschinensalz und Glasklar nur nutzen, wenn die Spülmaschine dies anzeigt

Waschmaschine: Waschpulver, (Entkalker & Waschmaschinenreiniger alle 2-3 Monate einmal)

Tipps und Hinweise zum Wohnen

Mietkaution

Die Mietkaution ist ein Geldbetrag, den du zu Beginn des Mietvertrags an deinen Vermieter bezahlst. Die Kautions ist eine Sicherheit für den Vermieter. Er bekommt das Geld, falls du deine Pflichten aus dem Mietvertrag nicht erfüllst – zum Beispiel:

- wenn du Schäden in der Wohnung machst
- wenn du Miete nicht bezahlst
- Die Kautions darf höchstens drei Monatsmieten der Nettokaltmiete betragen (also ohne Nebenkosten).

Du kannst die Kautions:

- auf einmal zahlen oder
- in drei gleichen Monatsraten.

Lüften & Heizen

Es ist wichtig, regelmäßig zu heizen und zu lüften. So kannst du Schimmel in deiner Wohnung vermeiden. Besonders im Winter musst du die Wohnung heizen und mehrmals täglich lüften.

Rauchmelder

In fast allen Bundesländern in Deutschland müssen Wohnungen Rauchmelder haben. Normalerweise werden Rauchmelder in **Schlafzimmern**, **Kinderzimmern** und in **Fluren** angebracht, die als Fluchtweg dienen. Der Vermieter muss die Rauchmelder einbauen. Der Mieter ist oft dafür verantwortlich, dass die Rauchmelder funktionieren – also für die Wartung und dafür, dass sie bereit für den Einsatz sind.

Hausordnung

Viele Mietwohnungen haben eine Hausordnung. Darin findest du Regeln für das Zusammenleben im Haus (z.B. Ruhezeiten, Nutzung von Gemeinschaftsräumen). Informiere dich auch, ob du verantwortlich bist, das Treppenhaus zu putzen.

Müllabholung

Der Müll wird regelmäßig abgeholt. Erkundige dich, wann welche Tonne abgeholt wird. Bringe deine Mülltonne am Abend vorher an die dafür vorgesehene Stelle (meistens zur Straße vor dem Haus). Es gibt einen Müllabholungsplan. Frage deinen Vermieter oder die anderen Mitbewohner im Haus. Du findest den Plan meistens auch online auf der Seite deiner Gemeinde.

Schlüssel

Kennst du schon jemanden, dem du vertraust? Dann kannst du der Person einen zweiten Schlüssel für die Wohnung geben. So kannst du in deine Wohnung kommen, wenn du deinen Schlüssel vergessen oder verloren hast. Du kannst auch einen Schlüsseldienst anrufen. Der Service vom Schlüsseldienst ist sehr teuer. Am Wochenende oder an Sonn- und Feiertagen ist es besonders teuer.

Briefkasten & Klingelschild

Postverwaltung: → Post lesen
Du musst deinen Namen gut lesbar am Briefkasten anbringen. So kann die Post zugestellt werden. In den meisten Orten kommt die Post täglich.

