



„Интернациональная поддержка семей“

Средства помощи
на пути иммиграции

«Интернациональная поддержка семей»

Проект организации

Mosaik Leipzig e.V.
Peterssteinweg 3
04107 Leipzig

familien-international@mosaik-leipzig.de
<https://mosaik-leipzig.de/>

Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag
beschlossenen Haushaltes.

Gefördert durch



STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES
UND GESELLSCHAFTLICHEN
ZUSAMMENHALT



Проект организации
Mosaik Leipzig e.V.
Peterssteinweg 3
04107 Leipzig

Дом — это не только физическое пространство: это сеть связей, создающих смысл, защиту и достоинство.

Это мир, который мы несем в себе, и мир, который мы строим вместе.



Эта брошюра была создана на основе опыта матерей и отцов-мигрантов, которые участвовали в родительских группах проекта

«Интернациональная поддержка семей»
организации Mosaik Leipzig e.V. в 2025 году.

Во время встреч участники делились с нами своей болью и своими переживаниями, своими сильными сторонами, своими мыслями и чувствами, своим опытом и надеждами.

Эта брошюра хранит следы этих людей и приглашает нас продвигаться дальше по нашему пути.

Её следует понимать как спутник в повседневной жизни и как сборник тем, которыми мы делились на наших встречах.



Содержание

Введение

Модуль 1 Поддержка матерей & отцов

Модуль 2 Иммиграция телом, сердцем и душой

Модуль 3 Стресс в семье и эмоциональные потребности детей

Модуль 4 Семьи в процессе изменения

Модуль 5 Система образования в Саксонии

Модуль 6 Стресс, связанный с иммиграцией

Модуль 7 Когда нашим детям плохо

Модуль 8 Забота о себе в кругу семьи

Заключительные мысли

Советы для семей

С о д е р ж а н и е
С о в е ты с е м ь я

Где найти информацию?

Какую информацию?

Где найти?

Консультации для взрослых мигрантов (MBE) – Информация и консультативные центры

www.migrationsberatung.org/de/

Службы по вопросам иммиграции для молодёжи (JMD) – консультации для молодёжи с иммиграционной историей (12-27 Jahre)

www.jugendmigrationsdienste.de/

Федеральный портал по вопросам семьи – Информация о семейных пособиях, консультациях

www.familienportal.de/

Федеральный институт общественного здоровья – портал для родителей и специалистов «Информация о здоровье детей»

www.kindergesundheit-info.de

Уполномоченный по делам иностранцев Саксонии – консультации и контакты со службами по вопросам миграции и интеграции в Саксонии

<https://sab.landtag.sachsen.de/bewilligung-und-kontakte-19086.cshtml>

Центры по вопросам воспитания и семьи в Саксонии

<https://www.familie.sachsen.de/erhe-familien-lebensberatung.html>

Календарь мероприятий и советы по досугу в Саксонии

<https://sachsen-net.com/veranstaltungen/>

„Willkommenszentrum“
Центр приветствия города Лейпцига

<https://www.leipzig.de/leben-in-leipzig/soziales/migration-und-integration/willkommenszentrum/beratungsangebote-und-informationen>

Предложения и мероприятия в городе Лейпциге

<https://afeefa.de/leipzig?l=de>

Для записей или рисунков



Один из способов исцеления: это рисовать или писать о том, что ты переживаешь, что ты чувствуешь, что дает тебе силу и за что ты благодарен.

З а к л ю ч и т е л ь н ы е м ы с л и

В в е д е н и е

Дорога открывается по мере продвижения

Шаг за шагом в пути, как родитель или опекун на новом месте



... Иммиграция означает идти новым путем, оставляя при этом собственные следы.

Иногда нам приходится менять курс, останавливаться, и глубоко вздохнув идти дальше.

Со смелостью.
С надеждой.

Плечом к плечу с другими людьми рядом.

Этот блокнот для тебя, кто идет вперед; любит, воспитывает и борется; кто всегда в движении.

Поддержка матерей или отцов с опытом иммиграции

У меня всегда есть возможность заботиться о:
своей семье,
себе
своей истории.

Я несу в себе свой опыт, свою боль, свои сильные стороны, свои мысли, свои чувства и свои надежды.

