



Benvenuti nel Canton Berna

**Informazioni utili per
i nuovi abitanti**

Italienisch/Italien



Gesundheits- und Fürsorgedirektion
des Kantons Bern
Sozialamt, Abteilung Integration

Direction de la santé publique
et de la prévoyance sociale du
canton de Berne, Office des
affaires sociales, Division Intégration

Caro nuovo abitante,

**un cordiale benvenuto nel Canton
Berna, attraente e vario. Siamo lieti
che abbia deciso di vivere qui.**

Il Canton Berna dispone di alcuni centri cittadini, ma anche di molte zone rurali. Il 1° gennaio 2018 erano residenti qui 1'031'126 persone, il 16.2% delle quali di nazionalità straniera. La maggior parte della popolazione bernese vive nelle città di Berna, Bienne, Burgdorf e Thun. Con due lingue ufficiali, tedesco e francese, il Canton Berna è bilingue. Ci sono anche alcuni comuni bilingui, ma solitamente la lingua ufficiale a livello comunale è o il tedesco o il francese.

Per noi è importante che Lei si trovi bene nella nuova patria che ha scelto e che riesca ad ambientarsi presto. L'integrazione è sempre un processo reciproco. A tal fine occorre sia il Suo impegno come anche la comprensione della popolazione locale. Quest'opuscolo le offre una panoramica sulle offerte e i servizi che Le possono facilitare il Suo inizio nel Canton Berna. La preghiamo di utilizzarlo! Inoltre, molti comuni hanno anche delle offerte d'integrazione personali. Per maggiori informazioni La preghiamo di rivolgersi direttamente al Suo comune di residenza.

Veda anche: Piattaforma informativa
www.integration-be.ch

Opuscolo «Benvenuti in Svizzera»
www.sem.admin.ch > Pubblicazioni
& servizi > Pubblicazioni
www.sem.admin.ch > Publikationen
& Service > Publikationen
www.sem.admin.ch > Publications
& services > Publications

Sito web inglese del Canton Berna:
www.cantonofbern.ch

Sommario

Consulenza su questioni quotidiane e integrazione	5
Soggiorno / ricongiungimento familiare	6
Corsi di tedesco, francese e d'integrazione	9
Lavoro	10
Abitare	14
Educazione / cura dei bambini / scuola	16
Salute / sicurezza sociale	21
Protezione contro la discriminazione	26
Tasse	28
Mobilità	29





Consulenza su questioni quotidiane e integrazione

Ho alcune domande generiche sulla vita in Svizzera, oppure vorrei sapere di più su un determinato tema. A chi mi posso rivolgere?

Ha domande specifiche sulla lingua? Su matrimonio, convivenza e famiglia? Sulla violenza domestica? Su formazione e occupazione? Su finanza, diritto e salute? Sul rapporto con le autorità? Su migrazione ed età?

Gli interlocutori per l'integrazione (Anspruchstellen Integration / *Antennes d'intégration*) hanno il compito di dare consigli a straniere e stranieri su tutte le questioni quotidiane e sull'integrazione. Questi uffici possono rimandare se necessario anche ad altre organizzazioni specializzate.

Città di Berna:

Kompetenzzentrum Integration der Stadt Bern
(Centro di competenza per l'integrazione della città di Berna)

Effingerstrasse 33, 3008 Berna

Tel. 031 321 60 36

E-Mail integration@bern.ch

www.bern.ch/integration

Regione Emmental-Altopiano-Alta Argovia:

isa Informationsstelle für Ausländerinnen- und Ausländerfragen (Centro informativo per stranieri e tematiche legate agli stranieri)

Speichergasse 29, 3011 Berna

Tel. 031 310 12 72

E-Mail beratung@isabern.ch

www.isabern.ch

Regione Giura bernese-Seeland-Bienne:

Fachstelle Integration / Service spécialisé de l'intégration

Bahnhofstrasse 50 / *Rue de la gare 50*,
2501 Biel/Bienne

Tel. 032 326 12 17

E-Mail integration@biel-bienne.ch

www.biel-bienne.ch/integration_beratung/

www.biel-bienne.ch/integration_conseil

Regione Thun-Oberland:

KIO Kompetenzzentrum Integration (Centro di competenza per l'integrazione)

Uttigenstrasse 3, 3600 Thun

Tel. 033 225 88 00

E-Mail kio@thun.ch

www.thun.ch/kio

Può trovare una panoramica con altre offerte e uffici di supporto su

www.integration-be.ch



Soggiorno / ricongiungimento familiare

Dove trovo le informazioni riguardanti il mio permesso di soggiorno o di domicilio?

Deve far rinnovare regolarmente il Suo permesso di soggiorno o di domicilio. In base al tipo del Suo permesso e secondo lo stato giuridico di asilo o di straniero (L, B, C, G, N, F) avrà diversi diritti e doveri. Quali sono i termini per il rinnovo del relativo permesso? Quali sono i diritti e i doveri che sono legati alla Sua condizione giuridica di straniero? Come può trasformare il Suo permesso di soggiorno in un permesso di domicilio? Le risposte a queste domande Le saranno date dal Servizio migrazione del Canton Berna e, se abita a Berna, Bienne o Thun, dall'ufficio controllo abitanti. Per informazioni a riguardo o in merito alla naturalizzazione può rivolgersi anche al Suo comune di residenza.

