Willkommensguide für Deutschland

ለጀርመን የእንኳን ደህና መጡ መመሪያ · München im Detail

👋 Ich bin gerade angekommen

አሁን ደረስኩ

I just arrived · You are not alone

አሁን ደረሱ? ዋናው ነገር ደረጃ በደረጃ ይኸውና። ብቻዎን አይደሉም።

Gerade angekommen? Hier ist das Wichtigste, Schritt für Schritt. Du bist nicht allein.

Just arrived? Here is the essential, step by step. You are not alone.

1 ⚖️ Asyl beantragen · ጥገኝነት ይጠይቁ

ጥበቃ ይፈልጋሉ? በመላው ጀርመን ለፖሊስ፣ ለመቀበያ ማዕከል ወይም ለBAMF ማመልከት ይችላሉ። በሙኒክ፦ የመድረሻ ማዕከል (ANKER)፣ Garmischer Str. 2–12። ቀንና ሌሊት መሄድ ይችላሉ። ይመዘገባሉ፣ የጤና ምርመራ ይደረግልዎታል፣ ከBAMF ጋር ቀጠሮ ያገኛሉ።

Du brauchst Schutz? Melde dich bei der Polizei, einer Aufnahmeeinrichtung oder dem BAMF (in ganz Deutschland möglich). In München: Ankunftszentrum (ANKER), Garmischer Str. 2–12. Tag und Nacht möglich. Du wirst registriert, medizinisch untersucht und bekommst einen Termin beim BAMF.

Need protection? You can report to the police, a reception centre or the BAMF anywhere in Germany. In Munich: arrival centre (ANKER), Garmischer Str. 2–12. Open day and night. You are registered, get a health check and a BAMF appointment.

2 🏠 Unterkunft · መጠለያ

በመድረሻ ማዕከሉ መጠለያና ምግብ ያገኛሉ። ጥገኝነት ካልጠየቁና የሚተኙበት ከሌለዎት «Zentrale Wohnungslosenhilfe» ያነጋግሩ።

Im Ankunftszentrum bekommst du Unterkunft und Essen. Wenn du keinen Asylantrag stellst und nirgends schlafen kannst: Zentrale Wohnungslosenhilfe.

The arrival centre provides housing and food. If you are not applying for asylum and have nowhere to sleep: Central Homeless Aid.

3 ⚕️ Gesundheit · ጤና

ታመዋል? በአደጋ ጊዜ 112 ይደውሉ። ኢንሹራንስ ለሌላቸው ነፃና ስም-አልባ ሐኪሞች አሉ፦ open.med እና Malteser።

Krank? Im Notfall 112. Kostenlose, anonyme Ärzte ohne Versicherung: open.med und Malteser.

Sick? In an emergency call 112. Free, anonymous doctors without insurance: open.med and Malteser.

4 📄 Kostenlose Rechtsberatung · ነፃ የሕግ ምክር

ደብዳቤ ከBAMF ወይም ከፍርድ ቤት ከደረስዎት የጊዜ ገደቡ ከማለፉ በፊት ወዲያውኑ የሕግ ምክር ይጠይቁ።

Hast du einen Brief vom BAMF oder Gericht? Hol dir sofort Rechtsberatung, bevor eine Frist abläuft.

Got a letter from the BAMF or a court? Get legal advice immediately, before a deadline runs out.

5

Notfall · አደጋ

ለሕይወት አስጊ ሁኔታ? 112 (አምቡላንስ/እሳት) ወይም 110 (ፖሊስ) ይደውሉ። ነፃ ነው።

Lebensgefahr? Ruf 112 (Rettung/Feuerwehr) oder 110 (Polizei). Kostenlos.

Life in danger? Call 112 (ambulance/fire) or 110 (police). Free.

6

Hilfe in deiner Sprache · በቋንቋዎ እገዛ

የአማራ ማኅበር በጀርመን (VAD) ሊረዳዎት ይችላል።

Die Vereinigung der Amhara in Deutschland (VAD e. V.) kann dir helfen.

The Amhara Association in Germany (VAD e.V.) can help you.

❓ Was tun, wenn …

ምን ላድርግ…

What if…

ሁኔታዎን ያግኙ። ወደ ትክክለኛው ገጽ ለመሄድ ይንኩ።

Finde deine Situation. Tippe, um zur richtigen Seite zu gehen.

Find your situation. Tap to go to the right page.

⚖️ Ich will Asyl beantragen

ጥገኝነት መጠየቅ እፈልጋለሁ

I want to apply for asylum

🏠 Ich habe keinen Schlafplatz

የምተኛበት የለኝም

I have nowhere to sleep

⚕️ Ich bin krank

ታምሚያለሁ

I am sick

🆘 Es ist ein Notfall

አደጋ ነው

It's an emergency

📄 Ich brauche Rechtshilfe

የሕግ እገዛ እፈልጋለሁ

I need legal help

🍞 Ich brauche Essen oder Kleidung

ምግብ ወይም ልብስ እፈልጋለሁ

I need food or clothes

👩 Ich erlebe Gewalt (Frau)

ጥቃት እየደረሰብኝ ነው (ሴት)

I am experiencing violence (woman)

🤝 Ich brauche Hilfe in meiner Sprache

በቋንቋዬ እገዛ እፈልጋለሁ

I need help in my language

Notrufnummern

የአደጋ ጊዜ ቁጥሮች

Emergency numbers

እነዚህ ቁጥሮች ከመላው ጀርመን ይሰራሉ። ለመደወል ይጎኩ።

Diese Nummern gelten in ganz Deutschland. Zum Anrufen antippen.

These numbers work all over Germany. Tap to call.

112

Notruf: Rettung / Feuerwehr

አምቡላንስ / አሳት አደጋ

110

Polizei

ፖሊስ

116 117

Ärztlicher Bereitschaftsdienst (nicht lebensbedrohlich)

የሐኪም ተረኛ አገልግሎት (ለሕይወት አስጊ ካልሆነ)

116 016

Hilfetelefon: Gewalt gegen Frauen (24 h, anonym, viele Sprachen)

በሴቶች ላይ ለሚደርስ ጥቃት የስልክ አርዳታ (24 ሰዓት፣ ስም-አልባ)

116 111

Nummer gegen Kummer (Kinder & Jugendliche, Mo–Sa 14–20 Uhr)

ለልጆችና ወጣቶች (ሰኞ–ቅዳሜ 14–20 ሰዓት)

0800 111 0 111

Telefonseelsorge (24 h, kostenlos)

የስሜት ድጋፍ (24 ሰዓት፣ ነፃ)

0800 111 0 222

Telefonseelsorge (24 h, kostenlos)

የስሜት ድጋፍ (24 ሰዓት፣ ነፃ)

116 006

Opfer-Telefon (Weißer Ring, täglich 7–22 Uhr)

ለወንጀል ተጎጂዎች (በየቀኑ 7–22 ሰዓት)

Bei Lebensgefahr immer zuerst **112**. Die Hotlines sprechen Deutsch und teilweise andere Sprachen; Amharisch ist nicht bestätigt.

ለሕይወት አስጊ ከሆነ መጀመሪያ ሁልጊዜ 112 ይደውሉ። የስልክ መስመሮቹ ጀርመንኛ እና ሌሎች ቋንቋዎች ይናገራሉ፤ አማርኛ አልተረጋገጠም።

Ganz Deutschland

መላው ጀርመን

All of Germany

እነዚህ መረጃዎች ለመላው ጀርመን ይሠራሉ። ዝርዝሮች በክልሉ ይለያያሉ። ሙኒክ በዝርዝር ከታች አለ።

Diese Hinweise gelten in ganz Deutschland. Einzelheiten unterscheiden sich je nach Bundesland. München findest du unten im Detail.

These notes apply across Germany. Details differ by federal state. Munich is covered in detail below.

So läuft das Asylverfahren (seit 12. Juni 2026, EU-Asylreform GEAS): 1) Du meldest dich bei Polizei, Ausländerbehörde, BAMF oder einer Aufnahmeeinrichtung. 2) Du wirst in einer Aufnahmeeinrichtung persönlich registriert, umgehend, in der Regel innerhalb von 5 Tagen. Das Bundesland wird dir in der Regel zugewiesen. 3) Das BAMF gibt dir innerhalb von 21 Tagen einen Termin, um den Antrag einzureichen. Du musst persönlich kommen. Dolmetscher für die Anhörung sind kostenlos. Wer den BAMF-Termin ohne guten Grund versäumt, dessen Antrag gilt als zurückgenommen.

የጥገኝነት ሂደት (ከጁን 12 ቀን 2026 እ.ኤ.አ. ጀምሮ፣ የአውሮጳ ሕብረት የጥገኝነት ማሻሻያ)፦ 1) ለፖሊስ፣ ለውጭ ዜጎች ጽ/ቤት፣ ለBAMF ወይም ለመቀበያ ማዕከል ይናገሩ። 2) በመቀበያ ማዕከል በአካል ይመዘገባሉ፣ ወዲያውኑ፣ በአብዛኛው በ5 ቀን ውስጥ። ክልሉ በአብዛኛው ይመደብልዎታል። 3) BAMF ማመልከቻውን ለማስገባት በ21 ቀን ውስጥ ቀጠሮ ይሰጥዎታል። በአካል መሄድ አለብዎት። ለቃለ መጠይቁ አስተርጓሚ ነፃ ነው። የBAMF ቀጠሮን ያለ በቂ ምክንያት ካመለጡ ማመልከቻዎ እንደተነሳ ይቆጠራል።

How the asylum procedure works (since 12 June 2026, EU asylum reform): 1) Tell the police, immigration office, BAMF or a reception centre. 2) You are registered in person at a reception centre, immediately, usually within 5 days. The federal state is usually assigned to you. 3) The BAMF gives you an appointment within 21 days to file the application. You must attend in person. Interpreters at the hearing are free. If you miss the BAMF appointment without good reason, your application counts as withdrawn.

⏰ **Fristen sind sehr kurz:** Gegen eine Ablehnung musst du je nach Entscheidung innerhalb von 1 oder 2 Wochen Klage einreichen. Bring den Bescheid sofort zu einer Beratungsstelle.

⏰ **የጊዜ ገደቦች በጣም አጭር ናቸው፦** ውሳኔው ውድቅ ከሆነ እንደ ውሳኔው ዓይነት በ1 ወይም በ2 ሳምንት ውስጥ ክስ ማቅረብ አለብዎት። ደብዳቤውን ወዲያውኑ ወደ ምክር ማዕከል ይውሰዱ።

⏰ **Deadlines are very short:** against a rejection you must file a court appeal within 1 or 2 weeks, depending on the decision. Take the letter to a counselling centre at once.

Wohnen: In der Erstaufnahme musst du bis zu 18 Monate wohnen, Familien mit minderjährigen Kindern bis zu 6 Monate. Du darfst den Bezirk, dem du zugewiesen wirst, nicht ohne Erlaubnis verlassen und nicht selbst in ein anderes Bundesland ziehen. Das erste Mal kann ein Bußgeld bis 3.000 € kosten, bei Wiederholung droht eine Strafe, und das Sozialamt zahlt dir nur die Rückreise. Frag schriftlich um Erlaubnis.

መኖሪያ፦ በመጀመሪያ መቀበያ ማዕከል እስከ 18 ወር መኖር አለብዎት፤ ከ18 ዓመት በታች ልጆች ያሏቸው ቤተሰቦች እስከ 6 ወር። ለተመደቡበት አውራጃ ያለ ፈቃድ መውጣት ወይም ወደ ሌላ ክልል መዛወር አይችሉም። ለመጀመሪያ ጊዜ እስከ 3,000 ዩሮ ቅጣት፣ ከደገሙ የወንጀል ቅጣት ሊኖር ይችላል። በጽሑፍ ፈቃድ ይጠይቁ።

Housing: you must stay in the first reception centre for up to 18 months, families with minor children up to 6 months. You may not leave the district you are assigned to, or move to another state on your own, without permission. A first offence can cost a fine of up to €3,000, repeated breaches can be punished as a crime, and the social office will only pay your journey back. Ask for permission in writing.

Arbeit: Frühestens 3 Monate nach der Registrierung deines Asylantrags kannst du eine Arbeitserlaubnis bekommen, auch in der Aufnahmeeinrichtung. Du musst sie bei der Ausländerbehörde beantragen; oft muss die Arbeitsagentur zustimmen. Keine Erlaubnis gibt es im beschleunigten Verfahren, bei Dublin-Fällen erst nach 6 Monaten, und in der Regel nicht, wenn du bei Pflichten nicht mitwirkst. Äthiopien steht nicht auf der nationalen Liste sicherer Herkunftsstaaten.

ሥራ፦ የጥገኝነት ማመልከቻዎ ከተመዘገበ ቢያንስ ከ3 ወር በኋላ የሥራ ፈቃድ ማግኘት ይችላሉ፤ ከውጭ ዜጎች ጽ/ቤት መጠየቅ አለብዎት። በፈጣን ሂደት ፈቃድ አይሰጥም፤ በዱብሊን ጉዳይ 6 ወር ይጠብቃሉ፤ ግዴታዎን ካልተወጡ በአብዛኛው አይሰጥም። ኢትዮጵያ በአስተማማኝ የትውልድ አገሮች ብሔራዊ ዝርዝር ውስጥ የለችም።

Work: the earliest you can get a work permit is 3 months after your asylum application is registered, also in a reception centre. You must apply to the immigration office; the employment agency often has to agree. No permit in the accelerated procedure, 6 months in Dublin cases, and usually none if you do not cooperate. Ethiopia is not on the national safe-country list.

