HAMBOORG.CITY

Nền tảng miễn phí cho người nước ngoài tại Đức

✓ Trợ lý 24/7 bằng ngôn ngữ của bạn
✓ Nhắc nhở về thời hạn
✓ Máy quét tài liệu chính thức
✓ Máy tính trợ cấp

hamboorg.city — là và sẽ luôn MIỄN PHÍ

Integration ở Đức — Những Mẹo Thực Tế cho Cuộc Sống Hàng Ngày

Cách hòa nhập thành công ở Đức: Ngôn ngữ, Verein (câu lạc bộ), đặc điểm văn hóa và Ehrenamt (công tác tình nguyện).

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

---

Integration có ý nghĩa gì?

Integration không có nghĩa là từ bỏ bản sắc của bạn — nó có nghĩa là **trở thành một phần của xã hội** mà bạn đang sống. Bạn mang theo văn hóa, kinh nghiệm và quan điểm của mình — và đồng thời học hỏi **quy tắc, ngôn ngữ và thói quen** của đất nước mới của bạn.

Integration là một **quy trình lẫn nhau**: Bạn tiến gần đến xã hội Đức, và xã hội Đức cũng tiến gần đến bạn.

Học tiếng Đức — bước quan trọng nhất

Tại sao tiếng Đức lại quan trọng

• **Thủ tục hành chính** — nếu không biết tiếng Đức, các mẫu đơn, thư từ và cuộc trò chuyện gần như không thể thực hiện được

• **Công việc** — hầu hết các công việc yêu cầu ít nhất tiếng Đức B1

• **Tình bạn** — các mối quan hệ thực sự thường chỉ hình thành khi chia sẻ cùng ngôn ngữ

• **Tính độc lập** — với tiếng Đức, bạn có thể tự xử lý công việc của mình

• **Giấy phép lưu trú** — để được cấp Niederlassungserlaubnis, bạn cần B1; để nhập tịch cần B1

Học tiếng Đức ở đâu?

• **Integrationskurs** — được BAMF tài trợ, 600 + 100 giờ (A1–B1)

• **VHS** (Volkshochschule) — các khóa học tiếng Đức rẻ, cả buổi tối và cuối tuần

• **Berufssprachkurse** — miễn phí, B2/C1 cho công việc

• **Trực tuyến:** DW (Deutsche Welle), VHS Lernportal, Duolingo

• **Sprachcafé** — các cuộc trao đổi miễn phí ở nhiều thành phố

• **Tandem** — trao đổi ngôn ngữ với người bản ngữ (Ứng dụng: Tandem, HelloTalk)

Verein — trái tim của xã hội Đức

Đức là đất nước của **Verein** — có hơn **600.000 câu lạc bộ** cho gần như tất cả: Thể thao, Âm nhạc, Văn hóa, Bảo vệ thiên nhiên, Nhóm phụ huynh, Chính trị và nhiều hơn nữa.

Tại sao trở thành thành viên Verein?

• **Kết nối** — Verein là cách dễ nhất để quen biết người Đức

• **Luyện tập ngôn ngữ** — trong Verein, bạn tự động nói tiếng Đức

• **Nuôi dưỡng sở thích** — Bóng đá, Bơi lội, Nấu ăn, Làm vườn, Chụp ảnh...

• **Hòa nhập trẻ em** — Các câu lạc bộ thể thao và trường âm nhạc cho trẻ em

• **Rẻ** — Hội phí Verein thường thấp (10–30 €/tháng)

Các loại Verein phổ biến

Verein	Cái gì?	Chi phí (khoảng)
Sportverein (Bóng đá, Bơi lội, Chạy bộ)	Tập luyện, Trận đấu, Giải đấu	10–30 €/tháng
Musikverein (Hợp xướng, Ban nhạc, Dàn nhạc)	Tập luyện, Biểu diễn	5–20 €/tháng
Gartenverein (Câu lạc bộ vườn nhỏ)	Vườn riêng, Cộng đồng	50–200 €/năm
Eltern-Kind-Gruppen	Chơi, Trao đổi, Tư vấn	0–10 €/tháng
Kulturverein (Gặp gỡ quốc tế)	Lễ hội, Triển lãm, Trao đổi	5–15 €/tháng

Verein	Cái gì?	Chi phí (khoảng)
Nachbarschaftsverein	Các hoạt động chung trong khu vực	Thường miễn phí

Làm thế nào để tìm một Verein?