Servizio migrazione del Canton Berna (Migrationsdienst des Kantons Bern / Service des migrations du canton de Berne)

Eigerstrasse 73, 3011 Berna
Tel. 031 633 53 15
E-Mail midi.info@pom.be.ch
www.be.ch/migration

Città di Berna:

Ufficio controllo abitanti, migrazione e polizia degli stranieri (Einwohnerdienste, Migration und Fremdenpolizei)

Predigergasse 5, Casella postale,
3001 Berna
Tel. 031 321 53 00
E-Mail einwohnerdienste@bern.ch
www.bern.ch > Politik und Verwaltung >
Stadtverwaltung > Direktion für Sicherheit,
Umwelt und Energie > Polizeiinspektorat >
Einwohnerdienste, Migration und Fremden-
polizei

Città di Bienne:

**Servizi agli abitanti e servizi speciali
(Einwohner- und Spezialdienste / Services des habitants et services spéciaux)**

Neuengasse 28 / Rue Neuve 28,
Casella postale 1120, 2502 Bienne
Tel. 032 326 12 25

E-Mail ESD-SHS@biel-bienne.ch

www.biel-bienne.ch > Behörden/Verwaltung > Direktion Soziales und Sicherheit > öffentliche Sicherheit > Einwohner- und Spezialdienste / www.biel-bienne.ch > Autorités/Administration > Direction de l'action sociale et de la sécurité > Sécurité publique > Services des habitants et services spéciaux

Città di Thun:

**Ufficio controllo abitanti della città di Thun
(Einwohnerdienste der Stadt Thun)**

Hofstettenstrasse 14, Casella postale 145,
3602 Thun

Tel. 033 225 82 49

E-Mail einwohnerdienste@thun.ch

www.thun.ch/einwohnerdienste

**Desidero portare la mia famiglia
in Svizzera. Come devo procedere
e chi mi può consigliare?**

Presso il Suo comune di residenza o il Servizio migrazione del Canton Berna (indirizzo veda pagina 6) può trovare tutte le informazioni e i moduli necessari per il ricongiungimento familiare. Un aiuto le viene anche offerto dagli interlocutori per l'integrazione (Ansprechstellen Integration / Antennes d'intégration) (per gli indirizzi veda pagina 5). Coppie e famiglie binazionali si possono rivolgere anche al Consultorio per donne e uomini nei rapporti binazionali (frabina).

**frabina Consultorio per donne e uomini
nei rapporti binazionali**

Kapellenstrasse 24, 3011 Berna

Tel. 031 381 27 01,

E-Mail info@frabina.ch

www.frabina.ch

Sono venuta/o in Svizzera perché mi sono sposata/o. Che cosa devo sapere?

Ha delle domande riguardanti il diritto matrimoniale svizzero? O sul Suo stato giuridico di straniero/a dopo il matrimonio con uno svizzero o una svizzera o con una persona avente il diritto di soggiorno in Svizzera? Oppure desidera delle informazioni generali riguardanti i matrimoni o i rapporti di coppia? Gli interlocutori per l'integrazione (*Ansprechstellen Integration / Antennes d'intégration*) sono a Sua disposizione (indirizzi veda pagina 5).

Se Lei si sposa in Svizzera o se ha la Sua residenza coniugale in Svizzera allora sottostà al diritto matrimoniale svizzero. In Svizzera vale il principio della parità di diritti di uomo e donna – anche fuori dal matrimonio. Questo significa che entrambi i coniugi in tutte le occasioni hanno gli stessi diritti e doveri e lo stesso diritto di partecipazione.

In Svizzera, la violenza nel matrimonio è considerata un delitto perseguibile d'ufficio. Questo significa che il reato deve essere perseguito penalmente, anche contro la volontà della vittima.

Un promemoria in 15 lingue sui diritti e i doveri più importanti in base al diritto matrimoniale svizzero si trova qui:

www.bj.admin.ch

> Società > Stato civile > Promemoria

Trova altre informazioni qui:

www.integration-be.ch

Informazioni su diversi temi dei matrimoni e rapporti di coppia binazionali si trovano qui: www.binational.ch



Corsi di tedesco, francese e d'integrazione

Dove posso imparare il tedesco o il francese?

Nel Canton Berna si parla principalmente tedesco, ma in alcune regioni francese. Nelle scuole delle regioni di lingua tedesca si parla il tedesco standard, nella vita quotidiana però il dialetto, cioè lo svizzero tedesco. Per potersi orientare nel mondo professionale e nella vita quotidiana è importante che Lei possa comprendere e parlare la lingua del Suo nuovo luogo di residenza. Così Le sarà più facile allacciare contatti con gli svizzeri e le svizzere e troverà più facilmente un lavoro.

Nel Canton Berna esistono numerose offerte di corsi di lingua. Alcuni trasmettono delle conoscenze linguistiche per le situazioni quotidiane in Svizzera e i temi più specifici come lavoro, scuola, bambini, ecc. Esistono anche i corsi d'integrazione, che forniscono informazioni su nozioni quotidiane e sulla vita in Svizzera. Durante alcuni di questi corsi si può anche usufruire di un servizio professionale di baby sitting.

Qui troverà un elenco dei corsi di tedesco e francese nel Canton Berna:
[www.be.ch/sprachkurse-migration /](http://www.be.ch/sprachkurse-migration/)
www.be.ch/cours-langue-migration

Una lista dell'offerta di corsi d'integrazione nel Canton Berna si trova qui: www.integration-be.ch

Anche l'interlocutore per l'integrazione della Sua regione le può fornire una panoramica delle varie offerte (vedere pagina 5 per gli indirizzi). Alcuni di questi uffici offrono a loro volta corsi di lingua e integrazione.



Lavoro

Vorrei lavorare nel Canton Berna. Come devo fare?

Possiede una carta di soggiorno valida senza l'annotazione «autorizza all'attività lavorativa»? Allora comunichi prima all'ufficio controllo abitanti del Suo comune di residenza la data d'inizio della Sua attività lavorativa. Lo informi anche quando cambia datore di lavoro.