GEZ/ Rundfunkbeitrag

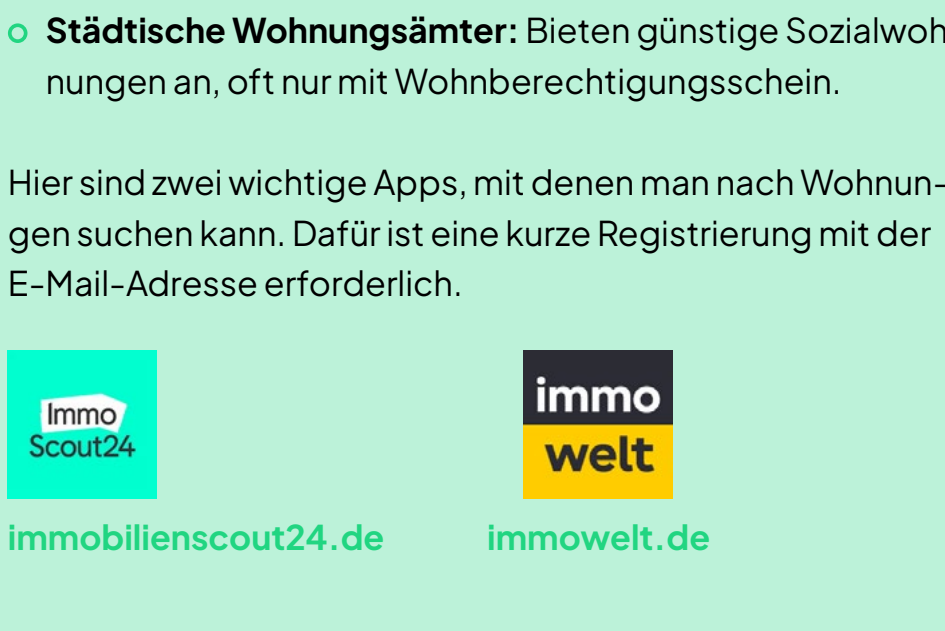
Jeder Haushalt in Deutschland muss den **Rundfunkbeitrag zahlen**. Du musst auch bezahlen, wenn du kein Fernsehen oder Radio nutzt. Die Gebühr ist zur Zeit 18,36 €. Nach einem Umzug erhältst du automatisch Post von „Beitragservice von ARD, ZDF und Deutschlandradio“. Ausnahmen gibt es nur in besonderen Lebenssituationen, z.B. wenn man Sozialleistungen bezieht oder eine Behinderung hat. Nachdem du dich beim Einwohnermeldeamt angemeldet hast, wird automatisch gemeldet, dass du eine neue Wohnung bezogen hast. Hier kannst du dich online anmelden:

[Wohnung anmelden – Rundfunkbeitrag](#)

Mülltrennung

Eine Übersicht, wie du den Müll richtig trennen kannst, findest du hier in vielen Sprachen.

So sehen die Mülltonnen im Landkreis Osnabrück aus:



Wohnungsmarkt

Der Wohnungsmarkt in Deutschland ist groß. Eine Wohnung zu finden, ist für jeden Menschen anders. Das hängt von vielen Dingen ab – zum Beispiel vom Einkommen und davon, ob man in einer Stadt oder auf dem Land wohnt. Auf dem Land gibt es oft mehr Wohnungen und sie sind günstiger. In großen Städten sind die Mieten höher. Viele Menschen suchen gleichzeitig nach einer Wohnung. Deshalb ist es dort schwieriger, etwas Günstiges zu finden. Auch persönliche Wünsche spielen eine Rolle, zum Beispiel Lage, Größe oder Ausstattung der Wohnung. Darum ist es wichtig, früh mit der Suche zu beginnen. Lass dich gerne **von uns** beraten, wie du nach einer Wohnung suchen kannst.

Wer vermietet Wohnungen?

- **Private Vermieter:** Einzelpersonen, die Wohnungen besitzen und vermieten.
- **Wohnungsbaugesellschaften:** Große Firmen oder Genossenschaften mit vielen Wohnungen, festen Regeln und Wartelisten.
- **Städtische Wohnungsämter:** Bieten günstige Sozialwohnungen an, oft nur mit Wohnberechtigungsschein.

Hier sind zwei wichtige Apps, mit denen man nach Wohnungen suchen kann. Dafür ist eine kurze Registrierung mit der E-Mail-Adresse erforderlich.

[immobilienscout24.de](https://www.immobilienscout24.de)

[immowelt.de](https://www.immowelt.de)

Wichtige Begriffe und Abkürzungen

KM – Kaltmiete	Miete ohne Nebenkosten
-----------------------	------------------------

WM – Warmmiete	Miete mit Nebenkosten
-----------------------	-----------------------

NK – Nebenkosten	Wasser, Müll, Hausreinigung, oft auch Heizung
-------------------------	---

Mietspiegel	Übersicht der durchschnittlichen Mieten in einer Stadt
--------------------	--

Mietpreisbremse	Gesetz gegen zu schnelle Mietsteigerungen
------------------------	---