Geld: Der Regelsatz 2026 beträgt 455 € pro Monat für Alleinstehende in einer Wohnung, ohne Miete und Heizung, die extra gezahlt werden (ein Teil kann als Sachleistung kommen). Die Bezahlkarte und die Bargeldgrenze sind je Bundesland verschieden: In den meisten Ländern 50 € Bargeld pro Person und Monat (u. a. Hessen, Bayern, Baden-Württemberg, Sachsen, NRW in Landeseinrichtungen; Kommunen können abweichen, z. B. Düsseldorf). Rheinland-Pfalz empfiehlt 130 €. In Berlin ist die Grenze seit November 2026 bis auf Weiteres ausgesetzt. In der Erstaufnahme bekommst du Unterkunft und Essen als Sachleistung und nur Taschengeld (182 € für Erwachsene). Frag das Sozialamt schriftlich nach einer Ausnahme, wenn du mehr Bargeld brauchst.

ገንዘብ፦ የ2026 መደበኛ ድጎማ ለአንድ ሰው በአፓርታማ በወር 455 ዩሮ ነው፣ ኪራይና ማሞቂያ ሳይጨምር (እነሱ ለብቻ ይከፈላሉ) (የተወሰነው በዕቃ ሊሰጥ ይችላል)። በመጀመሪያ መቀበያ ማዕከል ለአዋቂ የኪስ ገንዘብ 182 ዩሮ ነው። የክፍያ ካርድና የጥሬ ገንዘብ ወሰን በክልል ይለያያል፦ በአብዛኞቹ ክልሎች (ሄሰን፣ ባቫሪያ፣ ባደን-ቩርተምበርግ፣ ሳክሶኒ፣ NRW) በወር 50 ዩሮ ጥሬ ገንዘብ፤ ራይንላንድ-ፕፋልትስ 130 ዩሮ ይመክራል፤ በርሊን ከኖቬምበር 2026 እ.ኤ.አ. ጀምሮ ወሰኑ ለጊዜው ታግዷል።

Money: the 2026 standard rate is €455 per month for a single adult in a flat, not including rent and heating, which are paid separately (part may be given in kind). The payment card and cash limit differ by state: in most states €50 cash per person per month (incl. Hesse, Bavaria, Baden-Württemberg, Saxony, NRW state centres; municipalities may differ, e.g. Düsseldorf). Rhineland-Palatinate recommends €130. In Berlin the limit has been suspended since November 2026. In a first-reception centre housing and food come in kind and you get only pocket money (€182 for an adult). Ask the social office in writing for an exception if you need more cash.

Gesundheit: In den ersten 36 Monaten bekommst du Behandlung bei akuten Krankheiten und Schmerzen, Medikamente, Schwangerschafts- und Geburtsbetreuung und empfohlene Impfungen. In manchen Ländern gibt es eine Gesundheitskarte (z. B. Berlin, Bremen, Hamburg, Schleswig-Holstein, Thüringen; in NRW nur in Gemeinden, die mitmachen), sonst brauchst du einen Behandlungsschein vom Sozialamt.

ጤና፦ በመጀመሪያዎቹ 36 ወራት አጣዳፊ በሽታና ሕመም ሕክምና፣ መድኃኒት፣ የእርግዝናና የወሊድ እንክብካቤ እና የሚመከሩ ክትባቶች ያገኛሉ። በአንዳንድ ክልሎች የጤና ካርድ አለ (ለምሳሌ በርሊን፣ ብሬመን፣ ሃምቡርግ፣ ሽለስቪ-ሆልሽታይን፣ ቱሪንጊያ፤ በኖርዝራይን-ዌስትፋሊያ በተሳተፉ ማዘጋጃ ቤቶች ብቻ)፤ ካልሆነ ከማኅበራዊ ጽ/ቤት የሕክምና ወረቀት ያስፈልግዎታል።

Health: in the first 36 months you get treatment for acute illness and pain, medicines, pregnancy and birth care and recommended vaccinations. Some states have a health card (e.g. Berlin, Bremen, Hamburg, Schleswig-Holstein, Thuringia; in NRW only in municipalities that take part), otherwise you need a treatment voucher from the social office.

Schule: Wann die Schulpflicht beginnt, hängt vom Bundesland ab. Frag in der Unterkunft oder bei der Beratung nach dem Schulbesuch deiner Kinder. **Integrationskurse** sind für Asylsuchende derzeit nur im Einzelfall möglich; stattdessen gibt es kürzere Erstorientierungskurse.

ትምህርት፦ የትምህርት ግዴታ መቼ እንደሚጀምር በክልሉ ይወሰናል። ስለ ልጆችዎ ትምህርት በመኖሪያው ወይም በምክር ማዕከል ይጠይቁ። የውህደት ኮርሶች ለጥገኝነት ጠያቂዎች አሁን በግለሰብ ሁኔታ ብቻ ይቻላሉ፤ በምትኩ አጭር የመጀመሪያ ኦሪየንቴሽን ኮርሶች አሉ።

School: when compulsory schooling starts depends on the state. Ask at your accommodation or at a counselling centre about school for your children. **Integration courses** are currently possible only case by case for asylum seekers; shorter orientation courses exist instead.

Unabhängige Asylverfahrensberatung

Beratung · ምክር

Kostenlose, behördenunabhängige Beratung zum Asylverfahren an rund 210 Orten. Die Finanzierung ab 2027 ist noch nicht sicher. Such eine Beratungsstelle über den Flüchtlingsrat deines Landes, Caritas oder Diakonie. Das BAMF bietet außerdem kostenlose Gruppeninformationen an (keine Einzelfallprüfung).

ነፃ፣ ከመንግሥት ነፃ የሆነ የጥገኝነት ሂደት ምክር በ210 ያህል ቦታዎች። ከ2027 ጀምሮ የገንዘብ ድጋፉ አልተረጋገጠም። በክልልዎ የስደተኞች ምክር ቤት፣ በካሪታስ ወይም በዲያኮኒ በኩል ማዕከል ይፈልጉ። BAMF ነፃ የቡድን መረጃም ይሰጣል (የግለሰብ ጉዳይ አይመረምርም)።

Free, authority-independent advice on the asylum procedure at about 210 places. Funding from 2027 is not yet secure. Find a centre through your state refugee council, Caritas or Diakonie. The BAMF also gives free group information (no individual case review).

🔗 asyl.net

Flüchtlingsräte der Länder · የክልሎች የስደተኞች ምክር ቤቶች · Refugee councils by state
Baden-Württemberg · Bayern · Berlin · Brandenburg · Bremen · Hamburg · Hessen · Mecklenburg-Vorpommern · Niedersachsen · Nordrhein-Westfalen · Rheinland-Pfalz (Arbeitskreis Asyl) · Saarland · Sachsen · Sachsen-Anhalt · Schleswig-Holstein · Thüringen

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

Frauen · ሴቶች

Kostenlos, anonym, 24 Stunden, auch per Chat und E-Mail. Dolmetscher u. a. für Arabisch, Farsi, Türkisch, Russisch, Englisch, Französisch. Amharisch ist nach unserer Prüfung nicht aufgeführt; Englisch hilft oft.

ነፃ፣ ስም-አልባ፣ 24 ሰዓት፣ በውይይትና በኢሜይልም። አስተርጓሚ ለአረብኛ፣ ፋርሲ፣ ቱርክኛ፣ ሩሲያኛ፣ እንግሊዝኛ፣ ፈረንሳይኛ ወዘተ። አማርኛ አይሰጥም፤ እንግሊዝኛ ብዙ ጊዜ ይረዳል።

Free, anonymous, 24 hours, also by chat and e-mail. Interpreters for Arabic, Farsi, Turkish, Russian, English, French and more. Amharic is not offered; English often helps.

📞 116 016

Hilfetelefon Schwangere in Not

Schwangerschaft · እርግዝና

Kostenlos, rund um die Uhr, in 19 Sprachen (Amharisch nicht dabei).

ነፃ፣ ቀንና ሌሊት (24 ሰዓት)፣ በ19 ቋንቋዎች (አማርኛ የለም)።

Free, around the clock, in 19 languages (Amharic not included).

📞 0800 40 40 020

Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117

Medizin · ሕክምና

Für dringende, nicht lebensbedrohliche Probleme, 24 Stunden. Das Telefon ist nur auf Deutsch; die Website hat eine Suche nach englischsprachigen Praxen. Bei Lebensgefahr: 112.

አስቸኳይ ግን ለሕይወት አስጊ ላልሆነ፣ 24 ሰዓት። ስልኩ በጀርመንኛ ብቻ ነው። ለሕይወት አስጊ ከሆነ 112።

For urgent but not life-threatening problems, 24 hours. The phone line is German only; the website has a finder for English-speaking practices. Life in danger: 112.

📞 116117

Medibüro / Medinetz (ohne Papiere, ohne Versicherung)

Medizin · ሕክምና

Ehrenamtliche Gruppen in rund 40 Städten vermitteln anonyme medizinische Hilfe. Die Liste mit den Webseiten jeder Gruppe steht hier.

በ40 ያህል ከተሞች ያሉ በጎ ፈቃደኛ ቡድኖች ስም-አልባ የሕክምና እርዳታ ያገናኛሉ። የእያንዳንዱ ቡድን ድረ-ገጽ ዝርዝር እዚህ አለ።

Volunteer groups in about 40 cities arrange anonymous medical help. The list with each group's website is here.

🔗 medibueros.org

Ärzte der Welt · open.med (weitere Städte)

Medizin · ሕክምና

Kostenlose, anonyme Sprechstunde ohne Anmeldung. Berlin 030 20 60 696 00 (Mo 11–15, Mi 14–18) · Hamburg 040 75 66 64 01 (Di 9–12) · Stuttgart 0711 520 45 45 13 · Magdeburg 0157 850 40 315. Vorher anrufen.

ነፃ፣ ስም-አልባ፣ ያለ ቀጠሮ። በርሊን፣ ሃምቡርግ፣ ሽቱትጋርት፣ ማግደቡርግ (ቁጥሮቹ በጀርመንኛው ጽሑፍ)። አስቀድመው ይደውሉ።

Free, anonymous walk-in clinic. Berlin, Hamburg, Stuttgart, Magdeburg (numbers in the German text). Call first.

Malteser Migranten Medizin

Medizin · ሕክምና

Erste Untersuchung in der Regel kostenlos, anonym, an 21 Standorten (u. a. Berlin, Hamburg, Frankfurt, Köln, Stuttgart, München). Prüfe beim örtlichen Standort, ob du behandelt wirst.

የመጀመሪያ ምርመራ በአብዛኛው ነፃና ስም-አልባ፣ በ21 ቦታዎች። በአካባቢዎ ያለው ማዕከል እንደሚያክምዎ ያረጋግጡ።

First examination usually free and anonymous, at 21 sites (incl. Berlin, Hamburg, Frankfurt, Köln, Stuttgart, München). Check with your local site whether you will be treated.

🔗 malteser.de

Psychosoziale Zentren (BAfF)

Psyche · አእምሮ

Hilfe für Menschen mit Folter- und Fluchterfahrung in 48 Zentren, mit Dolmetschern. Ob die Hilfe kostenlos ist, bitte beim Zentrum erfragen.

ለማሰቃየትና ስደት ላጋጠማቸው በ48 ማዕከላት እርዳታ፣ ከአስተርጓሚ ጋር። ነፃ መሆኑን በማዕከሉ ይጠይቁ።

Help for people with torture and flight experiences at 48 centres, with interpreters. Ask the centre whether the help is free.

baff-zentren.org

Frauenhaus-Suche

Frauen · ሴቶች

Zeigt anonym, welche Frauenhäuser in Deutschland freie Plätze haben.

በጀርመን የትኞቹ የሴቶች መጠለያዎች ቦታ እንዳላቸው ስም-አልባ ያሳያል።

Shows anonymously which women's shelters in Germany have free places.

frauenhaus-suche.de

Tafel-Suche

Essen · ምግብ

Lebensmittel für Menschen mit wenig Geld. Gib deine Postleitzahl ein. Meist brauchst du einen Nachweis (z. B. den Bescheid über Leistungen).

ገንዘብ ለሌላቸው ምግብ። የፖስታ ኮድዎን ያስገቡ። በአብዛኛው ማረጋገጫ ያስፈልጋል።

Food for people with little money. Enter your postcode. You usually need proof (e.g. your benefits notice).

tafel.de

Kleiderkammern (DRK)

Kleidung · ልብስ

Kleidung kostenlos oder gegen kleine Spende. Suche über deine Postleitzahl.

ልብስ በነፃ ወይም በትንሽ ልገሳ። በፖስታ ኮድዎ ይፈልጉ።

Clothes free or for a small donation. Search by postcode.

drk.de

Bahnhofsmission

Hilfe · እርዳታ

Anlaufstelle an vielen Bahnhöfen für Menschen in Not. Die nächste findest du über die Suche.

በብዙ ባቡር ጣቢያዎች ለችግረኞች የእርዳታ ቦታ። በቅርብ ያለውን በፍለጋው ያግኙ።

Help point at many railway stations for people in need. Find the nearest one with the search.

bahnhofsmission.de

Sprache: Beim Hilfetelefon ist Amharisch nicht dabei (geprüft); bei Handbook Germany und der Ankommen-App haben wir keines gefunden. In der Integreat-App gibt es Amharisch für Nürnberg (nuernberg.de/internet/integration/integreat.html). In Nürnberg nennt die Stadt IMEDANA (für Frauen) und die frauenBeratung als Stellen, die auf Amharisch dolmetschen. In Hessen, NRW, Baden-Württemberg und Sachsen fanden wir keine Stelle, die Amharisch zusagt. Frag in Beratungsstellen nach einem Dolmetscher; Englisch hilft oft.