Se non possiede una carta di soggiorno valida o un visto per turismo non può lavorare.

Per ottenere delle informazioni sull'accesso al mercato del lavoro e sulle attuali condizioni salariali e di lavoro può rivolgersi ai seguenti servizi:

beco Economia bernese (beco Berner Wirtschaft / beco Economie bernoise)

Laupenstrasse 22, 3011 Berna

Tel. 031 633 58 10

E-Mail info.arbeit@vol.be.ch

www.be.ch/arbeit / www.be.ch/travail

Servizio migrazione del Canton Berna (Migrationsdienst des Kantons Bern / Service des migrations du canton de Berne)

Eigerstrasse 73, 3011 Berna

Tel. 031 633 53 15

E-Mail midi.info@pom.be.ch

www.be.ch/migration

Come cerco lavoro?

Annunci di lavoro si trovano sui quotidiani, sui giornali locali regionali o cittadini e su Internet. La piattaforma www.arbeit.swiss / www.lavoro.swiss offre inserzioni di lavoro e consigli su come candidarsi e ricercare lavoro.

Può lasciare i Suoi documenti relativi alla candidatura anche negli uffici di collocamento privati della Sua regione che offrono non soltanto posti di lavoro temporaneo, ma anche fisso.

Inoltre, racconti a tutti i Suoi amici, conoscenti, parenti e vicini che cerca un posto di lavoro. Spesso i posti di lavoro sono assegnati attraverso la rete di conoscenze.

Alcune organizzazioni offrono specialmente per persone con sfondo migratorio dei programmi di tutoraggio, dei progetti per un inizio facilitato nella vita professionale e proposte di formazione continua. Una panoramica delle diverse offerte e ulteriori informazioni sul tema del lavoro si trovano qui: www.integration-be.ch

Dove trovo aiuto per la ricerca di lavoro?

Può rivolgersi agli uffici regionali di collocamento (URC) (Regionale Arbeitsvermittlungszentren (RAV) / *Offices régionaux de placement (ORP)*) per una consulenza. Gli indirizzi dei complessivamente 18 uffici nel Canton Berna si trovano qui www.be.ch/arbeit / www.be.ch/travail

Su www.integration-be.ch può trovare gli indirizzi di altri ente che aiutano nel mettere insieme i documenti relativi alla candidatura e consiglia-no sul lavoro e la disoccupazione.

Che cosa devo fare per fare riconoscere il mio diploma estero?

Non tutti i diplomi esteri sono riconosciuti in Svizzera. Esistono diversi centri per il riconoscimento dei diplomi e degli attestati professionali esteri. Il Punto di contatto nazionale per il riconoscimento delle qualifiche professionali è il primo ufficio per le domande generali relative al riconoscimento dei diplomi e degli attestati professionali esteri. Per domande riguardo al Suo diploma si rivolga a

Segreteria di Stato per la formazione, la ricerca e l'innovazione (SEFRI)
(Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation (SBFI) / Secrétariat d'Etat à la formation, à la recherche et à l'innovation (SEFRI))

Punto di contatto nazionale per il riconoscimento delle qualifiche professionali
(Kontaktstelle für die Anerkennung von Berufsqualifikationen / Point de contact national pour la reconnaissance des qualifications professionnelles)

Einsteinstrasse 2, 3003 Berna

Tel. 058 462 28 26

E-Mail kontaktstelle@sbfi.admin.ch

www.sbfi.admin.ch/diploma

Informazioni sul riconoscimento di prestazioni formative straniere vengono fornite anche dai centri di consulenza e informazione sul lavoro (BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren / *OP Centres d'orientation professionnelle*). I relativi indirizzi sono disponibili qui:
www.be.ch/biz / www.be.ch/cop

A chi mi posso rivolgere per la formazione continua?

Ricerchi offerte nel suo dominio d'interesse nella pratica banca dati delle offerte di perfezionamento:

www.berufsberatung.ch > Aus- und Weiterbildung > Weiterbildung / www.orientamento.ch > Formazioni > Formazione continua

Consulti anche le informazioni sulla qualifica professionale per adulti:

www.berufsberatung.ch > Aus- und Weiterbildung > Berufsabschluss für Erwachsene / www.orientamento.ch > Formazioni > Qualifica professionale per adulti

Può richiedere un colloquio di consulenza presso l'Ufficio dell'orientamento scolastico e professionale (BIZ Berufsberatungs- und Informationszentrum / *OP Centre d'orientation professionnelle*) della Sua regione, allo scopo di ottenere una panoramica sulle differenti offerte di formazione continua a disposizione. Gli indirizzi dei BIZ/OP regionali sono disponibili qui:

www.be.ch/biz / www.be.ch/cop

Desidero riqualificarmi professionalmente. Dove trovo degli impulsi?

L'Ufficio dell'orientamento professionale La informa volentieri sui corsi di formazione, i corsi di studi e le formazioni continue. Nel corso di una consulenza, il consulente discute con Lei della Sua attuale situazione e le illustra le opportunità professionali. L'Ufficio dell'orientamento professionale non intermedia posti di lavoro. Si metta direttamente in contatto con l'Ufficio dell'orientamento professionale (BIZ Berufsberatungs- und Informationszentrum / *OP Centre d'orientation professionnelle*) della Sua regione. Ulteriori informazioni e gli indirizzi si trovano qui: www.be.ch/biz / www.be.ch/cop



Abitare

Cerco un appartamento. Come devo fare?