И я решаю, когда и с кем я буду об этом говорить.

Я также решаю, когда хочу помолчать.

Это забота о себе и о своей семье.

Это душевное здоровье.

Это уважение: к себе и к другим.

Уважение начинается там, где я знаю свои границы и уважаю границы других.

М о д у л ь 1



Заключительные мысли об иммиграции

Некоторые следы теряются...
другие становятся путями.

Иммиграция означает: оставлять следы такими, кем мы были, кем мы являемся и кем мы станем.

Но некоторые следы остаются:
те, которые мы оставляем, когда помогаем, когда слушаем и поддерживаем друг друга.

**Дом – это не место.
Дом создают люди.**

Пространство, наполненное любовью, близостью и разделённым молчанием.

Дом, который несет в себе весь мир.
Где переплетаются твои и мои истории.



Где дети могут чувствовать:
«Я принадлежу этому месту. Здесь меня принимают таким, какой я есть».

*После зимы наступает весна,
в том числе и в сердце. (Русская пословица)*



Самоанализ

Какой небольшой ритуал ты можешь провести для себя?



Какие приятные моменты ты можешь посвятить семье, находясь вместе – без экранов телевизора, компьютера, телефона?



Какие слова тебе нужно сегодня услышать для себя?



М о д у л ь 8

М о д у л ь 1

Иногда мы забываем, сколько уже хорошего мы сделали как родители.

Это место предназначено для того, чтобы напоминать нам об этом, не осуждая, а относясь к нам с любовью.

Самоанализ

Я горжусь своим ребенком, потому что



Я восхищаюсь своим ребенком за



Я чувствую себя хорошим родителем, когда....



Дело не в том, чтобы быть идеальным. Дело в том, чтобы относиться ко всему с любовью, даже когда видишь «ошибки».

Небольшие паузы помогают обрести истинный покой.



Иммиграция телом, сердцем и душой

Что мы чувствуем, когда мы иммигрируем?

Иммиграция означает не только смену страны. Она меняет привычный ход жизни, язык, отношения и ожидания, а также то, как мы понимаем мир. Все это вызывает определённые чувства и ощущения.

И каждое чувство хочет нам что-то сказать:

- **Печаль** напоминает нам о том, что было для нас важно.
- **Страх** защищает нас, когда все ново.
- **Гнев** показывает нам, что нам не идет на пользу.
- **Усталость** говорит: тебе нужен покой и забота.
- **Надежда** дает нам силу идти дальше.

Эмоции могут быть неприятными, но в то же время они могут являться определённым знаком.

Важно обозначать их, делиться ими и находить способ заботиться о себе.



Когда твое сердце спокойно, то и буря снаружи утихает.
(персидская пословица)



Маленькие идеи с большим эффектом

- Сделайте 10-минутный перерыв
- Выпейте чай с другом или подругой
- Послушайте музыку
- Сделайте глубокий вдох, прежде чем ответить
- Принимайте помощь — даже в мелочах
- Говорите: «Сегодня я не могу», не чувствуя вины
- Запишите красивую фразу
- Сделайте паузу, смеясь, танцуя, плача — все разрешено
-
-
-

Сделать перерыв не значит остановиться, а значит прислушаться к себе.

Умение заботиться о себе: забота о себе – это тоже любовь

А я? А где же я во всем этом...?

Заботиться, переезжать, все организовывать,
быть рядом с детьми...

Часто мы забываем при этом **о себе**.

Но тот, кто хорошо относится к себе,
показывает это детям:
мое благополучие тоже важно!

Речь идет не о больших вещах,
а о **маленьких моментах заботы о себе**.

*Маленькие моменты могут являться
передышкой и новым началом.*



Самоанализ

Какие чувства сопровождают тебя сегодня, когда ты думаешь об иммиграции?



Какие эмоции в последнее время присутствуют в твоей семье?



Что ты делаешь, когда тебя одолевают эмоции?



*Иногда все кажется непосильной ношей.
И вполне естественно, что ты при этом
чувствуешь усталость, грусть и растерянность.*



Дышать – Чувствовать – Успокаиваться

Как регулировать свои эмоции?