ቋንቋ፦ በHilfetelefon አማርኛ የለም (ተፈትሿል)፤ በHandbook Germany እና በAnkommen መተግበሪያ አላገኘንም። በIntegreat መተግበሪያ ለኑረምበርግ አማርኛ አለ። በኑረምበርግ ከተማዋ IMEDANA (ለሴቶች) እና frauenBeratung በአማርኛ እንደሚተረጉሙ ትጠቅሳለች። በሄሰን፣ NRW፣ ባደን-ቩርተምበርግና ሳክሶኒ አማርኛ የሚያረጋግጥ ቦታ አላገኘንም። በምክር ማዕከላት አስተርጓሚ ይጠይቁ፤ እንግሊዝኛ ብዙ ጊዜ ይረዳል።

Language: the Hilfetelefon does not offer Amharic (checked); we found none in Handbook Germany or the Ankommen app. The Integreat app has Amharic for Nuremberg. In Nuremberg the city names IMEDANA (for women) and frauenBeratung as services that interpret in Amharic. In Hesse, NRW, Baden-Württemberg and Saxony we found no service that promises Amharic. Ask counselling centres for an interpreter; English often helps.

Städte und Bundesländer

ከተሞችና ክልሎች

Cities and states

ለበርሊን፣ ሃምቡርግ፣ ፍራንክፈርት፣ ኮሎኝ፣ ዱሰልዶርፍ፣ ዶርትሙንድ፣ ቦኩም፣ ካርልስሩሄ፣ ሽቱትጋርት፣ ኑረምበርግ፣ ድሬስደንና ላይፕዚግ እንዲሁም ለሌሎች ክልሎች የመቀበያ መረጃ የተረጋገጡ አድራሻዎች። ከመሄድዎ በፊት ይደውሉ። ለሌሎች ከተሞች የክልልዎን የስደተኞች ምክር ቤት እና የMedibüro ዝርዝር ይጠቀሙ።

Geprüfte Adressen für Berlin, Hamburg, Frankfurt, Köln, Düsseldorf, Dortmund, Bochum, Karlsruhe, Stuttgart, Nürnberg, Dresden und Leipzig (München steht unten) sowie die Aufnahme in den übrigen Bundesländern. Ruf vorher an: Zeiten ändern sich. Für andere Städte nutze den Flüchtlingsrat deines Landes und die Medibüro-Liste.

Checked addresses for Berlin, Hamburg, Frankfurt, Cologne, Düsseldorf, Dortmund, Bochum, Karlsruhe, Stuttgart, Nuremberg, Dresden and Leipzig (Munich is below), plus reception in the other federal states. Call first: hours change. For other cities use your state refugee council and the Medibüro list.

Berlin · Ankunftszentrum (LFU, früher LAF)

Ankunft · መድረሻ

Erste Anlaufstelle für Asylsuchende in Berlin. Öffnungszeiten bitte telefonisch erfragen (berlin.de/lfu).

በበርሊን ለጥገኝነት ጠያቂዎች የመጀመሪያ ቦታ። የሥራ ሰዓቱን በስልክ ይጠይቁ።

First point of contact for asylum seekers in Berlin. Ask for opening hours by phone.

📍 **Oranienburger Str. 285, Haus 2, 13437 Berlin**

📞 030 90225 2302 · 🗺️ Karte · ካርታ

Berlin · Clearingstelle (Berliner Stadtmission)

Medizin · ሕክምና

Beratung für Menschen ohne ausreichende Krankenversicherung, anonym auf Wunsch. Sprachen u. a. Deutsch, Englisch, Französisch, Türkisch, Russisch (Amharisch nicht aufgeführt). Telefon: Mo, Do 14–16 · Di 10–16 · Fr 10–14 Uhr. Ohne Termin: Mo 10–12:30 · Mi 13–16:30 · Do 10–12:30 Uhr.

ሙሉ የጤና ኢንሹራንስ ለሌላቸው ምክር፣ በጥያቄ ስም-አልባ። ቋንቋዎች፦ ጀርመንኛ፣ እንግሊዝኛ፣ ፈረንሳይኛ፣ ቱርክኛ፣ ሩሲያኛ (አማርኛ አልተዘረዘረም)። ሰዓቶች በጀርመንኛው ጽሑፍ።

Advice for people without adequate health insurance, anonymous on request. Languages incl. German, English, French, Turkish, Russian (Amharic not listed). Hours in the German text.

📍 **Zinzendorfstr. 18, 10555 Berlin**

📞 030 690 33 5972 · 🗺️ Karte · ካርታ

Berlin · Medibüro

Medizin · ሕክምና

Vermittelt kostenlose, anonyme Behandlung für Menschen ohne Papiere und ohne Versicherung. Büro: Montag nachmittags (Zeit vorher prüfen).

ወረቀት ለሌላቸውና ኢንሹራንስ ለሌላቸው ነፃና ስም-አልባ ሕክምና ያገናኛል። ቢሮ፦ ሰኞ ከሰዓት (ሰዓቱን አስቀድመው ያረጋግጡ)።

Arranges free, anonymous treatment for people without papers and insurance. Office: Monday afternoons (check the time first).

📍 **Gneisenaustr. 2a, 10961 Berlin**

📞 030 694 674 6 · 🗺️ Karte · ካርታ

Berlin · Malteser Migranten Medizin

Medizin · ሕክምና

Medizinische Hilfe für Menschen ohne Krankenversicherung. Di–Fr 9–14 Uhr.

ኢንሹራንስ ለሌላቸው የሕክምና እርዳታ። ማክሰኞ–ዓርብ 9–14።

Medical help for people without health insurance. Tue–Fri 9–14.

📍 **Aachener Str. 12, 10713 Berlin**

📞 030 82 72 26 00 · 🗺️ Karte · ካርታ

Hamburg · Zentrale Erstaufnahme (ZEA)

Ankunft · መድረሻ

Anmeldung und Verteilung: Bargkoppelweg 66a (ZEA 1). Ärztliche Untersuchung, Leistungen und förmliche Asylantragstellung beim BAMF: Bargkoppelstieg 10–14 (ZEA 2).

ምዝገባና ስርጭት፦ Bargkoppelweg 66a። የሕክምና ምርመራና ድጎማ፦ Bargkoppelstieg 10–14።

Registration and distribution: Bargkoppelweg 66a (ZEA 1). Medical check and benefits: Bargkoppelstieg 10–14 (ZEA 2).

📍 **Bargkoppelweg 66a, 22145 Hamburg**

🗺️ Karte · ካርታ

Hamburg · Flüchtlingszentrum

Beratung · ምክር

Kostenlose Beratung zu Rechten, Arbeit, Deutschkursen und Formularen. Mo, Di, Do, Fr 9–13 · Di, Do 15–17 Uhr und nach Vereinbarung. Sprachen u. a. Arabisch, Dari, Farsi, Englisch, Französisch, Russisch (Amharisch nicht aufgeführt).

ስለ መብቶች፣ ሥራ፣ የጀርመንኛ ኮርስና ቅጾች ነፃ ምክር። ሰዓቶች በጀርመንኛው ጽሑፍ። አማርኛ አልተዘረዘረም።

Free advice on rights, work, German courses and forms. Hours in the German text. Amharic not listed.

📍 **Adenauerallee 10, 20097 Hamburg**

📞 040 284079-0 · 🗺️ Karte · ካርታ

Hamburg · Medibüro

Medizin · ሕክምና

Anonyme medizinische Vermittlung. 1. und 3. Montag im Monat 15–17 Uhr; Anrufbeantworter.

ስም-አልባ የሕክምና ማገናኘት። በወሩ 1ኛና 3ኛ ሰኞ 15–17፤ የስልክ መልስ መስጫ።

Anonymous medical referral. 1st and 3rd Monday of the month 3–5 pm; answering machine.

📍 **Hospitalstr. 109 (c/o Verikom), 22767 Hamburg**

📞 040 238 558 322 · 🗺️ Karte · ካርታ

Hessen · Ankunftszentrum Gießen (RP Gießen)

Ankunft · መድረሻ

Hier laufen in Hessen Registrierung, BAMF-Antrag und Gesundheitsuntersuchung zusammen. Die Straßenangabe wechselt in den Unterlagen. Ruf vorher an und frag nach dem Eingang. Wenn du abends oder am Wochenende ankommst, frag nach dem Nachteingang.

በሄሰን ምዝገባ፣ የBAMF ማመልከቻና የጤና ምርመራ እዚህ ይከናወናሉ። የመንገዱ ስም በሰነዶች ይለያያል። ከመሄድዎ በፊት ይደውሉና መግቢያውን ይጠይቁ።

In Hesse registration, the BAMF application and the health check all happen here. The street name differs between documents. Call first and ask for the entrance.

📞 0641 303-0

Frankfurt · Humanitäre Sprechstunde (Gesundheitsamt)

Medizin · ሕክምና

Kostenlose Ärztin oder Arzt für Menschen ohne Krankenversicherung, anonym auf Wunsch. Erwachsene Mo und Do 8–12 Uhr, Kinder Mi 8–11 Uhr. Termin unter 069 212-45241. Du darfst eine Vertrauensperson zum Übersetzen mitbringen.

ኢንሹራንስ ለሌላቸው ነፃ ሐኪም፣ ከፊለጉ ስም-አልባ። አዋቂዎች ሰኞና ሐሙስ 8–12፣ ሕፃናት ረቡዕ 8–11። ቀጠሮ፦ 069 212-45241። የሚያምኑት ሰው አስተርጓሚ ሆኖ ሊመጣ ይችላል።

Free doctor for people without health insurance, anonymous on request. Adults Mon and Thu 8–12, children Wed 8–11. Appointments: 069 212-45241. You may bring someone you trust to interpret.

📍 **Zeil 5, 60313 Frankfurt am Main**

📞 069 212-45241 · 🗺️ Karte · ካርታ

Frankfurt · Clearingstelle (Gesundheitsamt)

Beratung · ምክር

Beratung, wenn du keine oder unklare Krankenversicherung hast. 2. Stock, im selben Haus wie die Humanitäre Sprechstunde. Öffnungszeiten und Telefon bitte per E-Mail erfragen: clearingstelle.gesundheitsamt@stadt-frankfurt.de.

ኢንሹራንስ ከሌለዎት ወይም ግልጽ ካልሆነ ምክር። 2ኛ ፎቅ፣ ከHumanitäre Sprechstunde ጋር በአንድ ሕንፃ። ሰዓትና ስልክ በኢሜይል ይጠይቁ።

Advice if you have no or unclear health insurance. 2nd floor, same building as the humanitarian consultation. Ask for hours and phone by e-mail.

📍 **Zeil 5, 60313 Frankfurt am Main**

🗺️ Karte · ካርታ

Frankfurt · Psychosoziales Zentrum (IFZ)

Seele · ሥነ-ልቦና

Hilfe bei Folter-, Kriegs- und Fluchterfahrung für Erwachsene in Frankfurt. Mo–Fr 9–17:30 Uhr. Alle Mitarbeitenden sprechen neben Deutsch mindestens eine weitere Sprache; Amharisch ist nicht angegeben.

ለማሰቃየት፣ ጦርነትና ስደት ላጋጠማቸው በፍራንክፈርት ለሚኖሩ አዋቂዎች እርዳታ። ሰኞ–ዓርብ 9–17:30። ሠራተኞቹ ከጀርመንኛ በተጨማሪ ቢያንስ አንድ ሌላ ቋንቋ ይናገራሉ፤ አማርኛ አልተጠቀሰም።

Help for adults in Frankfurt after torture, war or flight. Mon–Fri 9–17:30. All staff speak at least one language besides German; Amharic is not listed.

📍 **Ostendstraße 70, 60314 Frankfurt am Main**

📞 069 9434440 · 🗺️ Karte · ካርታ

Frankfurt · Bahnhofsmission

Essen · ምግብ

Tag und Nacht geöffnet, kostenlos, ohne Termin, vertraulich. Eingang am Gleis 1 des Hauptbahnhofs.

ቀንና ሌሊት ክፍት፣ ነፃ፣ ያለ ቀጠሮ፣ ሚስጥራዊ። መግቢያ በዋናው ጣቢያ በ1ኛ መስመር።

Open day and night, free, no appointment, confidential. Entrance at platform 1 of the main station.

📍 **Mannheimer Str. 4, 60329 Frankfurt am Main**

🗺️ Karte · ካርታ

Frankfurt · Äthiopisch-orthodoxe Gemeinden

Gemeinde · ማኅበረሰብ

St. Mariam (Predigt auf Amharisch), c/o Frauenfriedenskirche, Zeppelinallee 101, Tel. 069 93996864. Medhanealem (Erlöser der Welt), Kruppstraße 134, Tel. 069 42603796. Gottesdienstzeiten vorher erfragen. Weitere Gemeinden gibt es u. a. in Kassel (Amharisch) und Darmstadt.

ቅድስት ማርያም (በአማርኛ ስብከት)፦ Zeppelinallee 101፣ ስልክ 069 93996864። መድኃኔዓለም፦ Kruppstraße 134፣ ስልክ 069 42603796። የአገልግሎት ሰዓት ቀድመው ይጠይቁ። ሌሎች አብያተ ክርስቲያናት በካሰል (በአማርኛ) እና ዳርምሽታት አሉ።

St. Mariam (preaching in Amharic), c/o Frauenfriedenskirche, Zeppelinallee 101, tel. 069 93996864. Medhanealem, Kruppstraße 134, tel. 069 42603796. Ask for service times first. More parishes in Kassel (Amharic) and Darmstadt.