Le inserzioni degli appartamenti da affittare si trovano anche sui quotidiani, i giornali regionali e in Internet (per esempio www.immoscout24.ch o www.home.ch).

Un elenco di motori di ricerca per la ricerca di appartamenti da affittare, consigli per il trasloco e l'iscrizione e l'informativa «Abitare in Svizzera» in 16 lingue si trovano qui: www.integration-be.ch

La preghiamo di considerare che se traslocherà in una nuova abitazione, dovrà notificare il comune di residenza entro 14 giorni.

Dove trovo le informazioni sul diritto locativo?

Informazioni su questioni legate all'affitto sono disponibili presso le autorità di conciliazione cantonali (Schlichtungsbehörden / *Autorités cantonales de conciliation*). Può trovare l'indirizzo dell'autorità per la sua regione su www.be.ch/justiz > Schlichtungsbehörden / www.be.ch/justice > *Autorités de conciliation*.

Un buon indirizzo di contatto è anche l'Associazione cantonale inquilini / ASLOCA. Questa offre ai suoi membri delle consulenze legali gratuite e altri servizi legati ai problemi riguardanti il diritto locativo.

Mieterinnen- und Mieterverband Kanton Bern

(parte del Cantone di lingua tedesca
e regione di Bienne)

Monbijoustrasse 61, 3007 Berna

Tel. 031 378 21 21

E-Mail mv@mvbbern.ch

www.mieterverband.ch

ASLOCA Transjura (Berne Jura / Jura bernois)

Rue des Granges 10, Case postale 46,
2800 Delémont 1

Tel. 032 422 74 58

www.asloca.ch/transjura

Ulteriori informazioni e interlocutori sulle questioni legate agli affitti sono inoltre disponibili su www.integration-be.ch





Educazione / cura dei bambini / scuola

Sono diventato genitore e ho delle domande concernenti la vita con il mio bambino piccolo. A chi posso rivolgermi?

I Centri di puericultura (Mütter- und Väterberatung / *Centre de puériculture*) offrono a tutti i genitori gratuitamente orientamento, rafforzamento e sicurezza nel loro essere genitori. I genitori hanno domande diverse secondo la fase di vita e l'età del bambino. Con le offerte specifiche per futuri genitori, per la gravidanza e dal primo anno di vita fino all'asilo, i Centri di puericultura (Mütter- und Väterberatung / *Centre de puériculture*) possono interessarsi di tutte le esigenze. In quasi tutti i comuni del Canton Berna ci sono dei centri.

Gli indirizzi si trovano qui:

www.mvb-be.ch / www.cp-be.ch

Come posso rafforzare le mie competenze nel mio ruolo di madre o padre e imparare di più sull'educazione?

Incontri per famiglie, centri di maternità e ritrovi di quartiere propongono corsi per genitori. Anche i consigli dei genitori delle scuole organizzano eventi per i genitori su determinati temi. Si informi nel suo comune di residenza o cerchi le offerte nella sua zona sul portale per le famiglie www.be.ch/familie / www.be.ch/famille

Inoltre il servizio psicologico per bambini e adolescenti del Canton Berna (Erziehungsberatung des Kantons Bern / *Service psychologique pour enfants et adolescents du canton de Berne*) risponde alle domande sull'educazione in età pre-scolare e scolare: www.erz.be.ch/erziehungsberatung / www.erz.be.ch/spe

In casi urgenti può rivolgersi all'Elternnotruf:

Elternnotruf

Tel. 0848 35 45 55

www.elternnotruf.ch

Come è strutturato il sistema scolastico del Canton Berna?

La scuola dell'obbligo dura undici anni. Le lezioni e i relativi materiali sono gratuiti. Per prepararsi alla scuola, tutti i bambini frequentano la scuola materna per due anni, a partire dal quarto compleanno.

Dopo la scuola materna, tutti i bambini frequentano la scuola primaria per sei anni e in seguito il livello secondario 1, che dura tre anni.

Informazioni sulla scuola e l'asilo in molte lingue si trovano qui:

www.erez.be.ch/elterninfo/
www.erez.be.ch/info-parents

Direzione dell'istruzione pubblica del Canton Berna (Erziehungsdirektion des Kantons Bern / Direction de l'instruction publique du canton de Berne)

Sulgeneckstrasse 70, 3005 Berna

Tel. 031 633 84 51,

E-Mail akvb@erez.be.ch / oeco@erez.be.ch

www.erez.be.ch

Al termine della scuola dell'obbligo si hanno varie possibilità: Conviene informarsi presso l'ufficio dell'orientamento professionale del Canton Berna (BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren / OP Centres d'orientation

professionnelle (www.be.ch/biz/ / www.be.ch/cop) sulle diverse offerte per i percorsi formativi. In base agli interessi e alle capacità è possibile frequentare un apprendistato professionale con o senza maturità professionale, un liceo, una scuola media specializzata o una scuola di commercio.

Per i ragazzi che vivono in Svizzera da poco tempo, sono disponibili corsi di lingua e offerte di formazione transitoria, che li preparano a una formazione professionale o alla scuola media superiore. Può trovare informazioni sui corsi di lingua presso gli interlocutori per l'integrazione (Ansprechstellen Integration / Antennes d'intégration) (per gli indirizzi veda pagina 5) o su www.be.ch/sprachkurse-migration/ / www.be.ch/cours-langue-migration.

Per la ricerca di offerte di formazione transitoria può rivolgersi ai centri specializzati per la formazione transitoria.

