



Nota

Esta encuesta aborda las experiencias de discriminación, un tema que puede resultar abrumador. Cuídate y respeta tus fuerzas y tus límites.

Puedes interrumpir la encuesta en cualquier momento o terminarla sin aducir motivos.

En una situación de crisis aguda, puedes ponerte en contacto con el servicio telefónico de atención emocional: <https://www.telefonseelsorge.de>. El servicio se ofrece las 24 horas del día a través de todos los canales de comunicación habituales.

Si quieres clasificar un posible caso de discriminación u obtener una evaluación jurídica inicial, puedes utilizar la herramienta de control de discriminación de la Agencia Federal para la Protección contra la Discriminación de Alemania. Además, aquí encontrarás posibles vías de ayuda: <https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/wir-beraten-sie/diskriminierungs-check/diskriminierungs-check-node.html>

Para cuestiones legales y un primer asesoramiento jurídico sobre la Ley General de Igualdad de Trato (Allgemeines Gleichbehandlungsgesetz, AGG) también tiene a su disposición el equipo de asesoramiento de la Oficina Federal Antidiscriminación: <https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/wir-beraten-sie/wir-beraten-sie-node.html>

Las oficinas de asesoramiento antidiscriminación te ofrecerán ayuda y asesoramiento en tu zona. Este servicio es gratuito y confidencial. Aquí puedes buscar la oficina más cercana a ti: <https://fachstelle.antidiskriminierung.org/beratungsstellen/>