

Inhaltsverzeichnis

Beratung und Hilfe	2
Psychosoziale Beratung	2
Refugio München in Landshut	2
Queer in Landshut	3
up2you_Queer in Landshut	3
Frauen-, Familien- und Schwangerschaftsberatung	4
CaRe for Women vom Caritasverband Landshut e.V.	4
Sozial- und Migrationsberatung	5
Migrationsberatung	5
Ehrenamt	6
Freiwilligenagentur fala - Engagementberatung	6

Beratung und Hilfe

Psychosoziale Beratung

Refugio München in Landshut

Refugio München ist ein Beratungs- und Behandlungszentrum für traumatisierte Geflüchtete und Folteropfer. Seit 2018 gibt es in Landshut ein eigenes Zentrum.

Dort kümmern sich Psychotherapeut*innen und Sozialarbeiter*innen um geflüchtete Erwachsene und Kinder mit psychischen Problemen.

Das können Zeichen für psychische Probleme sein:

- Sie können **nicht einschlafen** oder sind in der Nacht oft lange wach.
- Sie haben **schlimme Träume**.
- Sie haben schlimme Dinge erlebt. Die **Erinnerung** daran tut sehr **weh**.
- Sie haben oft **Kopfschmerzen**.
- Sie haben **keine Freude am Leben** und an schönen Dingen.

Haben Sie eines oder mehrere von diesen Problemen? Dann kann Ihnen Refugio helfen.

Bei Refugio können Sie Psychotherapie machen.

- Bei der Psychotherapie können Sie über Ihre Probleme sprechen.
- Wir überlegen gemeinsam: Was hilft Ihnen bei Ihren Problemen?
- Sie können bei uns immer in Ihrer Muttersprache sprechen.

Wir von Refugio **helfen Ihnen auch bei Fragen zu Ihrem Asylverfahren** und anderen Angelegenheiten. Sie können sich schriftlich mit unserem Anmeldeformular anmelden oder uns anrufen.

Hier finden Sie Informationen über Refugio und seine Hilfsangebote:

<https://www.refugio-muenchen.de/angebote-fuer-men...>

Anmeldung Refugio in Landshut für Erwachsene:

<https://www.refugio-muenchen.de/wp-content/upload...>

Anmeldung Refugio in Landshut für Kinder:

<https://www.refugio-muenchen.de/wp-content/upload...>

Queer in Landshut

In manchen Ländern wird Homosexualität stigmatisiert oder sogar verboten. Das ist in Deutschland längst schon Vergangenheit. Das Grundgesetz sichert auch in der Stadt Landshut das selbstbestimmte Leben von Menschen mit und ohne Migrationshintergrund. Das betrifft auch das Thema Sexualität. In unserer Stadt werden alle Menschen gleichgestellt und dürfen ihre sexuelle Orientierung frei wählen.

Alle Landshuterinnen und Landshuter dürfen frei entscheiden wen sie lieben.

Mehrsprachige Beratung, Information und Unterstützung bietet up2you Queer in Landshut.

 [Queer in Landshut](#)

up2you_Queer in Landshut

Die Beratungsstelle up2you in Landshut ist eine Kooperation aus zwei Vereinen (Pro familia Niederbayern e.V. und Queer in Landshut e.V.).

Was macht up2you?

Bei der Beratungsstelle up2you können sich queere Menschen für alle Belange des Lebens beraten lassen. Themen in der Beratung können alles sein, was die Menschen mitbringen. Es gibt keine falschen Fragen.

Wer kann sich beraten lassen?

- Lesben
- Schwule
- Bisexuelle und transsexuelle Menschen
- nichtbinäre oder inter:geschlechtliche Menschen
- Angehörige von queeren Menschen
- Fachkräfte, die mit queeren Menschen arbeiten

Es gibt Hilfe und Unterstützung zu vielen Themen:

- Identitätsfindung
- Coming-Out
- Transition
- Diskriminierungserfahrungen
- Konflikte in der Familie
- Entwicklung eines stabilen Selbstwertgefühls

Die Beratung unterliegt der Schweigepflicht. Nichts was hier besprochen wird, wird nach außen getragen. Auch ist eine anonyme Beratung möglich, wenn Menschen nicht erkannt

werden möchten. Auch ist die Beratung **kostenlos**.

Melden Sie sich gerne!

 [Beratungsstelle](#)

 @up2you@profamilia.de

 [087120650860](tel:087120650860)

 [Grasgasse 331a, 84028 Landshut](#)

Frauen-, Familien- und Schwangerschaftsberatung

CaRe for Women vom Caritasverband Landshut e.V.