Direzione della pubblica istruzione del Canton Berna (Erziehungsdirektion des Kantons Bern / Direction de l'instruction publique du canton de Berne)

Posti triage regionali per la formazione transitoria (Regionale Triagestellen Brückenangebote / Services d'aiguillage solutions transitoires)

E-Mail info.cmbb@erez.be.ch

www.erez.be.ch/triagestelle/

www.erez.be.ch/service-aiguillage

Questo dà il diritto di accedere alle scuole universitarie professionali. Chi supera anche l'esame complementare «Passerella maturità professionale/specializzata – scuole universitarie» («Passerelle Berufsmaturität – universitäre Hochschulen» / «*Passerelle maturité professionnelle – hautes écoles universitaires*») può accedere anche alle università svizzere e alle scuole universitarie tecniche. Pertanto, il percorso attraverso l'apprendistato professionale è equivalente al liceo. Esso offre inoltre spesso delle migliori prospettive professionali.

Una sintesi sui percorsi formativi e informazioni in diverse lingue sono disponibili sul sito www.orientamento.ch > Accesso diretto > Provenienti dall'estero

Ulteriori informazioni sui diversi percorsi educativi si trovano su www.erz.be.ch > Berufsbildung o > Mittelschule / www.erz.be.ch > *formation professionnelle* o > *écoles moyennes* e www.integration-be.ch

Un promemoria in cinque lingue sul passaggio dall'estero in un liceo del Canton Berna si trova qui: www.erz.be.ch/aufnahmegym / www.erz.be.ch/admission-gymnase

L'associazione genitori stranieri ed educazione offre ogni anno serate informative in 15 lingue sul sistema educativo.

Nel Canton Berna vengono organizzati periodicamente eventi per genitori, ragazzi e giovani adulti stranieri per la scelta della professione: www.be.ch/biz-migration / www.be.ch/op-migration

Come iscrivo mio figlio a scuola?

Può iscriverlo a scuola presso l'amministrazione comunale o direttamente presso la direzione scolastica del Suo comune.

Desidero che mio figlio sia ben preparato per la scuola e impari il tedesco o il francese ancora prima dell'asilo. Quali offerte sono disponibili?

La frequentazione regolare di un asilo nido, di un gruppo di gioco o di una famiglia diurna è una buona possibilità per consentire al bambino di imparare le lingue locali precocemente e di esercitarsi. Ulteriori informazioni sono disponibili su

www.be.ch/familie /
www.be.ch/famille

Esistono anche corsi di lingua per genitori, che durante la lezione offrono assistenza per i bambini fornendo stimoli linguistici. Queste offerte sono disponibili su

www.be.ch/sprachkurse-migration /
www.be.ch/cours-langue-migration

Che cosa faccio se sorgono dei problemi a scuola?

Parli con gli insegnanti. Può rivolgersi anche al Servizio psicologico per bambini e adolescenti del Canton Berna (Erziehungsberatung des Kantons Bern / *Service psychologique pour enfants et adolescents du canton de Berne*). Trova gli indirizzi e i numeri di telefono dei 13 uffici regionali qui:

www.erz.be.ch/erziehungsberatung /
www.erz.be.ch/spe

Alcuni comuni offrono inoltre un servizio sociale scolastico in forma di consulenza in caso di problemi sociali o personali dei bambini e degli adolescenti. Anche la scuola stessa aiuta a riconoscere tempestivamente dei problemi sociali che potrebbero mettere a rischio il successo scolastico e adottare le misure necessarie. Si informi presso la direzione scolastica del Suo comune.

**Vorrei che qualcuno si prenda
cura del mio bambino.
Quali possibilità esistono?**

Nel Canton Berna può usufruire di diverse offerte di cura esterne alla famiglia. Ulteriori informazioni sui costi e un supporto per la ricerca di un'offerta adatta si trovano qui:

www.be.ch/familie /
www.be.ch/famille

Esistono inoltre delle offerte di scuola a tempo pieno. In base alla richiesta nei singoli comuni, può far accudire il suo bambino prima della scuola, nella pausa pranzo o dopo la scuola. Solitamente questo servizio è integrato nella scuola elementare del comune e si tiene nei locali della scuola. La tariffa per la scuola a tempo pieno è calcolata in base al reddito, al patrimonio e alla dimensione della famiglia. Una panoramica dei comuni bernesi che dispongono già di un'offerta di scuole a tempo pieno e altre informazioni si trovano qui:

www.be.ch/familie /
www.be.ch/famille



Salute / sicurezza sociale

Sono malato. Quale medico posso consultare?

Può decidere liberamente da quale medico vuole andare. Esistono però dei modelli di cassa malattia che limitano la scelta del medico. Nell'elenco telefonico elettronico www.local.ch trova gli indirizzi di numerosi medici. Per indirizzare la ricerca di un medico che possiede determinate conoscenze linguistiche, le specializzazioni e la regione può guardare qui: www.doctorfmh.ch. Informazioni e offerte di cura relative alla salute psichica sono disponibili in molte lingue all'indirizzo www.psy.ch.

Conviene scegliere un medico di famiglia del quale si fida. In Svizzera, in caso di malattia, i medici di famiglia sono la prima persona con cui prendere contatto. Loro fanno spesso anche delle visite a domicilio e in caso di emergenza sono reperibili anche di notte e durante i fine settimana. Se necessario, loro La indirizzeranno ai medici specializzati o all'ospedale. Pertanto, si rivolga al Pronto soccorso dell'ospedale solo in situazioni di pericolo di vita.