📍 **Zeppelinallee 101, 60487 Frankfurt am Main**

📞 069 93996864 · 🗺️ Karte · ካርታ

NRW · Erstregistrierung: LEA Bochum

Ankunft · መድረሻ

In Nordrhein-Westfalen musst du dich als Asylsuchender persönlich in der LEA Bochum registrieren. Rund um die Uhr geöffnet; Anmeldezeiten sind täglich 8–16 Uhr, auch am Wochenende und an Feiertagen. Bring Pass und alle Papiere mit. In Dortmund, Düsseldorf und Köln gibt es keinen bestätigten Registrierungsort.

በኖርዝራይን-ዌስትፋሊያ ጥገኝነት ጠያቂዎች በቦኩም LEA በአካል መመዝገብ አለባቸው። ቀንና ሌሊት ክፍት (24 ሰዓት) ነው፤ የምዝገባ ሰዓት በየቀኑ ከ8 እስከ 16 ነው፣ ቅዳሜ፣ እሑድና በዓላትም። ፓስፖርትና ሰነዶችን ሁሉ ይያዙ።

In North Rhine-Westphalia asylum seekers must register in person at LEA Bochum. Open around the clock; registration hours are 8–16 every day, also weekends and holidays. Bring your passport and all papers. No registration point is confirmed in Dortmund, Düsseldorf or Cologne.

📍 **Gersteinring 50, 44791 Bochum**

📞 02931 82-6600 · 🗺️ Karte · ካርታ

Köln · Clearingstelle Migration und Gesundheit

Medizin · ሕክምና

Für Menschen ohne Krankenversicherung, auch ohne Aufenthaltspapiere. Kostenlos, anonym, vertraulich. Offene Sprechstunde Mo 9–12:30 und 13–16 Uhr; Di und Do nur mit Termin (Angabe der Stadt, bitte telefonisch bestätigen).

ኢንሹራንስ ለሌላቸው፣ የመኖሪያ ወረቀት ለሌላቸውም። ነፃ፣ ስም-አልባ፣ ሚስጥራዊ። ክፍት ምክር ሰኞ 9–12:30 እና 13–16፤ ማክሰኞና ሐሙስ በቀጠሮ ብቻ (በስልክ ያረጋግጡ)።

For people without health insurance, also without residence papers. Free, anonymous, confidential. Open consultation Mon 9–12:30 and 13–16; Tue and Thu by appointment only (city information, confirm by phone).

📍 **Neumarkt 15–21, 50667 Köln (Gesundheitsamt, Raum 7/8)**

📞 0221 221-24237 · 🗺️ Karte · ካርታ

Köln · Hilfe für Frauen

Frauen · ሴቶች

Notruf für vergewaltigte Frauen: 0221 562 035. agisra, Beratung für Migrantinnen und Geflüchtete in mehreren Sprachen: 0221 124 019 (Salierring 48). Kostenlos, auf Wunsch anonym. Amharisch ist nicht angegeben.

ለተደፈሩ ሴቶች የእስቸኳይ መስመር፦ 0221 562 035። agisra፣ ለስደተኛ ሴቶች በብዙ ቋንቋዎች ምክር፦ 0221 124 019 (Salierring 48)። ነፃ፣ ከፊሊጉ ስም-አልባ። አማርኛ አልተጠቀሰም።

Rape crisis line for women: 0221 562 035. agisra, counselling for migrant and refugee women in several languages: 0221 124 019 (Salierring 48). Free, anonymous on request. Amharic is not listed.

📞 0221 124 019

Düsseldorf · MediNetz und Clearingstelle (STAY!)

Medizin · ሕክምና

Anonymes Ärztenetzwerk für Menschen ohne Papiere. Düsseldorf hat die Bezahlkarte nicht eingeführt (Ratsbeschluss Februar 2025, Stand damals). E-Mail: medinetz@stay-duesseldorf.de.

ወረቀት ለሌላቸው ስም-አልባ የሐኪሞች መረብ። ዱሰልዶርፍ የክፍያ ካርድን አላስተዋወቀችም (የፈቃዱዋሪ 2025 እ.ኤ.አ. ውሳኔ)። ኢሜይል፦ medinetz@stay-duesseldorf.de።

Anonymous doctors' network for people without papers. Düsseldorf has not introduced the payment card (council decision February 2025). E-mail: medinetz@stay-duesseldorf.de.

📍 **Ellerstr. 176, 40227 Düsseldorf**

📞 0211 72139512 · 🗺️ Karte · ካርታ

Dortmund · Clearingstelle und Psychosoziales Zentrum

Medizin · ሕክምና

Clearingstelle (Soziales Zentrum): Westhoffstr. 8–12, Tel. 0231 8403100. Psychosoziales Zentrum der AWO, Lange Str. 44: Anmeldung nur telefonisch, montags 9–12 Uhr, Tel. 0231 880 881-14; mit Dolmetschern.

Clearingstelle፦ Westhoffstr. 8–12፣ ስልክ 0231 8403100። የAWO ሥነ-ልቦና ማዕከል፣ Lange Str. 44፦ ምዝገባ በስልክ ብቻ፣ ሰኞ 9–12፣ ስልክ 0231 880 881-14፤ ከአስተርጓሚ ጋር።

Clearing office (Soziales Zentrum): Westhoffstr. 8–12, tel. 0231 8403100. AWO psychosocial centre, Lange Str. 44: registration by phone only, Mondays 9–12, tel. 0231 880 881-14; with interpreters.

📍 **Westhoffstr. 8–12, 44145 Dortmund**

📞 0231 8403100 · 🗺️ Karte · ካርታ

Bochum · Medizinische Flüchtlingshilfe (MFH)

Medizin · ሕክምና

Vermittelt kostenlose, anonyme ärztliche Hilfe. Neue Hilfesuchende: Di und Do 14–16 Uhr unter 0234 973 533 94. Psychotherapie-Beratung Di 14–15 Uhr: 0234 913 87 43. Frag, ob du ohne Aufenthaltspapiere kommen kannst.

ነፃና ስም-አልባ የሕክምና እርዳታ ያገናኛል። አዲስ ጠያቂዎች፦ ማክሰኞና ሐሙስ 14–16፣ ስልክ 0234 973 533 94። የሥነ-ልቦና ሕክምና ምክር ማክሰኞ 14–15፦ 0234 913 87 43።

Arranges free, anonymous medical help. New clients: Tue and Thu 14–16 on 0234 973 533 94. Psychotherapy consultation Tue 14–15: 0234 913 87 43. Ask whether you can come without residence papers.

📍 **Glockengarten 1, 44803 Bochum**

📞 0234 904 1380 · 🗺️ Karte · ካርታ

NRW · Frauenhäuser Düsseldorf und Dortmund

Frauen · ሴቶች

Düsseldorf, AWO Internationales Frauenhaus (Adresse geheim), Notruf Tag und Nacht: 0211 6588484. Dortmund, Frauenhaus (Adresse geheim): 0231 80 00 81. Bei Gefahr: Polizei 110.

ዱሰልዶርፍ፣ AWO ዓለም አቀፍ የሴቶች መጠለያ (አድራሻ ሚስጥር)፣ ቀንና ሌሊት፦ 0211 6588484። ዶርትሙንድ፣ የሴቶች መጠለያ (አድራሻ ሚስጥር)፦ 0231 80 00 81። አደጋ ካለ ፖሊስ 110።

Düsseldorf, AWO International Women's Shelter (address secret), emergency line day and night: 0211 6588484. Dortmund, women's shelter (address secret): 0231 80 00 81. In danger: police 110.

📞 0211 6588484

Baden-Württemberg · Erstaufnahme: LEA Karlsruhe

Ankunft · መድረሻ

Wichtigste Anlaufstelle für Neuankömmlinge in Baden-Württemberg, rund um die Uhr geöffnet. Am Tor bekommst du Übernachtung, Essen und ärztliche Hilfe. Am nächsten Werktag folgen Fotos, Fingerabdrücke und der Termin beim BAMF. Das System kann dich in ein anderes Bundesland schicken (die Fahrkarte wird gegeben). Weitere Standorte: Sigmaringen (Binger Str. 28, Tel. 07571 731726-199), Ellwangen und Freiburg.

በባደን-ቩርተምበርግ ለአዲስ መጪዎች ዋናው ቦታ፣ ቀንና ሌሊት ክፍት (24 ሰዓት)። በበሩ መኝታ፣ ምግብና የሕክምና እርዳታ ያገኛሉ። በሚቀጥለው የሥራ ቀን ፎቶ፣ የጣት አሻራና የBAMF ቀጠሮ ይኖራል። ሥርዓቱ ወደ ሌላ ክልል ሊልክዎ ይችላል (የባቡር ትኬት ይሰጣል)። ሌሎች ቦታዎች፦ ዚግማሪንገን፣ ኤልቨንገን፣ ፍራይቡርግ።

Main arrival point in Baden-Württemberg, open around the clock. At the gate you get a place to sleep, food and medical help. The next working day: photos, fingerprints and your BAMF appointment. The system may send you to another state (the train ticket is provided). Other sites: Sigmaringen, Ellwangen, Freiburg.

📍 **Durlacher Allee 100, 76137 Karlsruhe**

🗺️ Karte · ካርታ

Karlsruhe · Unabhängige Beratung in der LEA (fka)

Beratung · ምክር

Freundeskreis Asyl Karlsruhe berät im Haus: Mo, Mi–Fr 9–12 Uhr, Di 12–16 Uhr. Sprachen u. a. Deutsch, Englisch, Farsi, Arabisch, Kurdisch; Amharisch und Tigrinya sind nicht angegeben.

ፍሬውንድስክራይስ አዚል ካርልስሩሄ በማዕከሉ ውስጥ ይመክራል፦ ሰኞ፣ ረቡዕ–ዓርብ 9–12፣ ማክሰኞ 12–16። አማርኛና ትግርኛ አልተጠቀሱም።

Freundeskreis Asyl Karlsruhe advises inside the centre: Mon, Wed–Fri 9–12, Tue 12–16. Languages include German, English, Farsi, Arabic, Kurdish; Amharic and Tigrinya are not listed.

📍 **Durlacher Allee 100, 76137 Karlsruhe**

🗺️ Karte · ካርታ

Karlsruhe · Medinetz (Menschenrechtszentrum)

Medizin · ሕክምና

Kostenlose, anonyme Vermittlung zu Ärzten für Menschen ohne Versicherung. Sprechzeit Mittwoch 14–16 Uhr.

ኢንሹራንስ ለሌላቸው ነፃና ስም-አልባ ወደ ሐኪም ማገናኘት። ረቡዕ 14–16።

Free, anonymous referral to doctors for people without insurance. Consultation Wednesday 14–16.

📍 **Alter Schlachthof 59, 76131 Karlsruhe**

📞 0721 66487986 | 🗺️ Karte · ካርታ

Stuttgart · Malteser Migranten Medizin

Medizin · ሕክምና

Mittwoch 10–14 Uhr, ohne Termin, für Menschen ohne Krankenversicherung, auch ohne gültigen Aufenthalt. Sprachen nicht angegeben. Der Flüchtlingsrat Baden-Württemberg (Hegelstr. 51, Tel. 0711 553283-4) berät telefonisch Mo und Mi 9–10:30 Uhr.

ረቡዕ 10–14፣ ያለ ቀጠሮ፣ ኢንሹራንስ ለሌላቸው፣ የሚሰራ የመኖሪያ ወረቀት ለሌላቸውም። የባደን-ቩርተምበርግ የስደተኞች ምክር ቤት በስልክ ሰኞና ረቡዕ 9–10:30 ይመክራል፦ 0711 553283-4።

Wednesday 10–14, no appointment, for people without health insurance, also without valid residence. Languages not listed. The Baden-Württemberg refugee council (Hegelstr. 51, tel. 0711 553283-4) gives phone advice Mon and Wed 9–10:30.

📍 **Böheimstraße 40, 70199 Stuttgart**

📞 0711 220 702 18 | 🗺️ Karte · ካርታ

Sachsen · Erstaufnahme (Landesdirektion Sachsen)

Ankunft · መድረሻ

Neu ankommende Asylsuchende werden zuerst in einer Erstaufnahmeeinrichtung in Chemnitz, Dresden oder Leipzig untergebracht und registriert. Hausnummer und Telefon konnten wir nicht bestätigen: frag Polizei oder Ausländerbehörde nach dem Weg. In Sachsen gibt es die Bezahlkarte mit 50 € Bargeld pro Person und Monat.

አዲስ የሚደርሱ ጥገኝነት ጠያቂዎች በመጀመሪያ በኬምኒትዝ፣ ድሬስደን ወይም ላይፕዚግ በሚገኝ የመጀመሪያ መቀበያ ማዕከል ይመዘገባሉ። የቤት ቁጥርና ስልክ ማረጋገጥ አልቻልንም፤ ፖሊስ ወይም የውጭ ዜጎች ጽ/ቤት መንገዱን ይጠይቁ። ሳክሶኒ የክፍያ ካርድ በወር ለአንድ ሰው €50 ጥሬ ገንዘብ ይሰጣል።

New asylum seekers are first housed and registered in a first-reception centre in Chemnitz, Dresden or Leipzig. We could not confirm house numbers or phone: ask the police or immigration office for directions. Saxony uses the payment card with €50 cash per person per month.