Das Projekt „Care for Women“ vom Caritasverband Landshut e.V. bietet

Beratung und Begleitung für von FGM/C betroffene oder bedrohte Frauen und Mädchen.

Wir beraten, informieren und begleiten Sie, ...

💡 wenn Sie selbst von FGM/C betroffen oder bedroht sind oder Sie Frauen oder Mädchen kennen, die bedroht oder betroffen sind.

💡 wenn Sie Fragen zu Schwangerschaft oder Geburt haben.

💡 wenn Sie aufgrund Ihrer FGM/C Beschwerden haben.

Wir helfen Ihnen...

- in vertraulichen Gesprächen, für die wir bei Bedarf auch Dolmetscherinnen suchen.
- sich und Ihre Kinder vor FGM/C zu schützen.
- spezialisierte Ärzte oder Therapeuten zu finden.
- indem wir bei Bedarf Kontakt zu einer sensiblen Kulturvermittlerin herstellen.

Die Beratung ist kostenlos und auf Wunsch anonym.

Kontakt:

 [08718051120](tel:08718051120)

 [01627236362](tel:01627236362)

 info@caritas-landshut.de

 [Beratung in Landshut](#)

<https://bayern-gegen-gewalt.de/>

Dieses Projekt wird aus Mitteln des

[Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales gefördert.](#)

Sozial- und Migrationsberatung

Migrationsberatung

Sind Sie vor kurzem nach Deutschland gekommen und alles ist neu für Sie?

Migrationsberatung hilft Menschen, die nach Landshut zugewandert sind. Sie bekommen dort Informationen über das Leben und Arbeiten in Augsburg. Die BeraterInnen sind gut vernetzt. Sie kennen die verschiedenen Angebote und Projekte für Zugewanderte in der Stadt Landshut. Sie helfen Ihnen die richtige Beratungsstelle zu finden.

💡 In manchen Beratungsstellen ist Beratung in anderen Sprachen möglich. Fragen Sie nach.

Zu welchen Fragen und Themen berät die Migrationsberatung?

Bei der Migrationsberatung können Sie Fragen zu unterschiedlichen Themen stellen, z.B.:

- Wo kann ich Deutsch lernen?
- Wie beantrage ich einen Deutschkurs?
- Meine Familie möchte auch nach Deutschland kommen. Was muss ich tun?
- Was bedeutet mein Aufenthaltsstatus?
- Wie finde ich eine Wohnung?
- Wo kann ich finanzielle Hilfen beantragen?
- Wer hilft mir bei der Arbeitsuche?
- Kann mein Abschluss in Deutschland anerkannt werden?
- Wie funktioniert das deutsche Schulsystem?
- Zu welchem Arzt kann ich gehen?
- Wer hilft mir während der Schwangerschaft?
- Ich suche ein Kindergarten-Platz. Was muss ich tun?
- und vieles mehr...

Wenden Sie sich gerne an folgende Stellen:

[Migrationsberatung Landshuter Netzwerk](#)

☎ [087196367151](tel:087196367151) und [087196367152](tel:087196367152)

Neustadt 464-465

84028 Landshut

oder

[online Beratung](#)

 [Migrationsberatung Haus International](#)

 [087196646318](tel:087196646318) und [087196646319](tel:087196646319)

Wittstr.6, 84036 Landshut

und

 [0871319474830](tel:0871319474830) und [0871319474831](tel:0871319474831)

Klötzlmüllerstr.140

 [Migrationsberatung Caritas und Diakonie Landshut](#)

 [08718051114](tel:08718051114)

Gestütstr. 4a

84028 Landshut

 **Die Beratung ist kostenlos**

Ehrenamt

Freiwilligenagentur fala - Engagementberatung

Integrationslotsinnen

Als Integrationslotsinnen für die Stadt Landshut sind wir bei der fala angesiedelt und beraten rund ums Ehrenamt im Integrationsbereich. Wir schaffen einen Rahmen für Freiwilligenarbeit.

Sie möchten sich durch ein Engagement einbringen in unsere Gesellschaft? Wir helfen Ihnen!

Bei uns werden Sie beraten:

- Was kann ich tun?
- Wo kann ich mich engagieren?
- Reichen meine Sprachkenntnisse?

Die Integrationslotsinnen sind erreichbar Dienstag bis Donnerstag:

👤 Julia Haro, jh@freiwilligen-agentur-landshut.de, 0871-20662732

👤 Susanne Frank, sf@freiwilligen-agentur-landshut.de, 0871-20662734