Per consulti medici urgenti, sono disponibili anche i seguenti servizi d'emergenza:

Regione di Berna:

CITY NOTFALL AG

(tutti i giorni dalle ore 7.00–22.00)
Schanzenstrasse 4a, 3008 Berna
Tel. 031 326 20 00
E-Mail info@citynotfall.ch
www.citynotfall.ch

Praxiszentrum am Bahnhof

Parkterrasse 10, 3012 Berna
Tel. 031 335 50 00
E-Mail pzb.bern@hirslanden.ch
www.hirslanden.ch > Leistungsangebot
> Ambulante Zentren > Praxiszentrum am Bahnhof Bern / www.hirslanden.ch > *Offre de prestations* > *Centres ambulatoires* > *Praxiszentrum am Bahnhof Bern*

Regione di Bienne:

notfallpraxisbiel / Cabinet d'urgences Bienne

Spitalzentrum Biel / Centre hospitalier Biel-Bienne
Vogelsang 84 / *Chante-Merle 84*,
2501 Biel/Bienne
Tel. 032 324 48 44 oppure 0900 900 024 (numero a pagamento)
www.notfallpraxisbiel.ch /
www.cabinetdurgencesbienne.ch

Walk-in-Clinic

Unionsgasse 14 / Eisengasse 11 /
Rue de l'Union 14 / Rue du Fer 11
2502 Biel/Bienne
Tel. 032 344 46 66
E-Mail wic@mzb-cmb.ch

Regione di Thun:

Hausärztlicher Notfalldienst Region Thun

Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun
Tel. 033 226 45 56
E-Mail public@han-rt.ch
www.notfallthun.ch

Vorrei avere maggiori informazioni sul sistema sanitario svizzero o su un determinato tema. A chi mi posso rivolgere?

Ha delle domande specifiche su alimentazione e movimento? Su bambini e salute? Su amore e sessualità? O generalmente sull'assistenza sanitaria in Svizzera? Può scaricare o ordinare gratuitamente degli opuscoli in molte lingue qui: www.migesplus.ch

Come resto in salute?

Preoccuparsi della propria salute e di quella della propria famiglia è la migliore prevenzione in assoluto e migliora la qualità della vita. Cerchi di alimentarsi in modo sano e di fare movimento ogni giorno per almeno 30 minuti (ad es. passeggiare, andare in bicicletta, praticare sport).

Ha delle domande sulle dipendenze e sui comportamenti a rischio e ha bisogno di aiuto?

Sul portale online www.safezone.ch può trovare informazioni sulle dipendenze e indirizzi dei centri specializzati nelle sue vicinanze e può richiedere una consulenza in forma anonima.

Come scelgo l'assicurazione malattia?

L'assicurazione malattia è obbligatoria in Svizzera. Chi si stabilisce in Svizzera deve stipulare entro tre mesi un'assicurazione di base con un'assicurazione malattia. Ulteriori informazioni si trovano qui: www.integration-be.ch

Esistono molte assicurazioni malattia diverse. Lei può decidere liberamente dove vuole farsi assicurare. Ogni assicurazione malattia è obbligata ad accettarla nell'assicurazione di base. Con l'assicurazione di base sono pagati i costi per il trattamento dei medici e negli ospedali del Canton Berna. Tuttavia, una parte delle fatture mediche e ospedaliere deve pagarla Lei. Questa è l'aliquota percentuale.

L'assicurazione di base non si assume le cure dentistiche.

Controlli qui quale assicurazione malattia Le conviene:

www.comparis.ch > Versicherungen /
<https://it.comparis.ch> > Assicurazioni

Ulteriori informazioni sulle offerte e i premi delle diverse casse malattia si trovano qui:

www.bag.admin.ch > Versicherungen > Krankenversicherung /
www.ufsp.admin.ch > Assicurazioni
> Assicurazione malattie

Se guadagna poco, Le sarà concesso una riduzione dei premi. Questo significa che la Confederazione e il cantone pagano una quota dei Suoi premi. Il diritto alla riduzione dei premi solitamente è verificato automaticamente in base alla dichiarazione dei redditi da Lei inoltrata. Le persone che sono appena immigrate dall'estero e le persone con un permesso di soggiorno B, L, N o F devono presentare una domanda per la riduzione dei premi, indirizzata all'Ufficio delle assicurazioni sociali (Amt für Sozialversicherungen / *Office des assurances sociales*). Lì troverà anche altre informazioni e i moduli necessari.

Ufficio delle assicurazioni sociali (Amt für Sozialversicherung (ASV) / Office des assurances sociales (OAS))

Reparto riduzione dei premi e assicurazione obbligatoria (Abteilung Prämienverbilligung und Obligatorium / *Service de la réduction des primes et de l'application du régime obligatoire*)

Forelstrasse 1, 3072 Ostermundigen

Tel. 031 636 45 00

E-Mail asv.pvo@jgk.be.ch

www.be.ch/pvo / www.be.ch/rpo

Che cosa è l'AVS (AHV/AI)?

L'Assicurazione vecchiaia e superstiti (AVS) (Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV) / *Assurance-vieillesse et survivants (AVS)*) e l'Assicurazione per invalidità (AI) (Invalidenversicherung (IV) / *Assurance-invalidité (AI)*) sono obbligatorie in Svizzera. L'AVS/AHV è l'assicurazione pensionistica. Le donne ricevono una pensione per vecchiaia dopo il compimento del 64° anno di vita, gli uomini dopo il compimento del 65° anno di vita.

L'Assicurazione per invalidità assicura la sua base di esistenza se Lei, per esempio, dopo un incidente è soltanto parzialmente abile al lavoro o inabile al lavoro o se a causa di pregiudizi di salute fin dalla nascita non Le è possibile lavorare.

Dal 18° anno di vita deve pagare i contributi AVS/AI / AHV/IV. Ai dipendenti sono sottratti automaticamente dallo stipendio. Se non ha lavoro o se è autonomo, deve pagare i contributi direttamente alla cassa.