ZKB	Zimmer, Küche, Bad
------------	--------------------

EBK – Einbauküche	eine Küche ist schon in der Wohnung eingebaut (mit Schränken und Geräten)
--------------------------	---

WG – Wohngemeinschaft	mehrere Personen wohnen zusammen in einer Wohnung und teilen Bad und Küche
------------------------------	--

Kautions	Geld, das du am Anfang bezahlen musst. Der Vermieter bekommt es als Sicherheit. Du bekommst es am Ende zurück, wenn alles in Ordnung ist
-----------------	--

Altbau	Altes Gebäude, oft hohe Decken, aber manchmal schlechter gedämmt
---------------	--

Neubau	Neues Gebäude, moderne Ausstattung, oft bessere Energieeffizienz
---------------	--

DG – Dachgeschoss	Wohnung ganz oben im Haus, direkt unter dem Dach
--------------------------	--

TG – Tiefgarage	Parkplatz unter dem Gebäude
------------------------	-----------------------------

07.

Besonderheiten im Alltag

Feiertage

Verkehrsregeln

Datenschutz, Fotografieren
und Filmen von anderen Personen

Schule und Noten

SO FUNKTIONIERT ES

Verkehrsregeln

German Road Safety ist eine App für Verkehrssicherheit und Regeln in Deutschland. Hier kannst du dich informieren. Es gibt die App in verschiedenen Sprachen.



Feiertage

Feiertage sind in jedem Bundesland in Deutschland etwas unterschiedlich. Eine Übersicht und Erklärung zu den deutschen Feiertagen findest du [hier](#).

Datenschutz, Fotografieren und Filmen von anderen Personen



Die Persönlichkeitsrechte anderer Menschen zu achten ist wichtig:

- Du darfst andere Menschen **nicht ohne Erlaubnis filmen, fotografieren oder aufnehmen**.
- Du darfst keine Fotos oder Videos von anderen Personen im Internet oder in sozialen Medien teilen, wenn sie nicht zugestimmt haben.
- Das gilt überall: in privaten Räumen, in öffentlichen Orten und auch in der Schule und im Unterricht.
- **Frage vorher**, ob du jemanden filmen oder fotografieren darfst. So zeigst du Respekt und hältst dich an das Gesetz.

Schule und Noten



Schulsystem

Das deutsche Schulsystem ist von Bundesland zu Bundesland etwas unterschiedlich. Informationen zum deutschen Schulsystem findest du [hier](#).

Eine Erklärung zu den Schulformen in Niedersachsen in leichter Sprache gibt es [hier](#).

Notensystem	Noten	Punkte
Beste Note	1 (sehr gut)	15-13 (sehr gut)
Zweitbeste Note	2 (gut)	12-10 (gut)
Mittlere Note	3 (befriedigend)	9-7 (befriedigend)
Viertbeste Note	4 (ausreichend)	6-4 (ausreichend)
schlechte Note	5 (mangelhaft)	3-1 (mangelhaft)
Schlechteste Note	6 (ungenügend)	0 (ungenügend)
Notenbereich	1 bis 6	15-0





08.

Typisch Deutsch

WIE WIR MITEINANDER UMGEHEN



Begrüßung

In Deutschland gibt man sich meistens die Hand. Besonders wenn man sich noch nicht kennt, ist das die häufigste Begrüßung. Unter Freunden oder in der Familie umarmt man sich gern. Ein einfaches „Hallo“ oder „Guten Tag“ ist immer passend. So begrüßt man auch Menschen, die man nicht kennt, zum Beispiel Nachbarn im Treppenhaus.



Direkte Kommunikation und Feedback

Die Menschen sprechen oft direkt. Besonders am Arbeitsplatz sagen Vorgesetzte und Kollegen klar, was sie denken. Kritik oder Feedback ist meistens nicht böse gemeint. Es soll helfen, etwas besser zu machen.



Formelle Distanz und Schweigen

In Deutschland gibt es eine klare Trennung von Beruf und Privatleben. Man spricht nicht sofort über persönliche Dinge. Auch Schweigen ist normal: im Supermarkt, bei Behörden oder im Zug reden die Menschen oft wenig miteinander. Freundschaften entstehen erst, wenn Vertrauen aufgebaut ist.