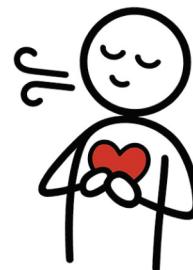
Когда мы испытываем страх, стресс или беспокойство, мы часто дышим очень быстро или забываем правильно дышать.

Эмоции нельзя контролировать. Мы можем только осознанно **ощущать их**: сначала мы чувствуем, затем осознаем, что мы чувствуем, и в конце концов учимся успокаиваться.

При **стрессовых** ситуациях: сердце бьется быстро, голова забита мыслями, мы не чувствуем себя в безопасности, дышим **поверхностно и быстро** – и иногда даже не замечаем этого.

Дыхательные упражнения помогают снова успокоиться: успокоить тело и голову.

Наше тело и наши эмоции говорят нам, когда что-то сложно и когда что-то нам идет на пользу.



Регулирование эмоций — это наш личный путь, который нужно найти.

Забота о себе в кругу семьи

Несколько упражнений, которые ты можешь выполнять самостоятельно или вместе с семьей:

- **Техника постукивания/Таппинг**: легко постучите по груди или руке
- **Сжимание руки**: Вдохните, сожмите кулак и надавите, отпустите и глубоко выдохните.
- **Считать**: тихо считать до 10 на своем родном языке, по-немецки или на смешанном языке.
- **Ощущение земли**: сознательно поставьте ноги на пол и почувствуйте его.
- **Дыхание**: медленно вдохните через нос, выдохните через рот (с движением рук или без них)

Вместе с детьми можно также выполнять следующие упражнения, сначала один человек, затем другой:

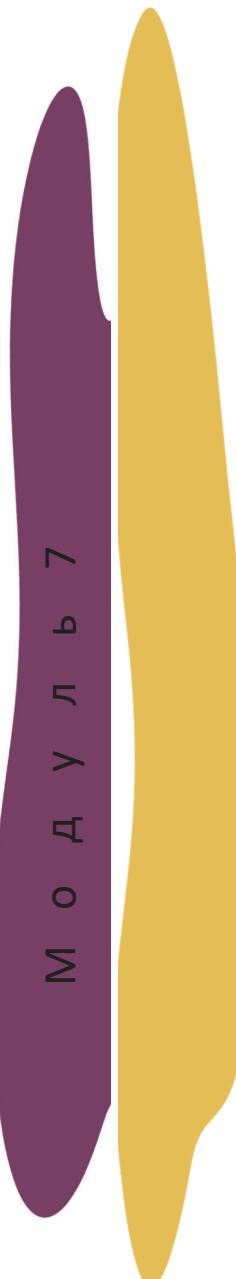
- **Массаж «пицца»**: «сделайте» пиццу на спине; сначала «размять» спину, затем нарисовать ингредиенты
- **Массаж «улитка»**: на спине нарисовать улитку, сначала маленькую, затем все больше и больше.



Где есть любовь, там есть сила.
(Латиноамериканская пословица)

Что ты можешь сделать уже сейчас:

- **Будьте рядом – без требований.** Иногда достаточно просто тихого присутствия
- **Создайте мягкую структуру повседневной жизни:** это даст ребенку опору
- **Создавайте маленькие совместные моменты:** гуляйте, рисуйте, пеките, смотрите на небо, ешьте мороженое, считайте облака, смотрите на звезды ...
- **Говорите поддерживающие фразы.** «Я рядом. Ты не один. Я люблю тебя».
- **Проинформируйте школу:** возможно, есть временные решения (например, договорённость об обучении)
- **Создайте для себя, как родителя, небольшие моменты покоя,** чтобы восстановить силы и энергию.
-
-



Предлагаем три простых шага, которые могут помочь тебе и твоему ребёнку:

1. Дышать

3 секунды вдох и выдох на 5 секунд.

Проделай это три раза, не торопясь. Твое тело почувствует это.



2. Выражать то, что мы чувствуем

Скажи вслух:

«Я злюсь».

«Я печалюсь».

«Я нервничаю».

Когда мы проговариваем то, что чувствуем, это часто успокаивает. Выговоренные эмоции успокаиваются.

3. Связь с телом

Сделайте паузу. Почувствуйте свои ноги, стоя на полу. Положите руку на грудь или живот. Пойди на прогулку, потрясите ладошками, ногами и руками. Тело тоже знает, как оно может успокоиться .