Cassa di compensazione del Canton Berna (Ausgleichskasse des Kantons Bern / Caisse de compensation du canton de Berne)

Chutzenstrasse 10, 3007 Berna
Tel. 031 379 79 79
E-Mail info@akbern.ch
www.akbern.ch

Ulteriori informazioni sull'AVS/AI / AHV/IV e tutti i moduli si trovano anche qui:
www.ahv-iv.ch / www.avs-ai.ch

Quali altre assicurazioni conviene stipulare, anche se non sono obbligatorie?

Le seguenti assicurazioni sono molto raccomandabili. Quasi tutte le persone in Svizzera le hanno stipulate.

Assicurazione contro gli infortuni

Se lavora, è assicurato contro gli infortuni attraverso il Suo datore di lavoro. Se lavora per lo stesso datore di lavoro più di otto ore settimanali, è assicurato da lui anche contro gli infortuni non professionali. Se non ha un posto di lavoro o se lavora meno di otto ore settimanali, può stipulare un'assicurazione contro gli infortuni, per esempio attraverso la Sua cassa malattia.

Responsabilità civile

Se arreca del danno a qualcuno, Lei è responsabile. Questo significa che deve pagare il danno. L'assicurazione responsabilità civile privata la protegge dalle conseguenze finanziarie di questi danni. Con dei premi bassi spesso si possono assicurare già delle alte somme per il danno. Una panoramica delle offerte delle varie assicurazioni responsabilità civile si trova qui:

www.comparis.ch > Versicherungen / <https://it.comparis.ch> > Assicurazioni

Assicurazione economia domestica

L'assicurazione economia domestica si assume i danni che subisce il Suo appartamento e i Suoi beni che vi si trovano a causa di fuoco, acqua, danni dovuti a elementi naturali (per esempio acqua alta o tempesta, furto e rottura di vetri). Solitamente il proprietario di una casa che Lei vuole affittare pretenderà che Lei stipuli un'assicurazione economia domestica. L'assicurazione economia domestica è spesso offerta insieme all'assicurazione responsabilità civile. Una panoramica delle diverse offerte e dei premi si trova qui:

www.comparis.ch > Versicherungen / <https://it.comparis.ch> > Assicurazioni

Ulteriori informazioni sulle assicurazioni sono disponibili su

www.integration-be.ch



Protezione contro la discriminazione

Dove trovo assistenza se vengo colpita da episodi di razzismo?

Il cantone e il comune hanno l'incarico di occuparsi di evitare e lottare contro le discriminazioni. Ciascuna persona, indipendentemente dalla nazionalità e dallo stato di residenza, ha il diritto fondamentale ad essere protetto contro la discriminazione per razza, colore della pelle, sesso, età, lingua, origine, stile di vita, orientamento sessuale, convinzioni politico-religiose e handicap fisico, psichico o mentale.

Le persone colpite da episodi di razzismo possono ricevere supporto da parte delle seguenti istituzioni:

Consulenza legale per vittime di discriminazione razziale:

Berner Rechtsberatungsstelle für Menschen in Not (RBS)
(Ufficio bernese di supporto legale per persone in difficoltà)

Eigerplatz 5, 3007 Berna

Tel. 031 385 18 20

E-Mail info@rechtsberatungsstelle.ch

www.rechtsberatungsstelle.ch

Ufficio informazioni e di consulenza sul tema violenza e razzismo

gggfon – gemeinsam gegen Gewalt und Rassismus

(Insieme contro la violenza e il razzismo)

Tel. 031 333 33 40

E-Mail melde@gggfon.ch

www.gggfon.ch

Informazioni, consulenza e mediazione (in caso di assenza di ufficio regionale apposito):

Commissione federale contro il razzismo CFR / Eidgenössische Kommission gegen Rassismus EKR / Commission fédérale contre le racisme (CFR)

Inselgasse 1, 3003 Berna

Tel. 058 464 12 93

E-Mail ekr-cfr@gs-edi.admin.ch

www.ekr.admin.ch

Ulteriori informazioni e offerte sul tema discriminazione e lotta contro il razzismo si trovano qui: www.integration-be.ch





Imposte



Con le entrate delle imposte sono finanziati dei compiti importanti dello stato per il bene comune di tutte le persone residenti in Svizzera. Questi sono, ad esempio, l'istruzione, l'assistenza pubblica, la sanità o il traffico.

Come pago le tasse nel Canton Berna?

Se né Lei né il Suo coniuge avete un permesso di domicilio C, le tasse saranno detratte direttamente dallo stipendio (imposta alla fonte). Le persone con un permesso di domicilio e gli svizzeri, ma anche i loro coniugi o partner stranieri, devono compilare e presentare ogni anno la dichiarazione dei redditi.

Per le domande sulle imposte si rivolga al Suo datore di lavoro, all'ufficio imposte del Suo comune di residenza o all'Amministrazione delle contribuzioni del Canton Berna (*Steuerverwaltung des Kantons Bern / Intendance des impôts du canton de Berne*).

Sul loro sito Internet si trovano anche tanti consigli utili e informazioni.

Amministrazione delle contribuzioni del Canton Berna (*Steuerverwaltung des Kantons Bern / Intendance des impôts du canton de Berne*)

Brünnenstrasse 66, 3018 Berna
 Indirizzo postale: Casella postale 8334,
 3001 Berna
 Tel. 031 633 60 01,
www.be.ch/steuern / www.be.ch/impots

Devo pagare i canoni radiotelevisivi?