Dresden · Sächsischer Flüchtlingsrat und MEDEA (Frauen)

Beratung · ምክር

Beratung zum Asylverfahren, Di 10–16 und Mi 11–14 Uhr, auch nur für Frauen; Sprachen Deutsch, Arabisch, Französisch, Englisch. Für Frauen und Mädchen: MEDEA, Beratung zu Gesundheit und Psyche, Tel. 0351 4178080.

ስለ ጥገኝነት ሂደት ምክር፣ ማክሰኞ 10–16 እና ረቡዕ 11–14፣ ለሴቶች ብቻም። ለሴቶችና ልጃገረዶች፦ MEDEA፣ የጤናና የሥነ-ልቦና ምክር፣ ስልክ 0351 4178080።

Advice on the asylum procedure, Tue 10–16 and Wed 11–14, also women-only; languages German, Arabic, French, English. For women and girls: MEDEA, health and psychological counselling, tel. 0351 4178080.

📍 **Dammweg 4, 01097 Dresden**

📞 0351 33235594 | 🗺️ Karte · ካርታ

Leipzig · Flüchtlingsrat und Psychosoziales Zentrum

Beratung · ምክር

Sächsischer Flüchtlingsrat Leipzig: Lützner Str. 93/95, Tel. 0341 24914791 (Mi 14–17 Uhr für alle Sprachen außer Arabisch und Spanisch). Psychosoziales Zentrum Mosaik für Menschen mit Fluchterfahrung, auch ohne Aufenthaltsstatus, Tel. 0341 4145360 (Zeiten vorher erfragen).

የሳክሶኒ የስደተኞች ምክር ቤት ላይፕዚግ፦ Lützner Str. 93/95፣ ስልክ 0341 24914791። Mosaik የሥነ-ልቦና ማዕከል ለስደተኞች፣ ያለ የመኖሪያ ደረጃም፦ 0341 4145360 (ሰዓት ይጠይቁ)።

Saxon refugee council Leipzig: Lützner Str. 93/95, tel. 0341 24914791 (Wed 14–17 for all languages except Arabic and Spanish). Mosaik psychosocial centre for people with flight experience, also without status, tel. 0341 4145360 (ask for hours).

📍 **Lützner Str. 93/95, 04177 Leipzig**

📞 0341 24914791 · 🗺️ Karte · ካርታ

Nürnberg · IMEDANA (Beratung für geflüchtete Frauen; laut Stadt Nürnberg auch Amharisch und Tigrinya)

Frauen · ሴቶች

Beratung zu Asyl und geschlechtsspezifischer Verfolgung, anonym, mit Dolmetscherin. Nach den Angaben der Stadt Nürnberg gehören Amharisch und Tigrinya zu den Sprachen. Mo–Fr 10–16 Uhr (Angabe von 2022, bitte anrufen).

ስለ ጥገኝነትና በጾታ ምክንያት ስለሚደርስ ስደት ምክር፣ ስም-አልባ፣ ከአስተርጓሚ ጋር። የኑረምበርግ ከተማ እንደሚለው አማርኛና ትግርኛ ከቋንቋዎቹ መካከል ናቸው። ሰኞ–ዓርብ 10–16 (የ2022 መረጃ፣ ይደውሉ)።

Counselling on asylum and gender-based persecution, anonymous, with an interpreter. According to the City of Nuremberg, Amharic and Tigrinya are among the languages. Mon–Fri 10–16 (2022 information, please call).

📍 **Zickstraße 8, 90429 Nürnberg**

📞 0911 431 47-19 · 🗺️ Karte · ካርታ

Nürnberg · Gesundheitsamt: Fachstelle für Geflüchtete

Medizin · ሕክምና

Medizinische und Trauma-Fachstelle der Stadt, mit Dolmetscher-Pool. Mo und Mi 9–14, Di und Do 9–16 Uhr. Für anonyme medizinische Hilfe ohne Versicherung: Medizinische Flüchtlingshilfe Nürnberg und Fürth, Tel. 0171 5470003 (Erstkontakt nur per Telefon oder E-Mail).

የከተማው የሕክምናና የስነ-ልቦና ጉዳት ማዕከል፣ ከአስተርጓሚ ጋር። ሰኞና ረቡዕ 9–14፣ ማክሰኞና ሐሙስ 9–16። ኢንሹራንስ ለሌላቸው ስም-አልባ እርዳታ፦ 0171 5470003 (የመጀመሪያ ግንኙነት በስልክ ወይም በኢሜይል ብቻ)።

The city's medical and trauma service, with an interpreter pool. Mon and Wed 9–14, Tue and Thu 9–16. For anonymous help without insurance: Medical Refugee Aid Nuremberg and Fürth, tel. 0171 5470003 (first contact by phone or e-mail only).

📍 **Burgstraße 4, 90403 Nürnberg**

📞 0911 231-75100 · 🗺️ Karte · ካርታ

Nürnberg · Gewalt gegen Frauen und Rechtsberatung

Frauen · ሴቶች

frauenBeratung nürnberg, Mo–Fr 10–14 Uhr, Dolmetschen u. a. auf Amharisch (Angabe von 2020, bitte bestätigen): 0911 28 44 00. Bayerischer Flüchtlingsrat, Büro Nordbayern, Gugelstr. 83: 0911 99 44 59-46.

frauenBeratung nürnberg፣ ሰኞ–ዓርብ 10–14፣ በአማርኛም ትርጉም (የ2020 መረጃ፣ ያረጋግጡ)፦ 0911 28 44 00። የባቫሪያ የስደተኞች ምክር ቤት፣ Gugelstr. 83፦ 0911 99 44 59-46።

frauenBeratung nürnberg, Mon–Fri 10–14, interpreting incl. Amharic (2020 information, please confirm): 0911 28 44 00. Bavarian refugee council, North Bavaria office, Gugelstr. 83: 0911 99 44 59-46.

📍 **Fürther Str. 67, 90429 Nürnberg**

📞 0911 28 44 00 · 🗺️ Karte · ካርታ

Nürnberg · Anmeldung: ANKER Zirndorf und Ausländerbehörde

Ankunft · መድረሻ

In Mittelfranken erfolgt die Anmeldung in der ANKER-Einrichtung Zirndorf. Die Zentrale Ausländerbehörde sitzt in Zirndorf (Rothenburger Str. 27, Tel. 0911 9693-223) und in Nürnberg (Beuthener Str. 37–39, Tel. 0911 98229-160), meist Mo–Do 8–11:30 Uhr. Vorher anrufen. In Bayern gelten 50 € Bargeld pro Monat auf der Bezahlkarte.

በመካከለኛው ፍራንኮኒያ ምዝገባ በዚርንዶርፍ ANKER ማዕከል ነው። የማዕከላዊ የውጭ ዜጎች ጽ/ቤት በዚርንዶርፍ (Rothenburger Str. 27፣ ስልክ 0911 9693-223) እና በኑረምበርግ (Beuthener Str. 37–39፣ ስልክ 0911 98229-160) ነው፤ በአብዛኛው ሰኞ–ሐሙስ 8–11:30። ቀድመው ይደውሉ።

In Middle Franconia registration takes place at the ANKER centre in Zirndorf. The central immigration office is in Zirndorf (Rothenburger Str. 27, tel. 0911 9693-223) and Nuremberg (Beuthener Str. 37–39, tel. 0911 98229-160), mostly Mon–Thu 8–11:30. Call first. In Bavaria the payment card allows €50 cash per month.

📍 **Rothenburger Str. 27, 90513 Zirndorf**

📞 0911 9693-223 · 🗺️ Karte · ካርታ

Niedersachsen · Ankunftszentrum Bramsche

Ankunft · መድረሻ

Eines von zwei Ankunftszentren in Niedersachsen. Vor Ort: BAMF, Arbeitsagentur, unabhängige Asylberatung, Ärzte rund um die Uhr, drei Mahlzeiten täglich. Das Telefon ist die Zentrale.

በኒደርዛክሰን ከሁለት የመድረሻ ማዕከላት አንዱ። በቦታው፦ BAMF፣ የሥራ ኤጀንሲ፣ ገለልተኛ የጥገኝነት ምክር፣ ቀንና ሌሊት ሐኪሞች፣ በቀን ሦስት ምግብ። ስልኩ ማዕከላዊ መስመር ነው።

One of two arrival centres in Lower Saxony. On site: BAMF, employment agency, independent asylum advice, doctors around the clock, three meals a day. The phone is the switchboard.

📍 **Im Rehhagen 8, 49565 Bramsche**

📞 05461 883-0 · 🗺️ Karte · ካርታ

Niedersachsen · Ankunftszentrum Braunschweig

Ankunft · መድረሻ

Zweites Ankunftszentrum. Du bleibst im Durchschnitt etwa 8 Wochen, danach Verlegung. Das Haus Böselagerstr. 2 ist vor allem für Familien und alleinreisende Frauen. In Hannover selbst haben wir keine Erstaufnahme der Landesbehörde gefunden.

ሁለተኛው የመድረሻ ማዕከል። በአማካይ 8 ሳምንት ያህል ይቆያሉ፣ ከዚያ ይዛወራሉ። Böselagerstr. 2 ሕንፃ በዋናነት ለቤተሰቦችና ብቻቸውን ለሚጓዙ ሴቶች ነው። በሃኖቨር ከተማ የክልሉ የመጀመሪያ መቀበያ ማዕከል አላገኘንም።

Second arrival centre. You stay about 8 weeks on average, then you are transferred. The house at Böselagerstr. 2 is mainly for families and women travelling alone. We found no state first-reception centre in Hanover itself.

📍 **Böselagerstr. 4, 38108 Braunschweig**

📞 0531 61843-0 · 🗺️ Karte · ካርታ

Hannover · MediNetz und Psychosoziales Zentrum

Medizin · ሕክምና

MediNetz Hannover (c/o Kargah, Zur Bettfedernfabrik 3): anonyme ärztliche Hilfe ohne Papiere und Versicherung, Montag 17:30–19 Uhr, E-Mail medinetz-hannover@posteo.de. Psychosoziales Zentrum, Marienstr. 28, Tel. 0511 85 64 45-0: offene Sprechstunde Di 10–13 Uhr; Amharisch nicht angegeben, Englisch möglich. Nicht amtlich bestätigt: vorher anrufen.

MediNetz ሃኖቨር (Zur Bettfedernfabrik 3)፦ ወረቀትና ኢንሹራንስ ለሌላቸው ስም-አልባ የሕክምና እርዳታ፣ ሰኞ 17:30–19። የሥነ-ልቦና ማዕከል፣ Marienstr. 28፣ ስልክ 0511 85 64 45-0፦ ክፍት ምክር ማክሰኞ 10–13፤ አማርኛ አልተጠቀሰም፣ እንግሊዝኛ ይቻላል። በይፋ አልተረጋገጠም፤ ቀድመው ይደውሉ።

MediNetz Hanover (c/o Kargah, Zur Bettfedernfabrik 3): anonymous medical help without papers or insurance, Monday 17:30–19, e-mail medinetz-hannover@posteo.de. Psychosocial centre, Marienstr. 28, tel. 0511 85 64 45-0: open consultation Tue 10–13; Amharic not listed, English possible. Not officially confirmed: call first.

📍 **Marienstraße 28, 30171 Hannover**

📞 0511 85 64 45-0 · 🗺️ Karte · ካርታ

Bremen · Zentrale Aufnahmestelle (ZASt)

Ankunft · መድረሻ

Anmeldung für Asylsuchende im Land Bremen. Am Schalter und Telefon wird nur Deutsch gesprochen. Telefon und Zeiten konnten wir nicht bestätigen. Hilfe ohne Papiere: MVP Bremen, Außer der Schleifmühle 80, Tel. 0421 438 19919. Trauma: Refugio Bremen, Tel. 0421 17 66 770. Nicht amtlich bestätigt: vorher anrufen.

በብሬመን ለጥገኝነት ጠያቂዎች ምዝገባ። በመስኮቱና በስልክ ጀርመንኛ ብቻ ይነገራል። ስልክና ሰዓት ማረጋገጥ አልቻልንም። ወረቀት ለሌላቸው እርዳታ፦ MVP Bremen፣ Außer der Schleifmühle 80፣ ስልክ 0421 438 19919። ሥነ-ልቦና፦ Refugio Bremen፣ 0421 17 66 770። በይፋ አልተረጋገጠም፤ ቀድመው ይደውሉ።

Registration for asylum seekers in the state of Bremen. Only German is spoken at the counter and on the phone. We could not confirm phone or hours. Help without papers: MVP Bremen, Außer der Schleifmühle 80, tel. 0421 438 19919. Trauma: Refugio Bremen, tel. 0421 17 66 770. Not officially confirmed: call first.

📍 **Lindenstraße 110, 28755 Bremen**

🗺️ Karte · ካርታ

Brandenburg · Zentrale Ausländerbehörde (Eisenhüttenstadt)

Ankunft · መድረሻ

Sitz der Zentralen Ausländerbehörde und der Erstaufnahme des Landes. Weitere Standorte: Frankfurt (Oder) und Wünsdorf. Telefon konnten wir nicht bestätigen. In Brandenburg haben wir keine Medizinische Flüchtlingshilfe für Menschen ohne Papiere gefunden: am nächsten ist das Medibüro Berlin, Tel. 030 694 674 6. Die Bezahlkarte wird je Landkreis eingeführt (Potsdam nicht): 50 € Bargeld für Erwachsene, 25 € für Minderjährige.