Freundschaften

Freundschaften brauchen in Deutschland Zeit. Einladungen ins Haus kommen oft erst später. Wenn man eingeladen wird, ist das ein Zeichen für Vertrauen.



Tabuthemen

Über diese Themen spricht man in Deutschland nicht gerne: Gehalt, Alter, Gewicht und Kinderwunsch. Fragen zu diesen Themen sollte man vermeiden, wenn man sich noch nicht gut kennt. Mit guten Freunden kann man meistens über alle Themen sprechen.



Rassismus

Leider gibt es auch in Deutschland Rassismus. Wenn du rassistisch beleidigt wirst, bleib ruhig und lass dich nicht provozieren. Man kann sich wehren, wenn man betroffen ist. Hilfe bekommt man bei Beratungsstellen, bei Vereinen gegen Diskriminierung oder auch bei der Polizei. Es ist wichtig mit anderen über die Situation zu sprechen. Wenn du erlebst, dass andere rassistisch beleidigt werden, bleibe ruhig und versuche der Person zu helfen. Zeige der Person, dass sie nicht allein ist.



Hier findest du Anlaufstellen, wenn du betroffen bist oder Kontakt zu betroffenen Personen hast:

- **Antidiskriminierung** Stadt Osnabrück
- **Startseite** Betroffenenberatung Niedersachsen
- **Fachzentrum FAUST** Diakonie Osnabrück Stadt und Land

Wenn du Unterstützung brauchst, sprich **uns** jederzeit an!



Pünktlichkeit

In Deutschland bedeutet Pünktlichkeit, dass man genau zur vereinbarten Zeit da ist. Man kommt besser ein paar Minuten früher zu Terminen. Zu spät kommen ohne Nachricht gilt als unhöflich.



„Du“ und „Sie“

Man sagt zu älteren Erwachsenen im öffentlichen Raum meistens „Sie“. Das zeigt Respekt. Erst wenn jemand das „Du“ anbietet, kann man es benutzen. Unter jungen Leuten wird häufig sofort „du“ gesagt. Auch wenn Personen gleich alt sind sagt man schnell „du“. Im privaten Raum wird meistens „du“ benutzt, z.B., wenn du auf eine private Familienfeier eingeladen bist. Wenn die Leute sich nur mit ihrem Vornamen vorstellen, kannst du ebenfalls „du“ sagen.



Getrennt Bezahlen im Restaurant

In Deutschland ist es normal, dass Rechnungen im Restaurant geteilt werden. Jede Person bezahlt das Essen und die Getränke für sich selbst. Die Mitarbeitenden im Restaurant kennen das. Man nennt es „getrennt bezahlen“. Es gibt keinen Unterschied zwischen Männern und Frauen: alle bezahlen gleich für das Essen und die Getränke. Das ist in Deutschland ganz normal und kein Zeichen von Unhöflichkeit. So dauert das Bezahlen manchmal etwas länger.

Bei einer Einladung zum Essen, bezahlt der Gastgeber/ die Gastgeberin die Rechnung. Bei einer Verabredung zum Essen, bezahlst du dein Essen und die Getränke selbst. Natürlich kannst du auch eine andere Absprache treffen, z.B. bei einem Essen zu viert: Jede Person bezahlt 25% der Rechnung.

Trinkgeld

Im Restaurant oder im Taxi gibt man meistens Trinkgeld. Etwa 5–10 % vom Preis sind üblich. Man rundet den Betrag auf und sagt den neuen Betrag direkt beim Bezahlen.