In Svizzera la ricezione di programmi radio e televisivi è soggetta a tasse. Queste tasse sono riscosse da Serafe, alla quale Lei deve notificare se possiede un televisore o una radio o un apparecchio con il quale può ricevere i programmi radiotelevisivi (per esempio computer o cellulare). È sufficiente una notifica per ogni economia domestica. Non esistono restrizioni sul numero di persone o apparecchi sui quali è possibile fruire di questi servizi.

SERAFE AG

Casella postale, 8010 Zurigo
 Tel. 058 201 31 67
 E-Mail info@serafe.ch
www.serafe.ch



Mobilità

Come posso muovermi con i mezzi pubblici?

Il Canton Berna e tutta la Svizzera dispongono di un'ottima rete ferroviaria e di autobus. Gli orari, le linee e gli abbonamenti regionali si trovano qui:

www.mylibero.ch

Le comunità tariffarie consentono di cambiare fra diversi tipi di mezzi pubblici conservando lo stesso biglietto. Nel Canton Berna esistono le seguenti comunità tariffarie:

Regione Berna-Soletta-Bienne-Giura bernese:

LIBERO

www.mylibero.ch

Regione Thun-Oberland bernese:

BeoAbo

www.beoabo.ch

Le Ferrovie Federali Svizzere FFS (Schweizerische Bundesbahnen SBB / *Chemins de fer fédéraux CFF*) offrono degli abbonamenti validi per tutta la Svizzera. Conviene specialmente l'acquisto di un abbonamento metà-prezzo, con il quale può utilizzare quasi tutti i mezzi pubblici a metà prezzo. Informazioni sugli abbonamenti delle FFS (SBB / CFF) e le informazioni complete sugli orari di tutta la Svizzera si trovano in ogni sportello delle stazioni o qui: www.ffs.ch

Se desidera affittare una macchina, Mobility-Carsharing – oltre a molti altri autonoleggi – offre veicoli di diverse dimensioni in 1500 punti in Svizzera. Occorre diventare membro di Mobility: www.mobility.ch

A cosa devo prestare attenzione quando vado in bicicletta?

La bicicletta – in dialetto svizzero velo – è un mezzo di trasporto molto popolare in Svizzera. Si consiglia di sottoscrivere un'assicurazione responsabilità civile, per essere coperti se si causano incidenti. Ulteriori informazioni sono disponibili alla pagina 25.

Un elenco dei percorsi più belli da fare in bicicletta si trova su www.svizzeramobile.ch oppure presso l'associazione Pro Velo, che propone anche corsi di bicicletta per bambini e adulti.

Pro Velo Canton Berna (Pro Velo Kanton Bern / PRO VELO Canton de Berne)

Birkenweg 13
3013 Bern
Tel. 031 318 54 12
E-Mail sekretariat@pro-velo-be.ch
www.pro-velo-be.ch

Ho ottenuto la patente di guida all'estero. Posso guidare la macchina con questa in Svizzera?

La Sua patente di guida estera è riconosciuta in Svizzera per 12 mesi. In seguito deve sostituirla con una patente di guida svizzera. Ulteriori informazioni e i moduli necessari si trovano qui:

www.be.ch/svsa > Führerausweise / www.be.ch/ocrn > permis de conduire

I veicoli a motore e i rimorchi esteri devono portare delle targhe svizzere, se Lei soggiorna con essi per più di un anno in Svizzera. Se Lei trasporta con il Suo veicolo in Svizzera a pagamento delle persone o della merce, deve dichiarare immediatamente il veicolo.

Ufficio della circolazione e della navigazione (Strassenverkehrs- und Schifffahrtsamt des Kantons Bern / Office de la circulation routière et de la navigation)

Schermenweg 5, Casella postale, 3001 Berna
Tel. 031 635 80 80
E-Mail info.svsa@pom.be.ch
www.be.ch/svsa / www.be.ch/ocrn

Cosa devo sapere come conducente di un veicolo?

In Svizzera nella circolazione stradale valgono le seguenti velocità massime.

Qualsiasi eccezione è segnalata:

Centro abitato: 50 km/h

Extraurbano: 80 km/h

Semiautostrada: 100 km/h

Autostrada: 120 km/h

L'autostrada è soggetta a tassa. Lei ha bisogno di una vignetta autostradale.

Può comprarla ad esempio al controllo doganale alla frontiera, nei distributori di benzina, negli uffici postali o al chiosco.

In Svizzera vale una tolleranza alcol dello 0,5 per mille. Autisti professionisti, neopatentati, studenti e istruttori di autoscuola, oltre ai passeggeri dei veicoli delle autoscuole non possono consumare alcol (0,1 per mille). Chi guida o accompagna un veicolo di autoscuola con un tasso più elevato, è soggetto a ripercussioni legali.

Le motociclette e gli autoveicoli devono circolare con le luci anche di giorno.

Se dispone di un veicolo personale, deve sottoscrivere un'assicurazione automobilistica. Questa copre danni ad altre persone o a oggetti in loro possesso. In assenza di un'assicurazione di questo tipo, l'Ufficio cantonale della circolazione non mette a disposizione alcuna targa per il veicolo.

Diese Broschüre ist in folgenden Sprachen erhältlich:

Deutsch, Französisch, Albanisch, Bosnisch/Kroatisch/Serbisch, Chinesisch (Mandarin), Englisch, Italienisch, Polnisch, Portugiesisch, Spanisch, Tamilisch, Thailändisch, Türkisch.

Download unter www.be.ch/integration

2019



Cette brochure est disponible dans les langues suivantes :

Allemand, français, albanais, anglais, bosnien/croate/serbe, chinois (mandarin), espagnol, italien, polonais, portugais, tamoul, thaïlandais, turc.

Elle est téléchargeable sous www.be.ch/integration

2019