የማዕከላዊ የውጭ ዜጎች ጽ/ቤትና የክልሉ የመጀመሪያ መቀበያ ማዕከል መቀመጫ። ሌሎች ቦታዎች፦ ፍራንክፈርት (ኦደር) እና ቩንስዶርፍ። ስልክ ማረጋገጥ አልቻልንም። በብራንደንበርግ ወረቀት ለሌላቸው የሕክምና እርዳታ አላገኘንም፤ በጣም ቅርቡ የበርሊን Medibüro፣ 030 694 674 6። የክፍያ ካርድ በወረዳ ይተዋወቃል (ፖትስዳም አይደለም)፦ ለአዋቂዎች 50 ዩሮ፣ ለልጆች 25 ዩሮ።

Seat of the central immigration office and the state first reception. Other sites: Frankfurt (Oder) and Wünsdorf. We could not confirm the phone. In Brandenburg we found no medical aid for people without papers: the nearest is Medibüro Berlin, tel. 030 694 674 6. The payment card is introduced district by district (not Potsdam): €50 cash for adults, €25 for minors.

📍 **Poststraße 72, 15890 Eisenhüttenstadt**

🗺️ Karte · ካርታ

Schleswig-Holstein · Medibüros Kiel und Lübeck

Medizin · ሕክምና

Erstaufnahme: Landesamt für Zuwanderung und Flüchtlinge in Neumünster (Adresse und Telefon konnten wir nicht bestätigen). Medibüro Kiel, Sophienblatt 64a, Di 15:30–17:30, Tel. 01577 1894480. Medibüro Lübeck, Große Burgstr. 51, Mo 16:30–18, Tel. 01577 9338144. Nicht amtlich bestätigt: vorher anrufen.

የመጀመሪያ መቀበያ፦ በኖይሙንስተር የሚገኝ የክልሉ ጽ/ቤት (አድራሻና ስልክ ማረጋገጥ አልቻልንም)። Medibüro Kiel፣ Sophienblatt 64a፣ ማክሰኞ 15:30–17:30፣ ስልክ 01577 1894480። Medibüro Lübeck፣ Große Burgstr. 51፣ ሰኞ 16:30–18፣ ስልክ 01577 9338144። በይፋ አልተረጋገጠም፤ ቀድመው ይደውሉ።

First reception: the state office for immigration and refugees in Neumünster (we could not confirm address or phone). Medibüro Kiel, Sophienblatt 64a, Tue 15:30–17:30, tel. 01577 1894480. Medibüro Lübeck, Große Burgstr. 51, Mon 16:30–18, tel. 01577 9338144. Not officially confirmed: call first.

📞 **01577 1894480**

Rheinland-Pfalz · Aufnahmeeinrichtung Trier (AfA)

Ankunft · መድረሻ

Hauptort der Erstaufnahme in Rheinland-Pfalz (weitere: Speyer, Hahn, Hermeskeil, Bitburg). Mainz ist kein Ankunftsort. Das Telefon ist das Geschäftszimmer. MediNetz Mainz, Aspeltstr. 10, Mo 18–19:45, Tel. 0176 62033302. Clearingstelle Krankenversicherung, Zitadelle 1 F, Mainz, Tel. 06131 6198611. Bezahlkarte: Empfehlung 130 € Bargeld, viele Kommunen machen nicht mit. Nicht amtlich bestätigt (MediNetz, Clearingstelle): vorher anrufen.

በራይንላንድ-ፕፋልትስ የመጀመሪያ መቀበያ ዋና ቦታ (ሌሎች፦ ሽፓየር፣ ሃን፣ ሄርመስካይል፣ ቢትቡርግ)። ማይንስ የመድረሻ ቦታ አይደለም። ስልኩ የጽ/ቤት መስመር ነው። MediNetz Mainz፣ Aspeltstr. 10፣ ሰኞ 18–19:45፣ ስልክ 0176 62033302። Clearingstelle፣ Zitadelle 1 F፣ ማይንስ፣ ስልክ 06131 6198611። የክፍያ ካርድ፦ 130 ዩሮ ጥሬ ገንዘብ ምክር፣ ብዙ ማዘጋጃ ቤቶች አይተገብሩም። በይፋ አልተረጋገጠም (MediNetz፣ Clearingstelle)፤ ቀድመው ይደውሉ።

Main first-reception site in Rhineland-Palatinate (others: Speyer, Hahn, Hermeskeil, Bitburg). Mainz is not an arrival point. The phone is the office. MediNetz Mainz, Aspeltstr. 10, Mon 18–19:45, tel. 0176 62033302. Health insurance clearing office, Zitadelle 1 F, Mainz, tel. 06131 6198611. Payment card: €130 cash recommended, many municipalities do not use it. Not officially confirmed (MediNetz, clearing office): call first.

📍 **Dasbachstraße 19, 54292 Trier**

📞 0651 9494-924 · 🗺️ Karte · ካርታ

Saarland · Landesaufnahmestelle Lebach (Adresse und Telefon: Clearingstelle Saarbrücken)

Medizin · ሕክምና

Die Landesaufnahmestelle und die Ausländerbehörde des Saarlandes sind in Lebach. Straße und Telefon konnten wir nicht amtlich bestätigen. Clearingstelle für Menschen ohne Krankenversicherung: Johannisstr. 6, Saarbrücken, Tel. 0681 988993-37, Mo, Di, Do 8–12 und 13–16, Fr 8–12 Uhr. Nicht amtlich bestätigt: vorher anrufen.

የሳርላንድ የመጀመሪያ መቀበያ ጣቢያና የውጭ ዜጎች ጽ/ቤት በሌባኽ ናቸው። መንገድና ስልክ በይፋ ማረጋገጥ አልቻልንም። ኢንሹራንስ ለሌላቸው Clearingstelle፦ Johannisstr. 6፣ ሳርብሩክን፣ ስልክ 0681 988993-37፣ ሰኞ፣ ማክሰኞ፣ ሐሙስ 8–12 እና 13–16፣ ዓርብ 8–12። በይፋ አልተረጋገጠም፤ ቀድመው ይደውሉ።

The state reception centre and immigration office of Saarland are in Lebach. We could not confirm street or phone officially. Clearing office for people without health insurance: Johannisstr. 6, Saarbrücken, tel. 0681 988993-37, Mon, Tue, Thu 8–12 and 13–16, Fri 8–12. Not officially confirmed: call first.

📍 **Johannisstraße 6, 66111 Saarbrücken**

📞 0681 988993-37 · 🗺️ Karte · ካርታ

Thüringen · Erstaufnahme Suhl und MediNetz Jena (Adresse und Telefon: MediNetz Jena)

Ankunft · መድረሻ

Achtung: Nach Presseberichten soll die Erstaufnahme Suhl am 30. November 2026 schließen; die Verlegung läuft nach Eisenberg und Gera. Adresse und Telefon konnten wir nicht bestätigen. MediNetz Jena, Arvid-Harnack-Str. 26, Tel. 0157 87623764. Die Bargeldgrenze der Bezahlkarte liegt je nach Region zwischen 50 und 120 €. Nicht amtlich bestätigt: vorher anrufen.

ማስታወሻ፦ በጋዜጣ ዘገባ መሠረት የሱል የመጀመሪያ መቀበያ ማዕከል በኖቬምበር 30 ቀን 2026 እ.ኤ.አ. ይዘጋል፤ ወደ አይዘንበርግና ጌራ ይዛወራሉ። አድራሻና ስልክ ማረጋገጥ አልቻልንም። MediNetz Jena፣ Arvid-Harnack-Str. 26፣ ስልክ 0157 87623764። የክፍያ ካርድ የጥሬ ገንዘብ ወሰን እንደ አካባቢው ከ50 እስከ 120 ዩሮ ነው። በይፋ አልተረጋገጠም፤ ቀድመው ይደውሉ።

Note: according to press reports the Suhl first-reception centre is to close on 30 November 2026; people are moved to Eisenberg and Gera. We could not confirm address or phone. MediNetz Jena, Arvid-Harnack-Str. 26, tel. 0157 87623764. The cash limit of the payment card is between €50 and €120 depending on the region. Not officially confirmed: call first.

📍 **Arvid-Harnack-Straße 26, 07743 Jena**

📞 0157 87623764 | 🗺️ Karte · ካርታ

Sachsen-Anhalt · ZASt Halberstadt

Ankunft · መድረሻ

Zentrale Anlaufstelle für Asylbewerber des Landes (Nebenstelle Stendal). Medinetz Halle, Merseburger Str. 120, Mi 16–19 Uhr, Tel. 0152 15930043. Medinetz Magdeburg, Schellingstr. 3–4, Di 15–17 Uhr ohne Anmeldung, Tel. 0157 53096160. Psychosoziales Zentrum Halle, Charlottenstr. 7, Tel. 0345 21 25 768. Bezahlkarte: 50 € Bargeld. Nicht amtlich bestätigt (Medinetz, Psychosoziales Zentrum): vorher anrufen.

የክልሉ ጥገኝነት ጠያቂዎች ማዕከላዊ መቀበያ (ቅርንጫፍ ሽተንዳል)። Medinetz Halle፣ Merseburger Str. 120፣ ረቡዕ 16–19፣ ስልክ 0152 15930043። Medinetz Magdeburg፣ Schellingstr. 3–4፣ ማክሰኞ 15–17 ያለ ምዝገባ፣ ስልክ 0157 53096160። የሥነ-ልቦና ማዕከል ሃሌ፣ Charlottenstr. 7፣ ስልክ 0345 21 25 768። የክፍያ ካርድ፦ 50 ዩሮ ጥሬ ገንዘብ። በይፋ አልተረጋገጠም (Medinetz፣ የሥነ-ልቦና ማዕከል)፤ ቀድመው ይደውሉ።

The state's central reception point for asylum seekers (branch Stendal). Medinetz Halle, Merseburger Str. 120, Wed 16–19, tel. 0152 15930043. Medinetz Magdeburg, Schellingstr. 3–4, Tue 15–17 no registration, tel. 0157 53096160. Psychosocial centre Halle, Charlottenstr. 7, tel. 0345 21 25 768. Payment card: €50 cash. Not officially confirmed (Medinetz, psychosocial centre): call first.

📍 **Friedrich-List-Straße 1a, 38820 Halberstadt**

📞 03941 664-0 | 🗺️ Karte · ካርታ

Mecklenburg-Vorpommern · Erstaufnahme Nostorf-Horst

Ankunft · መድረሻ

Erstaufnahmeeinrichtung des Landes, Außenstelle in Schwerin (Stern Buchholz 16). Sprechzeit des Amtes in Nostorf-Horst: Di und Do 10–11:30 Uhr. Eine eigene Telefonnummer der Einrichtung konnten wir nicht finden; die Zentrale des Amtes ist 0385 588-56050. MediNetz Rostock, Herrmannstr. 36, nur mit Termin, Tel. oder WhatsApp 0177 7224515 (nicht amtlich bestätigt, vorher anrufen).

የክልሉ የመጀመሪያ መቀበያ ማዕከል፣ ቅርንጫፍ በሽቬሪን (Stern Buchholz 16)። በኖስቶርፍ-ሆርስት የጽ/ቤት የምክር ሰዓት፦ ማክሰኞና ሐሙስ 10–11:30። የማዕከሉ የራሱ ስልክ አላገኘንም፤ የጽ/ቤቱ ማዕከላዊ 0385 588-56050። MediNetz Rostock፣ Herrmannstr. 36፣ በቀጠሮ ብቻ፣ ስልክ ወይም WhatsApp 0177 7224515።

The state first-reception centre, branch in Schwerin (Stern Buchholz 16). The office's consultation hours in Nostorf-Horst: Tue and Thu 10–11:30. We could not find a phone for the centre itself; the office switchboard is 0385 588-56050. MediNetz Rostock, Herrmannstr. 36, by appointment only, phone or WhatsApp 0177 7224515.

📍 **Nostorfer Straße 1, 19258 Nostorf-Horst**

📞 0385 588-56050 | 🗺️ Karte · ካርታ

⚖️ Asyl & Rechtsberatung · München

ጥገኝነት እና የሕግ ምክር · ሙኒክ

Asylum & legal advice · Munich

በጀርመን የጥገኝነት ጥያቄ ደረጃ በደረጃ፤ እና ነፃ የሕግ ምክር የሚያገኙበት።

So läuft das Asylverfahren in Deutschland, und wo du kostenlose Rechtsberatung bekommst.

How the asylum procedure works in Germany, and where to get free legal advice.

⚠️ Prüfen · ይፈትሹ · Check

ሰዓታትና ስልክ ቁጥሮች ሊለወጡ ይችላሉ። ከመሄድዎ በፊት ይደውሉ። ሰዓታት በአውሮጳ አቆጣጠር ናቸው (14 ሰዓት = ከሰዓት 2፣ በኢትዮጵያ አቆጣጠር 8 ሰዓት)።

Öffnungszeiten ändern sich. Bitte vorher anrufen. Stand der Angaben: 11. November 2026. Alle Zeiten sind europäische Uhrzeit (14 Uhr = 2 pm).

Opening hours change. Please call first. Information as of 11 November 2026.

⏱️ Neue EU-Regeln seit 12.06.2026 · አዲስ ሕግ

ከ12 ጁን 2026 ጀምሮ አዲሱ የአውሮጳ ሕብረት የጥገኝነት ሥርዓት (GEAS) ተግባራዊ ሆኗል። በፈጣን ሂደት ይግባኝ የሚቀርብበት ጊዜ እስከ 1 ሳምንት ብቻ ሊሆን ይችላል። ጊዜያዊ ጥበቃ ለማግኘት አስቸኳይ ማመልከቻ (Eilantrag) በዚያው ሳምንት ማቅረብ አለበት። ማንኛውንም ደብዳቤ ወዲያውኑ ለሕግ አማካሪ ያሳዩ።

Seit dem 12. Juni 2026 gilt das neue EU-Asylsystem (GEAS). Im beschleunigten Verfahren kann die Klagefrist nur eine Woche betragen. Zusätzlich muss ein Eilantrag in derselben Woche gestellt werden. Zeige jeden Brief sofort einer Beratungsstelle.