• **Google:** "Sportverein [Thành phố của bạn]", "Chor [Thành phố của bạn]"

• **Stadtteilzentren** và **Bürgerhäuser** — Bảng tin với các đề nghị Verein

• **Vereinsregister** — trên trang web của thành phố bạn

• **Sportbund** — Landessportbund hoặc Stadtsportbund

Hiểu những đặc điểm văn hóa

Tính đúng giờ

Ở Đức, tính đúng giờ **vô cùng quan trọng**:

• **Công việc:** Đến **5 phút trước** cuộc hẹn

• **Cá nhân:** Đến vào thời gian đã thoả thuận (muộn nhất 5–10 phút)

• **Giao thông công cộng:** Xe buýt và tàu chạy theo **lịch trình** (hầu hết thời gian...)

Mẹo: Nếu bạn bị muộn — thông báo cho người kia (Cuộc gọi, SMS).

Thời gian yên tĩnh và trật tự

• **Yên tĩnh ban đêm:** 22:00–6:00 — Âm nhạc chỉ ở mức độ phòng

• **Yên tĩnh trưa:** 13:00–15:00 — trong nhiều ngôi nhà (tuân theo quy định nhà)

• **Chủ nhật:** Ngày yên tĩnh — không cắt cỏ, không khoan, không có công việc ồn ào

• **Phân loại rác:** Rất quan trọng! (Giấy, Nhựa, Sinh học, Rác thải, Kính)

Chào hỏi và cách gọi

• **Người lạ và người lớn tuổi:** Sử dụng "Sie" (hình thức lịch sự)

• **Bạn bè và đồng nghiệp:** "Du" — nhưng chờ cho đến khi được **đề nghị**

• **Bắt tay:** Chắc chắn, ngắn, với tiếp xúc mắt — khi chào và tạm biệt

• **Chào hỏi hàng xóm:** "Guten Tag!" trong cầu thang là tiêu chuẩn

Sự trực tiếp

Người Đức được coi là **trực tiếp** — đây không phải là thiếu lịch sự, mà là sự thật thà:

• **Phản hồi** thường trực tiếp: "Das war nicht gut" (Điều đó không tốt) có nghĩa chính xác như vậy

• **Nói không** được chấp nhận — người ta mong đợi một câu trả lời trung thực

• **Smalltalk** ít phổ biến hơn so với nhiều nền văn hóa khác

Ehrenamt — giúp đỡ tình nguyện

Ehrenamt (công tác tình nguyện không được trả lương) được đánh giá cao ở Đức:

• **30 triệu** người Đức tham gia vào công tác tình nguyện

• Lĩnh vực: Giúp đỡ người tị nạn, Verein thể thao, Lính cứu hỏa, Hướng dẫn kèm, Bảo vệ động vật, Môi trường

• **Lợi ích cho bạn:** Luyện tập tiếng Đức, Kết nối, Tích lũy kinh nghiệm, Nâng cao hồ sơ

Làm thế nào để tìm một Ehrenamt?

• **Freiwilligenagenturen** — ở mỗi thành phố lớn

• **ehrenamt-deutschland.org** — Công cụ tìm kiếm các hoạt động tình nguyện

• **Caritas, DRK, AWO, Diakonie** — luôn tìm kiếm những người tình nguyện

• **Flüchtlingsinitiativen** — Bạn có thể giúp những người mới nhập cư khác (làm phiên dịch, đi kèm)

Hàng xóm

Hàng xóm tốt làm cuộc sống dễ dàng hơn rất nhiều:

Chuyển nhà — những bước đầu tiên

1. Chào hàng xóm — bấm chuông ở hàng xóm trực tiếp và giới thiệu bản thân

2. Quà tặng nhỏ — một tờ giấy trong hộp thư hoặc một gói bánh quy khi bấm chuông

3. Giới thiệu trẻ em — Trẻ em hàng xóm thường là những người liên lạc nhanh nhất

Trong đời sống hàng ngày

• **Chào hỏi** — luôn nói "Hallo" hoặc "Guten Tag"

• **Tôn trọng** — Âm lượng, Phân loại rác, Tuần lau dọn

• **Đề nghị giúp đỡ** — Nhận gói hàng, Giúp đỡ khi có vấn đề

• **Khi xung đột:** Nói cách bình tĩnh, không để nó leo thang

Các thủ tục hành chính

Migrationsberatung (MBE)

Tư vấn miễn phí cho người nhập cư lớn tuổi (từ 27 tuổi trở lên):

• **Caritas, AWO, DRK, Diakonie, Paritätischer Wohlfahrtsverband**

• Giúp đỡ với các cơ quan, tìm kiếm công việc, các khóa học ngôn ngữ, tìm kiếm nhà ở

• Có sẵn bằng nhiều ngôn ngữ

• Tìm địa chỉ: bamf.de → Migrationsberatung

Jugendmigrationsdienst (JMD)

Cho **những người nhập cư trẻ dưới 27 tuổi**:

• Tư vấn về đào tạo, trường học, khóa học ngôn ngữ

• Hướng dẫn và các chương trình nhóm

• www.jugendmigrationsdienste.de

Ngày lễ và truyền thống

Ngày lễ chính thức (toàn quốc)

Ngày	Ngày lễ
1. Tháng 1	**Năm mới**
Thay đổi (Tháng 3/4)	**Ngày Thứ Sáu Thánh**
Thay đổi (Tháng 3/4)	**Thứ Hai Phục sinh**
1. Tháng 5	**Ngày Lao động**
Thay đổi (Tháng 5/6)	**Christi Himmelfahrt** (cũng gọi là "Ngày Cha")
Thay đổi (Tháng 5/6)	**Thứ Hai Pentecost**
3. Tháng 10	**Ngày Thống nhất Đức** (Ngày lễ quốc gia)
25. Tháng 12	**Lễ Giáng sinh thứ nhất**
26. Tháng 12	**Lễ Giáng sinh thứ hai**

Ngày lễ khu vực: ví dụ: Epiphany (6.1., Bayern/BW/ST), Reformation Day (31.10., các bang phía bắc và phía đông), All Saints' Day (1.11., các bang công giáo)

Truyền thống để tham gia

- **Karneval/Fasching** (Tháng 2) — Hóa trang, Diễu hành (Cologne, Düsseldorf, Mainz)
- **Phục sinh** (Tháng 3/4) — Tìm trứng, Bữa ăn gia đình
- **Oktoberfest** (Tháng 9/10) — Lễ hội dân gian ở Munich (và khắp nơi)
- **Chợ Giáng sinh** (Tháng 12) — Vin nóng, Xúc xích nướng, Quà tặng
- **Đêm Giao thừa** (31. Tháng 12) — Pháo hoa, Raclette, "Dinner for One"

10 quy tắc vàng cho Integration

1. Học tiếng Đức — chìa khóa quan trọng nhất

2. Tham gia Verein — Thể thao, Âm nhạc, Ehrenamt

3. Chào hàng xóm — một "Hallo" mở cửa

4. Tôn trọng quy tắc — Phân loại rác, Thời gian yên tĩnh, Tính đúng giờ

5. Cởi mở — với những trải nghiệm, mọi người và ý tưởng mới

6. Nuôi dưỡng văn hóa riêng — Integration không có nghĩa từ bỏ bản thân

7. Chấp nhận sự giúp đỡ — Migrationsberatung, Khóa học ngôn ngữ, Tình nguyện viên

8. Có kiên nhẫn — Integration cần thời gian (5–10 năm là bình thường)

9. Hỗ trợ trẻ em — Mầm non, Verein, Giáo dục học đường

10. Luôn lạc quan — Những thất bại là một phần. Đừng bỏ cuộc!