Простые вещи могут быть важными шагами на этом пути.



Дыхание универсально, но то, как мы дышим, уникально.

Самоанализ



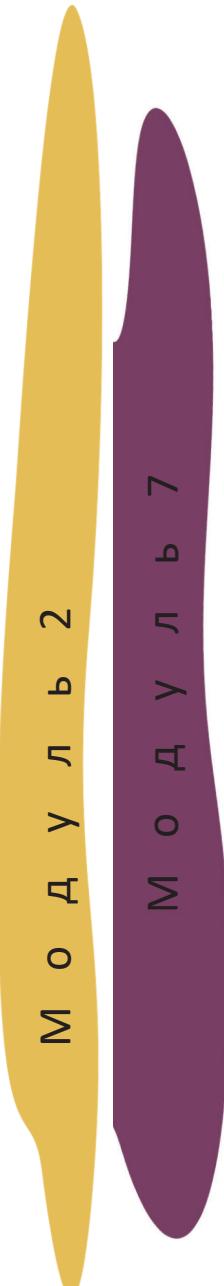
Какая техника дыхания или техника регуляции эмоций нравится тебе больше всего?



Какими из этих техник ты можешь поделиться со своим ребенком?



Что ты уже делаешь, чтобы чувствовать себя лучше?



Когда помощь ожидается слишком долго...

Что можно сделать в это время:

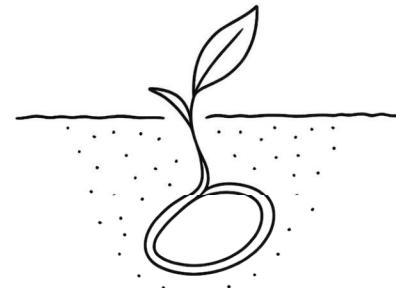
«Мы ждем термина ... и что нам делать в это время?»

Поиск помощи для твоего ребенка — это акт любви.

Но иногда получение поддержки требует длительного ожидания; иногда проходят **месяцы**, прежде чем можно попасть на терапию, лечение или консультацию.

Это не значит, что ты беспомощен.

Есть **многое**, что ты можешь сделать уже сейчас.



Каждый человек имеет свой ритм, каждая душа имеет свой способ дышать.



Даже в бессилии может зародиться новая сила.

Самоанализ

Замечал ли ты в последнее время изменения в поведении твоего ребенка?



Что бы ты мог сказать или сделать, чтобы твой ребенок чувствовал себя лучше?



К кому ты можешь обратиться, если тебе нужна помощь?



Модуль 7
Модуль 3

Стресс в семье и эмоциональные потребности детей

Что требуется детям, когда дома слишком много стресса?

Все семьи переживают **моменты стресса**: усталость, ссоры, финансовые проблемы, проблемы иммиграции, походы в органы власти, бланки, документы, письма ...

Когда есть стресс, взрослые **реагируют быстрее**, и дети все это **чувствуют**.

Как я могу это распознать у своего ребенка?

Если мой ребенок:

- демонстрирует сильные перепады настроения
- не хочет играть
- плохо спит или изолируется
- часто плачет
- испытывает сильные приступы гнева

Что требуется детям в такие моменты?

Детям *НЕ* нужны идеальные взрослые. Им нужна любовь, внимание, чувство своей важности и пространство, чтобы просто быть детьми.


Боль не лишает тебя силы. Она показывает, насколько это важно для тебя.



Терпение - ключ к облегчению.
(Арабская пословица)

Основные эмоциональные потребности детей

Тип потребности:

1. Безопасная привязанность

2. Признание

3. Проявление чувств

4. Структура

5. Свобода открытий

6. Принадлежность

7. Защита

Что нужно ребёнку:

Знать, что кто-то рядом

Чувствовать, что тебя видят, слышат и ценят

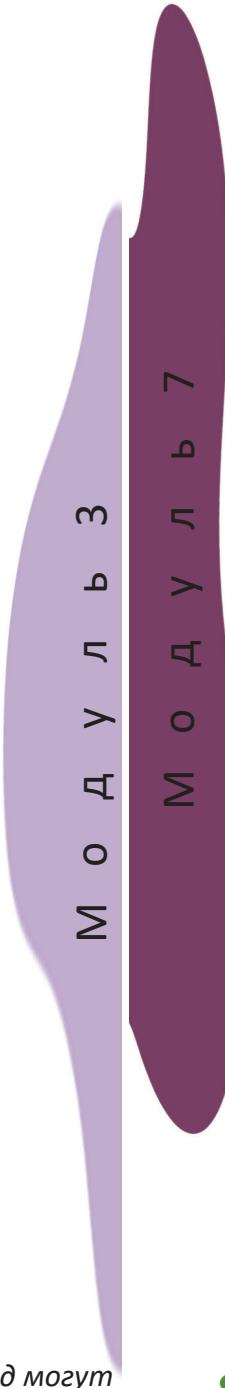
Без страха показывать то, что ты чувствуешь

принимать границы и рутину с любовью

Возможность ошибаться без страха наказания или стыда

Чувство участия и того, что ты часть чего-то

Уверенность в том, что окружение безопасно



Когда нашим детям плохо

Что я могу сделать, если мой ребенок грустит или замкнулся?

Иногда дети не могут выразить свои чувства словами, но они **показывают их своим телом, своим настроением или поведением.**

Некоторые тревожные сигналы:

- Они необычно тихие или быстро впадают в ярость.
- Нарушения сна или чрезмерная сонливость.
- Отсутствие аппетита или постоянное переедание.
- Замкнутость, отказ от игр или общения.
- Фразы типа: «Я не хочу больше жить», «Я только обуза».

Не важно знать все, гораздо важнее:

- Слушать, не осуждая
- Быть рядом, сохранять спокойствие
- Обращаться за помощью, если это продолжается длительно (несколько недель), это не признак слабости, а заботы.



Самоанализ

Какие стрессовые ситуации ты пережил/а в последнее время дома?

Что помогает тебе успокоиться в такие моменты?



Спокойный голос, мягкий жест и понимающий взгляд могут иметь большее значение, чем многочисленные объяснения.



Тело говорит и без слов.

После несправедливых ситуаций, с которыми могут столкнуться наши дети, мы часто чувствуем себя беспомощными и не можем найти подходящих слов. Вот несколько фраз, которые могут тебе помочь:

- «*То, что с тобой произошло, неправильно.*
- *Это не твоя вина».*
- *«Я здесь, чтобы поддержать тебя».*
- *«Ты поступил правильно, рассказав об этом».*
- *«Давай посмотрим, что мы можем сделать вместе».*

Самоанализ

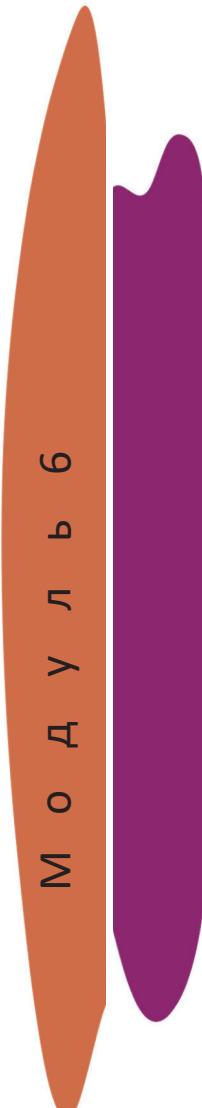
Что ты можешь сказать своему ребенку, если он подвергается дискриминации?



К кому ты можешь обратиться как родитель за помощью?



«Мы показываем нашим детям пример того, как можно уважать друг друга и жить вместе».



Семьи в процессе изменения

Иммиграция приносит с собой много изменений:

- Семьи становятся меньше (от большой семьи к маленькой семье)
- Дети вынуждены переводить язык и правила для семьи
- Новые права и обязанности меняют роли женщин, мужчин и даже детей
- Правила различаются от страны к стране



Самоанализ

Какие изменения происходят в твоей семье?



Какие права особенно касаются тебя?



Какие правила помогают тебе в повседневной жизни?



Изменения – это часть жизни.
Шаг за шагом появляются новые пути.

Где искать поддержку?

Премены могут укреплять семью

Каждая семья переживает важные моменты:
беременность, детский сад, школа, половое
созревание, партнерство, работа, но также и такие
испытания, как болезнь, утрата, смерть и многое
другое.