Recycling und Umweltbewusstsein

Mülltrennung ist in Deutschland sehr wichtig. Es gibt verschiedene Tonnen: Papier, Plastik, Bio-Müll und Restmüll. Viele Menschen achten auch darauf, Energie und Wasser zu sparen. [weitere Infos](#)



Sonntage und Feiertage

An Sonn- und Feiertagen sind fast alle Geschäfte geschlossen. Auch laute Arbeiten (zum Beispiel Bohren oder Rasenmähen) sind verboten. Diese Tage sind für Ruhe und Familie gedacht. [weitere Infos](#)



Hierarchie

Auch in Deutschland gibt es Hierarchien. Chefs, Vorgesetzte oder Personen mit mehr Verantwortung sind in höheren Positionen. Aber diese Unterschiede werden im Alltag nicht so stark gezeigt wie in manchen anderen Ländern. Man muss zum Beispiel nicht aufstehen, wenn jemand „Wichtiges“ den Raum betritt. Respekt zeigt man durch gutes Zuhören, ehrliche Kommunikation und Zusammenarbeit auf Augenhöhe. Ähnlich ist es in Familien: Eltern haben zwar das Sagen, aber Kinder dürfen ihre Meinung äußern und werden ernst genommen. Entscheidungen werden oft gemeinsam besprochen. Der Umgang ist meistens partnerschaftlich.



09.

Auf einen Blick

Notruf
WIGOS
Ausländerbehörde
Checkliste
Impressum

WICHTIGE KONTAKTDATEN

Notruf

Polizei Telefon 110

Bei Verbrechen oder Unfällen ohne Personenschaden
(wenn niemand verletzt ist)

Notarzt und Feuerwehr Telefon 112

Bei Unfällen mit Verletzten und in
lebensbedrohlichen Situationen

Ärztlicher Bereitschaftsdienst Telefon 116117

Bei Behandlungsbedürftigen Beschwerden außerhalb der
Sprechzeiten, keine Lebensgefahr

WIGOS

Du erreichst uns unter:

Telefon 0541 501 4919

Mobil 0151 232 220 40

E-Mail: info.fachkraeftebuero@wigos.de

Ausländerbehörde

Telefon 0541 5017000,

E-Mail: abh@lks.de

Checkliste

Hier eine Checkliste für dich. Hast du
diese wichtigen Dinge schon erledigt?

Einwohnermeldeamt

- Habe ich meine Sozialversicherungsnummer an die Bank geschickt?
- Habe ich meine Sozialversicherungsnummer an meinen Arbeitgeber geschickt?

Handytarif

- Habe ich meine neue deutsche Nummer an meinen Arbeitgeber (meine Ansprechpartnerin oder Ansprechpartner) geschickt?
- Habe ich meine neue deutsche Nummer meine Ansprechpersonen der WIGOS geschickt?

Krankenversicherung

- Habe ich bereits eine deutsche Krankenversicherung?
- Hat die Krankenversicherung bereits meine neue Adresse?
→ Ggfs. Agenturkontakt fragen

Haftpflichtversicherung

- Habe ich eine Haftpflichtversicherung abgeschlossen?

Anmeldung GEZ

- Habe ich bereits den Brief von der GEZ bekommen?
- Habe ich ein SEPA-Lastschriftmandat für die GEZ ausgestellt?

Post

- Checke ich regelmäßig meine Post und hefte diese ab?

Schön, dass du da bist!

Wir wünschen dir einen guten Start im Landkreis Osnabrück! Bei Fragen kannst du dich immer gerne an **uns** wenden!



Impressum

Die Bildrechte, die hier nicht erwähnt sind, liegen bei der WIGOS.

Tourismusgesellschaft Osnabrücker Land: 03. Angekommen in Deutschland / glandorf-grenzgaengeroute-copyright-tol-foto-christoph-steinweg; 05. Leben im Landkreis OS / Luftaufnahme Osnabrück_c_Unsplash_Hans Knöchel; 09. Auf einen Blick / bad-iburg-baumwipfelpfad-copyright-tol-foto-max-wiesenbach.jpg

ingimage: 05. Leben im Landkreis OS: Mann kauft ein; 06. Wohnen und Mieten: Hauptmotiv, zwei junge Frauen; 08. Typisch Deutsch: Team

stock.adobe.com: Titelmotiv: Studio Romantic; 07. Besonderheiten im Alltag / Fotoapparat (KI-generiert): SH Design; 08. Typisch Deutsch / Händeschütteln: Charlyze Davids/peopleimages.com

Wöhrmann Design: 05. Leben im Landkreis OS / Motiv Kirmes Hagen