



hamboorg.city

Интеграция в Германии — практические советы на каждый день

Как успешно интегрироваться в Германии: язык, клубы, культурные особенности и волонтерство.

Deutsche Begriffe: Integration | Integrationskurs | Ehrenamt | Verein | Nachbarschaft | Kulturelle Unterschiede

Что такое интеграция?

Интеграция — это не отказ от своей идентичности, а **становление частью общества**, в котором вы живёте. Вы привносите свою культуру, опыт и взгляды — и одновременно учитесь **правилам, языку и традициям** своей новой страны.

Интеграция — это **взаимный процесс**: вы делаете шаги навстречу немецкому обществу, и немецкое общество делает шаги навстречу вам.

Учите немецкий язык — самый важный шаг

Почему немецкий так важен

- **Государственные учреждения** — без немецкого языка формы, письма и разговоры почти невозможны
- **Работа** — большинство вакансий требуют как минимум уровня B1
- **Дружба** — настоящие отношения часто начинают развиваться, когда вы говорите на одном языке
- **Самостоятельность** — с немецким языком вы можете сами решать свои дела
- **Вид на жительство** — для постоянного вида на жительство нужен B1, для гражданства B1

Где учить немецкий?

- **Integrationskurs** — поддерживается BAMF, 600 + 100 часов (A1-B1)
- **VHS** (народный университет) — дешёвые курсы немецкого, также вечером и в выходные
- **Профессиональные языковые курсы** — бесплатно, B2/C1 для работы
- **Онлайн:** DW (Deutsche Welle), VHS Lernportal, Duolingo
- **Языковые кафе** — бесплатные разговорные клубы во многих городах
- **Tandem** — языковой обмен с носителями языка (приложения: Tandem, HelloTalk)

Клубы — сердце немецкого общества

Германия — это **страна клубов** — существует более **600 000 клубов** почти на все темы: спорт, музыка, культура, охрана природы, родительские группы, политика и многое другое.

Почему стоит вступить в клуб?

- **Завести знакомства** — клубы — это самый простой способ познакомиться с немцами
- **Практиковать язык** — в клубе вы автоматически говорите по-немецки
- **Заниматься хобби** — футбол, плавание, готовка, садоводство, фотография...
- **Вовлечь детей** — спортивные клубы и музыкальные школы для детей
- **Дешёво** — членские взносы часто низкие (10-30 €/месяц)

Популярные типы клубов

Клуб	Что?	Стоимость (прибл.)
Спортивный клуб (футбол, плавание, бег)	Тренировки, матчи, турниры	10-30 €/месяц
Музыкальный клуб (хор, группа, оркестр)	Репетиции, выступления	5-20 €/месяц
Садоводческий клуб (клуб садоводов-любителей)	Собственный огород, сообщество	50-200 €/год
Группы для родителей и детей	Игры, общение, консультации	0-10 €/месяц
Культурные клубы (международная встреча)	Праздники, выставки, обмен	5-15 €/месяц

Клуб	Что?	Стоимость (прибл.)
Клуб соседей	Совместные мероприятия в районе	Часто бесплатно

Как найти клуб?

- **Google:** "Sportverein [ваш город]", "Chor [ваш город]"
- **Районные центры и общественные дома** — доски объявлений с предложениями клубов
- **Реестр клубов** — на сайте вашего города
- **Спортивный союз** — региональный или городской спортивный союз

Понимание культурных особенностей

Пунктуальность

В Германии пунктуальность **чрезвычайно важна:**

- **На работе:** приходите **за 5 минут до** встречи
- **В личной жизни:** приходите в назначенное время (максимально 5-10 минут опозданий)
- **Общественный транспорт:** автобусы и поезда ходят по **расписанию** (обычно...)

Совет: если вы опаздываете — сообщите человеку (звонок, СМС).

Часы отдыха и порядок

- **Ночная тишина:** 22:00–6:00 — музыка только на низкой громкости
- **Полуденный отдых:** 13:00–15:00 — во многих домах (соблюдайте правила дома)
- **Воскресенье:** день отдыха — нельзя косить газон, сверлить, делать громкие работы
- **Раздельный сбор мусора:** очень важно! (бумага, пластик, органика, остальное, стекло)

Приветствие и обращение

- **Незнакомцы и пожилые:** используйте "Sie" (вежливая форма)
- **Друзья и коллеги:** "Du" — но ждите, пока это **предложат** вам

- **Рукопожатие:** крепкое, короткое, с зрительным контактом — при приветствии и прощании
- **Приветствие соседей:** "Guten Tag!" в подъезде — стандарт