Самоанализ

О чём ты сейчас переживаешь в своей семье?



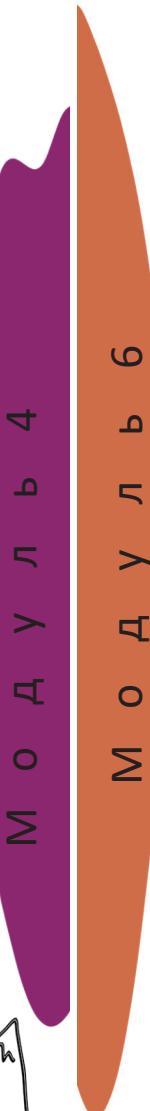
У каждой семьи есть своя история.
Некоторые истории полны радости.
Другие полны боли.
Многие имеют и то, и другое: радость и боль.

Самоанализ

Какие прекрасные воспоминания ты хранишь в
своем сердце?



Какие трудные переживания сопровождают тебя?



В каждой семье бывают взлеты и падения.
Эти переживания дают нам новые перспективы.
Они могут обогатить и укрепить нас.

Вид поддержки	Организация	Контакт
В случае дискриминации	Антидискрими - национальное бюро города Лейпцига	www.adb-sachsen.de / 0341 30651880
Консультация для потерпевших насилие на расовой почве	RAA Sachsen / Opferberatung/ Консультации для пострадавших	www.raa-sachsen.de / info@raa-sachsen.de
Беседы с родителями	Школьная социальная работа / Руководство школы	Непосредственно в школе
Консультации по вопросам иммиграции для взрослых/ молодёжи	MBE / JMD	www.mbeon.de
Анонимная, многоязычная поддержка	Телефон доверия & Консультации всвязи с насилием	08000 116 016 (бесплатно и анонимно)

Поиск помощи является признаком силы.

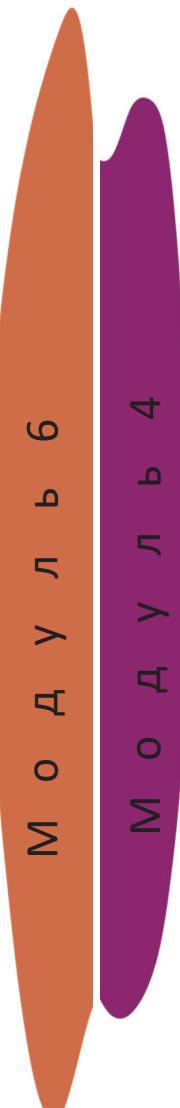


Что делать, если мой ребенок или я подвергаемся дискриминации?

Ты имеешь право на уважение, всегда! И твой ребенок тоже.

Несколько идей, которые могут тебе помочь:

- **Спокойно выслушай.** Дай понять ребенку, что ты ему веришь и что он не один.
- **Четко обозначь произошедшее.** «То, что ты пережил, является дискриминацией. Это несправедливо».
- **Обратись за поддержкой** в школу или детский сад. Поговори с учителями или руководством.
- **Запиши, что произошло:** дату, место, что было сказано или сделано. Назови свидетелей.
- **Ищи помощь извне.** Существуют консультационные центры, телефонные линии и группы поддержки.
- 
- 



Некоторые семьи пережили очень тяжёлые ситуации: насилие, войну, диктатуру, преследования, бегство,...

Такие переживания могут вызывать страх и стать большой нагрузкой для всей семьи. Они могут также оставить след в душе, даже если все это уже давно в прошлом.

Самоанализ

Оставили ли эти переживания след в твоей семье?



Изменилось ли что-нибудь в твоей семье с тех пор?



Что помогает тебе и твоему ребенку обрести покой?



Озвучить то, что причиняет боль, — это не признак слабости. Это первый шаг к переменам.



Даже из боли могут рождаться новые силы.



Страх не исчезает сам по себе.
Но он может уменьшиться.
У нас и у наших детей.

Мы можем говорить об этом с нашими детьми и быть рядом с ними.
Несмотря на трудности, семьи демонстрируют большую силу:
для своих детей,
для безопасности,
для хорошей жизни.

Самоанализ

Какие сильные стороны ты видишь в своей семье?



Какие сильные стороны ты видишь в своем ребёнке?