Since 12 June 2026 the new EU asylum system (GEAS) applies. In accelerated cases the appeal deadline can be as short as one week. Show every letter to an adviser at once.

Ankunftszentrum München (ANKER)

የመድረሻ ማዕከል ሙኒክ

Ankunft · መድረሻ

Erste Anlaufstelle für Asylsuchende in Oberbayern. Registrierung, Gesundheitscheck, Termin beim BAMF. Jederzeit, auch nachts, möglich. Vor Ort beraten u. a. Diakonie und Refugio.

በላይኛው ባቫሪያ ለጥገኝነት ጠያቂዎች የመጀመሪያ ቦታ። ምዝገባ፣ የጤና ምርመራ፣ ከBAMF ቀጠሮ። በማንኛውም ሰዓት፣ ሌሊትም ጭምር። በቦታው Diakonie እና Refugio ምክር ይሰጣሉ።

First stop for asylum seekers in Upper Bavaria. Registration, health check, BAMF appointment. Any time, also at night. Diakonie and Refugio advise on site.

📍 **Garmischer Str. 2–12, 80339 München**

🗺️ Karte · ካርታ

BAMF Anhörungszentrum München

BAMF የቃለ መጠይቅ ማዕከል

BAMF · Hotline 0911 943-0 (Mo–Fr 9–11 Uhr)

Hier findet die Anhörung statt (dein Gespräch über deine Fluchtgründe). Sie wird als Tonaufnahme aufgezeichnet. Bring Ausweis/Papiere und Einladung mit. Sag dort, wenn du Hilfe, einen Dolmetscher oder eine Frau als Anhörerin brauchst.

ቃለ መጠይቁ (ስለ ስደትዎ ምክንያት) እዚህ ይካሄዳል። ከጁን 2026 ጀምሮ በድምፅ ይቀረጻል። መታወቂያ/ወረቀቶችንና ግብዣውን ይዘው ይሂዱ። ድጋፍ፣ አስተርጓሚ ወይም ሴት ጠያቂ ከፈለጉ ይንገሩ።

The hearing about why you fled takes place here; since June 2026 it is audio-recorded. Bring papers and your invitation. Ask for an interpreter or a female interviewer if needed.

📍 **Streitfeldstr. 39, 81673 München**

📞 089 620290 · 🗺️ Karte · ካርታ

Kostenlose Rechtsberatung · ነፃ የሕግ ምክር

Bellevue di Monaco · Asylberatung

Kostenlose Asylberatung. Komm etwa 1 Stunde vor Beginn.

ነፃ የጥገኝነት ምክር። ከመጀመሩ 1 ሰዓት በፊት ይምጡ።

Free asylum advice. Arrive about 1 hour before start.

🕒 Mo 19–21 · Mi 18–20 · Fr 10–12 Uhr

📍 **Müllerstr. 2 (Hinterhaus), 80469 München**

📞 089 550 577 54 · 🗺️ Karte · ካርታ

Münchner Flüchtlingsrat · Rechtsberatung

Aufenthaltsrechtliche Beratung nach telefonischer Terminabsprache.

ከስልክ ቀጠሮ በኋላ የመኖሪያ ፈቃድ ምክር።

Residence-law advice by phone appointment.

🕒 Mo 14–16 · Di & Do 10–12 Uhr

📍 **Dachauer Str. 17, 80335 München**

📞 089 12 39 00 96 · 🗺️ Karte · ካርታ

Infobus (Flüchtlingsrat & Amnesty)

Erstberatung und Vorbereitung auf die Anhörung, ohne Anmeldung. Sprachen: Arabisch, Farsi, Englisch, Französisch (Amharisch nicht bestätigt).

ያለ ምዝገባ የመጀመሪያ ምክር እና ለቃለ መጠይቅ ዝግጅት። ቋንቋዎች፦ አረብኛ፣ ፋርሲ፣ እንግሊዝኛ፣ ፈረንሳይኛ (አማርኛ አልተረጋገጠም)።

First advice and hearing preparation, no appointment needed. Languages: Arabic, Farsi, English, French (Amharic not confirmed).

🕒 Zeiten und Orte wechseln: vorher per E-Mail erfragen (infobus.muc@muenchner-fluechtlingsrat.de)

📍 **Garmischer Str. 2–12, 80339 München**

🗺️ Karte · ካርታ

Refugee Law Clinic München

Studentische Rechtsberatung. Anmeldung vor Ort um 17:30 Uhr.

በተማሪዎች የሚሰጥ የሕግ ምክር። በቦታው 17:30 ይመዝገቡ።

Student-run legal advice. Sign up on site at 5:30 pm.

🕒 Mittwoch ab 18 Uhr

📍 **Arnulfstr. 83, 80635 München (c/o Caritas-Alveni, 2. OG)**

🗺️ Karte · ካርታ

Rechtshilfe für Ausländer e. V.

Beratung nach Anmeldung (Formular online oder telefonisch).

ከምዝገባ በኋላ ምክር።

Advice after registration (online form or phone).

🕒 Telefon Mo–Fr 10–15 · Beratung Di 18–20:30 Uhr

📍 **Schwanthalerstr. 80 (EineWeltHaus), 80336 München**

📞 089 85 63 75 21

🗺️ Karte · ካርታ

BAMF-Rechtsauskunft: Seit Juni 2026 bietet das BAMF eine kostenlose rechtliche *Information* an. Das ist keine Beratung zu deinem Einzelfall. Hole zusätzlich unabhängige Beratung (oben).

ከጁን 2026 ጀምሮ BAMF ነፃ የሕግ መረጃ ይሰጣል። ይህ ስለ እርስዎ ጉዳይ የሚሰጥ ምክር አይደለም። ከላይ ካሉት ገለልተኛ አማካሪዎች ተጨማሪ ምክር ያግኙ።

Geld & Bezahlkarte: Leistungen richten sich nach dem Asylbewerberleistungsgesetz. Geldleistungen kommen in der Regel auf die Bezahlkarte. Bargeld: höchstens **50 € pro Person und Monat**. Überweisungen sind grundsätzlich nicht möglich; Zahlungen an Dritte (z. B. Handyvertrag) müssen beim Sozialreferat angemeldet werden. Integrationskurse sind während des laufenden Verfahrens meist nicht zugänglich.

ድጎማዎች በጥገኝነት ጠያቂዎች ድጎማ ሕግ መሠረት ናቸው። ገንዘብ በአብዛኛው በክፍያ ካርድ (Bezahlkarte) ይሰጣል። የጥሬ ገንዘብ ወሰን፦ በወር ለአንድ ሰው **50 ዩሮ**። ባንክ ዝውውር በአጠቃላይ አይቻልም። ለሶስተኛ ወገን ክፍያዎች (ለምሳሌ የስልክ ውል) በ Sozialreferat መመዝገብ አለባቸው። የውህደት ኮርስ በሂደት ላይ እያሉ ብዙውን ጊዜ አይገኝም።

Gesundheit · München

ጤና · ሙኒክ

Health · Munich

ያለ ኢንሹራንስ እንኳን ነፃ እና ስም-አልባ የሕክምና እርዳታ አለ።

Auch ohne Versicherung gibt es kostenlose, anonyme medizinische Hilfe.

Free, anonymous medical help exists even without insurance.

⚠️ **Prüfen · ይፈትሹ · Check**

ሰዓታትና ስልክ ቁጥሮች ሊለወጡ ይችላሉ። ከመሄድዎ በፊት ይደውሉ። ሰዓታት በአውሮጳ አቆጣጠር ናቸው (14 ሰዓት = ከሰዓት 2፣ በኢትዮጵያ አቆጣጠር 8 ሰዓት)።

Öffnungszeiten ändern sich. Bitte vorher anrufen. Stand der Angaben: 11. November 2026. Alle Zeiten sind europäische Uhrzeit (14 Uhr = 2 pm).

Opening hours change. Please call first. Information as of 11 November 2026.

open.med München (Ärzte der Welt)

Kostenlose, anonyme Sprechstunde für Menschen ohne Krankenversicherung. Kinder: 1. und 3. Mittwoch im Monat 17–18 Uhr. Frauen: 2. und 4. Donnerstag 10–12 Uhr. Psychiatrie: nach Terminvereinbarung.

ኢንሹራንስ ለሌላቸው ነፃና ስም-አልባ ሕክምና። ልጆች፦ በወሩ 1ኛና 3ኛ ረቡዕ 17–18። ሴቶች፦ በወሩ 2ኛና 4ኛ ሐሙስ 10–12። የአእምሮ ጤና፦ በቀጠሮ።

Free, anonymous clinic for people without health insurance. Children: 1st and 3rd Wednesday 5–6 pm. Women: 2nd and 4th Thursday 10 am–12. Psychiatry: by appointment.

🕒 Hausarzt: Di 16–19 · Fr 10–13 Uhr · Anmeldung/Handy: 0177 511 69 65

📍 **Dachauer Str. 161, 80636 München**

📞 089 45 20 76 58 · 🗺️ Karte · ካርታ

Malteser Medizin für Menschen ohne Krankenversicherung

Kostenlose, anonyme Behandlung, auch Zahnarzt. Gynäkologie: Mi 9–11:30 (1., 3., 5. im Monat).

ነፃና ስም-አልባ ሕክምና፣ የጥርስ ሐኪምም አለ። የማህጸን ሕክምና፦ ረቡዕ 9–11:30 (የወሩ 1ኛ፣ 3ኛ፣ 5ኛ)።

Free, anonymous treatment, dentist too. Gynaecology: Wed 9–11:30 (1st, 3rd, 5th of the month).

🕒 Di 9:30–12:30 · Do 13:30–16 Uhr

📍 **Streitfeldstr. 1, 81673 München**

📞 089 43 608 550 · 🗺️ Karte · ካርታ

Refugio München · Trauma & Psyche

Beratung und Behandlung für Geflüchtete und Folteropfer (psychosoziale Hilfe, Therapie). Telefon-Beratung: Mo 10–12, Do 14–16 Uhr.

ለስደተኞችና ለማሰቃየት ተጎጂዎች ምክርና ሕክምና (የአእምሮና ማኅበራዊ ድጋፍ)። የስልክ ምክር፦ ሰኞ 10–12፣ ሐሙስ 14–16።

Counselling and treatment for refugees and torture survivors. Phone advice: Mon 10–12, Thu 2–4 pm.

📍 **Rosenheimer Str. 38, 81669 München**

📞 089 982957-0 · 🗺️ Karte · ካርታ

Sozialreferat · Behandlungsschein (Wirtschaftliche Hilfen)

Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz und Behandlungsschein. Termin nötig; Mi 8:30–9:30 ohne Termin.

የጥገኝነት ጠያቂዎች ድጎማና የሕክምና ወረቀት። ቀጠሮ ያስፈልጋል፤ ረቡዕ 8:30–9:30 ያለ ቀጠሮ።

Benefits under the asylum-seekers act and the medical voucher. Appointment needed; Wed 8:30–9:30 without one.

🕒 Mo 10:30–12 & 13–15 · Di 8:30–12 · Mi 8:30–12 & 13–15 · Fr 8:30–12 Uhr (nach Termin)

📍 **Werinherstr. 89, 81541 München**

📞 089 233-748805 · 🗺️ Karte · ካርታ

Gesundheitsreferat · HIV & Geschlechtskrankheiten

Anonyme Beratung und Tests. Ohne Termin: Mo 8–11, Di 14–18, Do 8–11 und 14–15 Uhr. Schnelltest auf HIV optional gegen Gebühr.

ስም-አልባ ምክርና ምርመራ። ያለ ቀጠሮ፦ ሰኞ 8–11፣ ማክሰኞ 14–18፣ ሐሙስ 8–11 እና 14–15። ፈጣን የኤችአይቪ ምርመራ በክፍያ።

Anonymous advice and tests. Walk-in: Mon 8–11, Tue 2–6 pm, Thu 8–11 and 2–3 pm. Rapid HIV test optional, for a fee.

📍 **Bayerstr. 28a, 80335 München**

📞 089 233-723333 · 🗺️ Karte · ካርታ

Gesundheitsreferat · Tuberkulose-Beratung

Beratung zur Tuberkulose. Telefonisch Mo–Do 8–11 und 13–14 Uhr.

የሳንባ ነቀርሳ ምክር። በስልክ ሰኞ–ሐሙስ 8–11 እና 13–14።

Tuberculosis advice. By phone Mon–Thu 8–11 and 1–2 pm.

📍 **Schwanthalerstr. 69, 80336 München**

📞 089 233-66878 · 🗺️ Karte · ካርታ

Gesundheitsreferat · Impfberatung

Impfen nach Terminvereinbarung. Empfohlene Impfungen werden oft von der Versicherung bezahlt, andere kosten Geld.

ክትባት በቀጠሮ። የሚመከሩ ክትባቶች ብዙ ጊዜ በኢንሹራንስ ይከፈላሉ፤ ሌሎች ይከፈልባቸዋል።

Vaccination by appointment. Recommended vaccines are often paid by insurance; others cost money.