Прямолинейность

Немцы известны своей **прямолинейностью** — это не невежливость, а честность:

- **Обратная связь** часто бывает прямой: "Das war nicht gut" означает именно это
- **Сказать нет** приемлемо — ожидается честный ответ
- **Светская беседа** менее развита, чем во многих других культурах

Ehrenamt — добровольческая работа

Волонтёрская деятельность (бесплатная работа) высоко ценится в Германии:

- **30 миллионов** немцев занимаются волонтерством
- Области: помощь беженцам, спортивный клуб, пожарная служба, репетиторство, защита животных, окружающая среда
- **Преимущества для вас:** практика немецкого, расширение контактов, получение опыта, укрепление резюме

Где найти волонтерскую работу?

- **Волонтерские агентства** — в каждом крупном городе
- **ehrenamt-deutschland.org** — поисковая система волонтерской деятельности
- **Caritas, DRK, AWO, Diakonie** — всегда ищут волонтеров
- **Инициативы помощи беженцам** — вы можете помогать новичкам (переводчик, помощник)

Соседи и соседство

Хорошие отношения с соседями значительно облегчают жизнь:

Переезд — первые шаги

- 1. Приветствуйте соседей** — позвоните в дверь соседей и представьтесь
- 2. Небольшой подарок** — записка в почтовый ящик или печенье при звонке
- 3. Познакомить детей** — соседские дети часто становятся первыми друзьями

В повседневной жизни

- **Приветствуйте** — всегда говорите "Привет" или "Добрый день"
- **Проявляйте заботу** — громкость, отдельный сбор мусора, очередность уборки
- **Предлагайте помощь** — принимайте посылки, помогайте в проблемах
- **При конфликтах:** говорите спокойно, не обостряйте ситуацию

Официальные процедуры

Консультация по вопросам миграции (МВЕ)

Бесплатная консультация для взрослых мигрантов (от 27 лет):

- **Caritas, AWO, DRK, Diakonie, Paritätischer Wohlfahrtsverband**
- Помощь в официальных вопросах, поиск работы, языковые курсы, поиск жилья
- Доступно на многих языках
- Найти адрес: bamf.de → Migrationsberatung

Служба миграции для молодёжи (JMD)

Для **молодых мигрантов до 27 лет:**

- Консультация по вопросам обучения, школы, языковых курсов
- Наставничество и групповые предложения
- www.jugendmigrationsdienste.de

Праздники и традиции

Официальные праздники (на федеральном уровне)

Дата	Праздник
1 января	Новый год
Переменная (март/апрель)	Страстная пятница
Переменная (март/апрель)	Пасхальный понедельник
1 мая	День труда
Переменная (май/июнь)	Вознесение Христово (также "День отцов")
Переменная (май/июнь)	Понедельник Святого Духа

Дата	Праздник
3 октября	День немецкого единства (национальный праздник)
25 декабря	Рождество (первый день)
26 декабря	Рождество (второй день)

Региональные праздники: например, Крещение (6.1, Бавария/Баден-Вюртемберг/Саксония), День Реформации (31.10, северные и восточные регионы), День всех святых (1.11, католические регионы)

Традиции для участия

- **Карнавал/Фасching** (февраль) — костюмы, парады (Кёльн, Дюссельдорф, Майнц)
- **Пасха** (март/апрель) — поиск яиц, семейный обед
- **Октябрьский фестиваль** (сентябрь/октябрь) — народный праздник в Мюнхене (и везде)
- **Рождественский рынок** (декабрь) — глинтвейн, сосиски, подарки
- **Новогодняя ночь** (31 декабря) — фейерверки, раклет, "Dinner for One"

10 золотых правил интеграции

- 1. Учите немецкий язык** — самый важный ключ
- 2. Вступите в клуб** — спорт, музыка, волонтерство
- 3. Приветствуйте соседей** — "Привет" открывает двери
- 4. Уважайте правила** — отдельный сбор, часы тишины, пунктуальность
- 5. Будьте открыты** — к новым опытам, людям и идеям
- 6. Сохраняйте свою культуру** — интеграция не означает отказ от себя
- 7. Принимайте помощь** — консультация по миграции, курсы, волонтеры
- 8. Будьте терпеливы** — интеграция требует времени (5-10 лет — норма)
- 9. Помогайте детям** — детский сад, клубы, образование
- 10. Оставайтесь позитивны** — неудачи — часть пути. Не сдавайтесь!

--- Дата: март 2026. Вся информация предоставляется без гарантий.

hamboorg.city jest i zawsze będzie za darmo