Какие маленькие шаги показывают тебе, что твоему ребёнку стало лучше?



*Наша сила может быть похожа на цветок:
она находит свой путь даже в твёрдой почве.*

Предрассудки, дискриминация и расизм

Предрассудки – это мысли, мнения или общие суждения о людях, группах или ситуациях, прежде чем мы действительно их узнаем. Они возникают из того, чему мы научились и что пережили. Иногда предрассудки помогают нам быстро сориентироваться. Но часто они носят негативный характер, могут ограничивать наш взгляд и обижать других людей.

Дискриминация происходит, когда к кому-то относятся хуже или его исключают из общества из-за предрассудков, например, из-за языка, религии, пола, возраста, происхождения или внешности.

Расизм – это когда людей, например, из-за цвета кожи или происхождения делят на группы и относятся к ним пренебрежительно. Это оскорбляет человеческое достоинство.

Все люди имеют предрассудки. Важно то, что мы можем их распознать, подвергнуть сомнению и изменить. Так возникает уважение и настоящее взаимопонимание.

Доп. информация: www.adb-sachsen.de/de/glossar



Ты не виноват в том, что сталкиваешься с дискриминацией. Твоя сила в том, чтобы встретить ее с достоинством.



Самоанализ

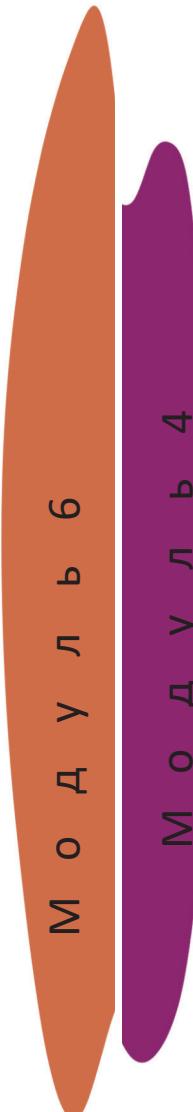
Какие сложные ситуации пережили ты или твоя семья?



Как ты себя при этом чувствовал? Что могло бы тебе помочь в этом моменте?



Что ты можешь сказать своему ребенку, если он столкнется с чем-то подобным?



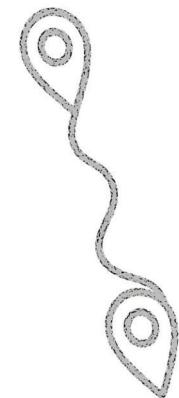
Родительство на расстоянии

Иногда семьи по разным причинам оказываются разлученными.

Иногда детям приходится жить в другой стране.
Или родители вынуждены остаться.

Тогда мы становимся семьями на расстоянии. Но в сердце мы близки друг другу.

Это расстояние приносит беспокойство, сомнения и даже чувство вины.
Возникает много вопросов, и часто мы не можем найти на них ответы.



Тем не менее, мы можем быть рядом.
Мы можем поддерживать связь: по телефону, видеосвязи или с помощью сообщений.
Мы можем словами, картинками и небольшими ритуалами показывать: наши дети нам важны.
Наша семья важна.

Самоанализ

Что помогает тебе поддерживать связь с семьей?



Каждый человек заслуживает уважения, всегда; даже если другие его не проявляют.

Материнское сердце не знает границ
(курдская поговорка).



Быть родителем – даже в одиночку

Быть рядом с детьми, воспитывая их одному

Одиночные матери и отцы могут получать в Германии различные виды поддержки.

Существуют консультационные центры, служба по делам несовершеннолетних, финансовая помощь и группы, где можно получить информацию или поговорить об этом.

Но: это не всегда легко.

Одиночные родители несут большую ответственность.

Часто мы устаем.

Часто мы чувствуем себя одинокими в принятии решений.

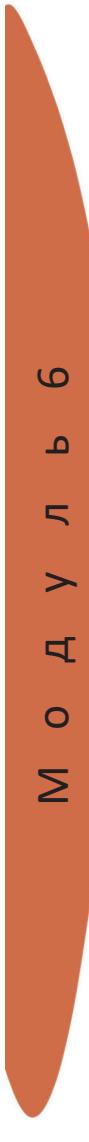
Иногда не хватает времени на себя.