📍 **Schwanthalerstr. 69, 80336 München**

📞 089 233-66912 · 🗺️ Karte · ካርታ

Deine Rechte: Als Asylsuchende/r hast du Anspruch auf Behandlung bei akuten Krankheiten und Schmerzen, bei Schwangerschaft und Geburt sowie auf empfohlene Impfungen und Vorsorge. Im Ankunftszentrum gibt es ein Ärztezentrum vor Ort. Danach stellt das Sozialamt den Behandlungsschein aus (für etwa ein Quartal, nur für Ärzte in deiner Stadt). Im Notfall (Atemnot, Brustschmerz, schwere Verletzung) gehst du sofort ins Krankenhaus oder rufst 112; eine Genehmigung vorab ist nicht nötig.

እንደ ጥገኝነት ጠያቂ ለድንገተኛ በሽታና ለሕመም፣ ለእርግዝናና ለወሊድ እንዲሁም ለሚመከሩ ክትባቶች መብት አለዎት። በመድረሻ ማዕከሉ የሐኪም ማዕከል አለ። ከዚያ በኋላ የሕክምና ወረቀቱን (Behandlungsschein) ማኅበራዊ ጽ/ቤት (Sozialamt) ይሰጣል (ለአንድ ሩብ ዓመት ያህል፣ በከተማዎ ላሉ ሐኪሞች ብቻ)። በአደጋ ጊዜ (የመተንፈስ ችግር፣ የደረት ሕመም፣ ከባድ ጉዳት) ወዲያውኑ ወደ ሆስፒታል ይሂዱ ወይም 112 ይደውሉ፤ ቅድመ ፈቃድ አያስፈልግም።

Unterkunft · München

መጠለያ · ሙኒክ

Shelter · Munich

ለጥገኝነት ጠያቂዎች ማረፊያ በመድረሻ ማዕከሉ ይሰጣል። ሌሎች ቦታዎች ከታች አሉ።

Asylsuchende werden im Ankunftszentrum untergebracht. Weitere Stellen unten.

Asylum seekers are housed at the arrival centre. Other places below.

⚠️ **Prüfen · ይፈትሹ · Check**

ሰዓታትና ስልክ ቁጥሮች ሊለወጡ ይችላሉ። ከመሄድዎ በፊት ይደውሉ። ሰዓታት በአውሮጳ አቆጣጠር ናቸው (14 ሰዓት = ከሰዓት 2፣ በኢትዮጵያ አቆጣጠር 8 ሰዓት)።

Öffnungszeiten ändern sich. Bitte vorher anrufen. Stand der Angaben: 11. November 2026. Alle Zeiten sind europäische Uhrzeit (14 Uhr = 2 pm).

Opening hours change. Please call first. Information as of 11 November 2026.

Zentrale Wohnungslosenhilfe (Sozialreferat)

ማዕከላዊ መጠለያ-አልባዎች እርዳታ

Anlaufstelle der Stadt München für Menschen ohne Wohnung. Beratung und Vermittlung in Notunterkünfte.

ለመኖሪያ ለሌላቸው የሙኒክ ከተማ መጀመሪያ ቦታ። ምክርና የድንገተኛ መጠለያ ማገናኘት።

The City of Munich's first point of contact for people without housing. Advice and referral to emergency shelter.

🕒 Mo–Do 8–12 & 13–15 · Fr 8–12 Uhr

📍 **Franziskanerstr. 8, 81669 München (Zimmer 003–007)**

📞 089 233-40105 · 🗺️ Karte · ካርታ

Karla 51 · nur Frauen

Notunterkunft für Frauen (mit oder ohne Kinder). Rund um die Uhr geöffnet.

ለሴቶች (ከልጆች ጋር ወይም ያለ) የድንገተኛ መጠለያ። 24 ሰዓት ክፍት ነው።

Emergency shelter for women (with or without children). Open 24 hours.

🕒 24 Stunden

📍 **Karlstr. 51, 80333 München**

📞 089 549151-0 · 🗺️ Karte · ካርታ

Übernachtungsschutz der Stadt

Nächtliche Unterkunft für Wohnungslose. Öffnungszeiten vorher telefonisch erfragen.

ለመኖሪያ አልባዎች የሊሊት መጠለያ። የሥራ ሰዓቱን አስቀድመው በስልክ ይጠይቁ።

Night shelter for homeless people. Ask opening hours by phone first.

📍 **Lotte-Branz-Str. 5, 80939 München**

📞 089 12 69 91 57 00 · 🗺️ Karte · ካርታ

Teestube «komm» (Hilfswerk)

Tagestreff und Streetwork für wohnungslose Menschen.

ለመኖሪያ አልባዎች የቀን መቀበያ።

Day centre and street outreach for homeless people.

📍 **Zenettistr. 32, 80337 München**

📞 089 77 10 84 | 🗺️ Karte · ካርታ

In akuter Gefahr: 110 / 112.

በአደጋ ጊዜ 110 / 112 ይደውሉ።

Essen, Kleidung, Frauen, Deutsch · München

ምግብ፣ ልብስ፣ ሴቶች፣ ጀርመንኛ · ሙኒክ

Food, clothes, women, German · Munich

ምግብ፣ ልብስ፣ ለሴቶች ጥበቃና የጀርመንኛ ትምህርት።

Essen, Kleidung, Schutz für Frauen und Deutschkurse.

Food, clothes, protection for women and German classes.

⚠️ **Prüfen · ይፈትሹ · Check**

ሰዓታትና ስልክ ቁጥሮች ሊለወጡ ይችላሉ። ከመሄድዎ በፊት ይደውሉ። ሰዓታት በአውሮጳ አቆጣጠር ናቸው (14 ሰዓት = ከሰዓት 2፣ በኢትዮጵያ አቆጣጠር 8 ሰዓት)።

Öffnungszeiten ändern sich. Bitte vorher anrufen. Stand der Angaben: 11. November 2026. Alle Zeiten sind europäische Uhrzeit (14 Uhr = 2 pm).

Opening hours change. Please call first. Information as of 11 November 2026.

Münchner Tafel

Lebensmittel gegen Berechtigungsschein. Du musst in München wohnen; der Bescheid nach dem Asylbewerberleistungsgesetz gilt als Nachweis. Anmeldung online (bevorzugt), telefonisch Mo und Mi 14–16 Uhr oder vor Ort montags 16–17 Uhr. Oft mehrere Wochen Wartezeit.

ምግብ በፈቃድ ወረቀት። በሙኒክ መኖር አለብዎት፤ የጥገኝነት ጠያቂ ድጎማ ውሳኔ ማረጋገጫ ነው። ምዝገባ በበይነመረብ (የተመረጠ)፣ በስልክ ሰኞና ረቡዕ 14–16፣ ወይም በቦታው ሰኞ 16–17። ብዙ ሳምንታት መጠበቅ ይኖራል።

Food with an entitlement card. You must live in Munich; your benefits notice counts as proof. Register online (preferred), by phone Mon and Wed 2–4 pm or on site Mondays 4–5 pm. Waiting time is often several weeks.

🕒 Geschäftsstelle: Mo–Do 8:30–16 · Fr 8:30–13 Uhr

📍 **Schäftlarnstr. 10, 81371 München (Kontorhaus 1)**

📞 089 29 22 50 · 🗺️ Karte · ካርታ

Kleiderkammern (kostenlose Kleidung)

Kleidung mit Berechtigungsschein, u. a. Caritas Nord (Hildegard-von-Bingen-Anger 1–3) und diakonia (Schäftlarnstr. 10). Nachweis: Berechtigungsschein des Sozialbürgerhauses oder Bescheinigung eines Sozialdienstes. Öffnungszeiten bei den Organisationen erfragen.

ልብስ በማረጋገጫ ወረቀት፤ ለምሳሌ Caritas Nord እና diakonia። ማረጋገጫ፦ ከማኅበራዊ ማዕከል የሚሰጥ ወረቀት። የሥራ ሰዓት በድርጅቶቹ ይጠይቁ።

Clothes with a certificate, e.g. Caritas Nord and diakonia. Proof: entitlement certificate from the social office. Ask opening hours at the organisations.

📍 **Hildegard-von-Bingen-Anger 1–3, 80807 München**

🗺️ Karte · ካርታ

Frauennotruf München

Beratung und Hilfe nach sexualisierter Gewalt. Dolmetscherinnen auf Anfrage.

ከወሲባዊ ጥቃት በኋላ ምክርና እገዛ። ሲጠየቅ አስተርጓሚ ይቀርባል።

Counselling after sexual violence. Interpreters on request.

🕒 Mo–Fr 10–13 · Mo, Di, Do, Fr 15–21 · Mi 18–21 Uhr

📍 **Saarstr. 5, 80797 München**

📞 089 76 37 37 · 🗺️ Karte · ካርታ

Frauenhilfe München · Beratung & Frauenhaus

Beratung und Schutz für Frauen und Kinder bei häuslicher Gewalt. Das Frauenhaus hat eine geheime Adresse; die Aufnahme läuft über die Beratung. Telefon: Mo–Do 10–13, Di 14–17 Uhr.

በቤት ውስጥ ጥቃት ለሚደርስባቸው ሴቶችና ልጆች ምክርና ጥበቃ። የሴቶች መጠለያው አድራሻ ሚስጥር ነው፤ መግቢያው በምክር አገልግሎቱ በኩል ነው።

Advice and protection for women and children facing domestic violence. The shelter address is secret; admission goes through the advice service.

📍 **Winzererstr. 47, 80797 München (Beratungsstelle)**

📞 089 358281-0 · 🗺️ Karte · ካርታ

Bildungsberatung der Stadt (Schule)

Beratung zum Einstieg in das bayerische Schulsystem. Nur nach Terminvereinbarung. Sprachen u. a. Deutsch, Englisch, Farsi, Russisch, Türkisch, Ukrainisch (Amharisch nicht bestätigt).

ወደ ባቫሪያ የትምህርት ሥርዓት ለመግባት ምክር። በቀጠሮ ብቻ። ቋንቋዎች፦ ጀርመንኛ፣ እንግሊዝኛ፣ ፋርሲ፣ ሩሲያኛ፣ ቱርክኛ፣ ዩክሬንኛ (አማርኛ አልተረጋገጠም)።

Advice on entering the Bavarian school system. By appointment only. Languages include German, English, Farsi, Russian, Turkish, Ukrainian (Amharic not confirmed).

📍 **Goethestr. 53, 80336 München**

📞 089 233-26875 · 🗺️ Karte · ካርታ

Staatliches Schulamt München

Beratung zur Schulplatzsuche für Kinder, auch neu Zugewanderte. Nur nach Termin.

ለአዲስ ለመጡ ልጆችም የትምህርት ቦታ ፍለጋ ምክር። በቀጠሮ ብቻ።

Advice on finding a school place for children, including newly arrived. By appointment only.

📍 **Schwanthalerstr. 40, 80336 München**

📞 089 544135-0 · 🗺️ Karte · ካርታ

MVHS · Deutschkurse

Münchner Volkshochschule: Deutsch- und Alphabetisierungskurse. Ob du an einem Integrationskurs teilnehmen darfst, hängt von deinem Status ab; dort fragen.

የሙኒክ የሕዝብ ትምህርት ቤት፦ የጀርመንኛና የንባብ ኮርሶች። በውህደት ኮርስ መሳተፍ የሚችሉት በሁኔታዎ ይወሰናል፤ እዚያ ይጠይቁ።

Munich adult education: German and literacy courses. Whether you may join an integration course depends on your status; ask there.

📍 **Einsteinstr. 28, 81675 München**

📞 089 48 00 60 · 🗺️ Karte · ካርታ

Amhara-Vereinigung in Deutschland

የአማራ ማኅበር በጀርመን

Amhara Association in Germany

የአማራ ማኅበር በጀርመን ሊረዳዎት ይችላል።

Die Vereinigung der Amhara in Deutschland kann dich unterstützen.

The Amhara Association in Germany can support you.

ዐማራ ማህበር በጀርመን · Vereinigung der Amhara in Deutschland (VAD) e. V.

Amhara-Verein in Deutschland. Du kannst ihn per E-Mail oder über die Facebook-Seite erreichen.

በጀርመን የሚገኝ የአማራ ማኅበር። በኢሜይል ወይም በፊስቡክ ገጹ ማነጋገር ይችላሉ።

Amhara association in Germany. You can reach them by e-mail or through their Facebook page.

✉️ amharaassociation@gmail.com

💬 Facebook

Dieser Guide wurde von der AAGE (Amhara Advocacy Group in Europe) zusammengestellt, damit Neuankömmlinge schnell wichtige Adressen finden. Er ersetzt keine Rechtsberatung.

ይህ መመሪያ አዲስ ለመጡ ሰዎች ጠቃሚ አድራሻዎችን በፍጥነት እንዲያገኙ በAAGE (በአውሮጳ የአማራ መብት ተሟጋች ቡድን) ተዘጋጅቷል። የሕግ ምክርን አይተካም።

🗓️ **Last checked · Dernière vérification · ተረጋግጧል:** 11 Nov 2026

⚖️ This guide is for information only. It does not replace advice from a qualified lawyer or an official service. Rules and opening hours change: check before you go.

Ce guide est informatif. Il ne remplace pas un avocat ou un service officiel. Les règles et horaires changent : vérifiez avant de vous déplacer.

ይህ መመሪያ መረጃ ለመስጠት ብቻ ነው። ብቃት ያለው የሕግ አማካሪን ወይም ይፋዊ አገልግሎትን አይተካም። ሕጎችና የሥራ ሰዓቶች ይለወጣሉ፤ ከመሄድዎ በፊት ያረጋግጡ።

⬇️ PDF · guide.pdf

✉️ Report an error · Signaler une erreur · ስህተት ያሳውቁ

ℹ️ Angaben aus öffentlichen Quellen; vor dem Besuch anrufen.