Воспитание детей в одиночку также может быть источником силы, требующим большого терпения, любви и смелости.

Мы выполняем две роли в одном лице:
нежность и защита, строгость и теплота.



Быть одиноким родителем означает иметь в себе два голоса и слушать оба.



Стресс, связанный с иммиграцией

и дискриминация

Быть устойчивым – чтобы хорошо сопровождать других

Иммиграция не заканчивается после пересечения границы.

Каждый день приносит новые вызовы, которые могут утомлять, вызывать неуверенность или причинять боль.

Иногда это просто слово, молчание или взгляд.

Или это страх, сделать что-то не так, что-то неправильно понять, иногда чувствовать, что тебя не замечают или дают обидные комментарии по поводу твоего языка, внешности или происхождения.

Это может вызывать тяжелые чувства, но иметь эти чувства не значит потерпеть неудачу.

Это часть человеческой природы и нашего пути как семьи в новом мире.

И осознание таких переживаний может сделать нас сильнее.



Мы часто не можем изменить то, что происходит вокруг нас, но то, как мы защищаем себя изнутри, зависит от нас.

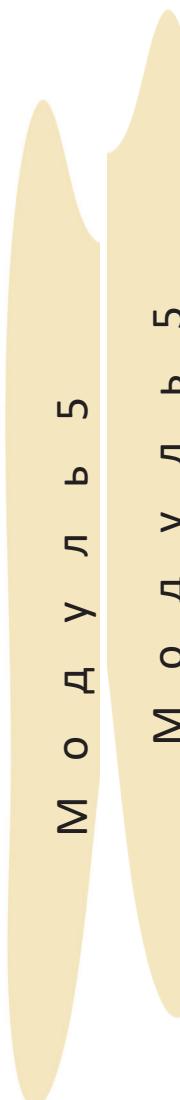
Как мы можем помочь детям в школе?

Не обязательно полностью понимать школьную систему, чтобы оказывать хорошую поддержку ребёнку.

Что действительно важно: быть рядом, проявляя интерес и задавая вопросы.

Простые идеи, которые могут помочь:

- Спросите: «Как ты себя сегодня чувствуешь?»
- Читайте и сохраняйте школьные письма
- Посещайте родительские собрания — при необходимости попросите помочь делать записи или с переводом.
- Поговорите с учителями, если вас что-то беспокоит
- Познакомьтесь с другими родителями
- Скажите своему ребенку: «Ты не должен быть идеальным. Просто делай все, что в твоих силах.»



Система образования в Саксонии

Многие родители после переезда хотят, чтобы их дети «достили успеха», получили высшее образование, были сильными и смогли достичь всего того, чего «мы» не смогли.

Это любовь.

Но иногда эта любовь может являться давлением.

Школьная система новая и иногда ее трудно понять. И этот путь не всегда одинаков для всех детей.

Что является самым главным:

Мой ребенок должен чувствовать себя комфортно, в безопасности и поддержке.

Он должен найти свой путь, свой темп, свои силы.

Самоанализ

Чего ожидали от меня мои родители?



Чего я ожидаю сегодня от своего ребенка?



Что действительно важно для моего ребенка, чтобы он чувствовал себя хорошо?



Ваш ребенок не должен «кем-то» становиться, ...
он уже кто-то есть.

Ребенок — как зеркало: он показывает то, что видит. (турецкая пословица)



Как устроена система школьного образования в Саксонии?

В Германии **обязательное** школьное образование начинается с 6 лет – посещение государственных школ бесплатное.

Школьное образование состоит из **нескольких этапов**:

1. Начальная школа:

- 1–4 классы
- Все дети учатся вместе

2. После начальной школы:

По рекомендации учителей (в 4 классе) и решению родителей предлагаются следующие возможности:

- **Средняя школа:** с 5 до 9 или до 10 класса
- **Гимназия:** с 5 до 12 класса

С 5 класса пути учеников расходятся, но позже еще есть возможность поменять школьный путь.

Многие дети получают поддержку по предмету **DAZ** («немецкий как второй язык»).

Иногда школьный путь бывает нелегким, как для детей, так и для родителей. Но каждый шаг имеет значение и каждый день приносит новые возможности.

Не каждый путь прямой, но каждый шаг важен.

