Inhaltsverzeichnis

Gesundheit 3
Das deutsche Gesundheitssystem, Krankenversicherung 3
Die elektronische Patientenakte (ePA) 4
Vorsorge, Hygiene, Impfschutz 5
Arztbesuch 6
Hilfe für Opfer von Gewalt und Missbrauch 7
Wüstenrose - Hilfe bei Zwangsheirat und / oder FGM-C 7
Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen 8
Beratung und Traumatherapie für Frauen 9
Beratung für Jungen* und junge Männer* 10
Untersuchungsstelle für Opfer häuslicher Gewalt 10
HEROES – Gegen die Unterdrückung im Namen der Ehre 11
SOLWODI - Beratungsstelle für Frauen in Not 12
Gesundheitsberatung für Menschen in Unterkünften 12
Gesundheitsberatung zu Hause für Familien mit Kindern bis 6 Jahre 14
Gesundheitsversorgung für Menschen ohne Krankenversicherung 14
Open.med (Ärzte der Welt e.V.) 15
Malteser Hilfsdienst 16
Clearingstelle Gesundheit 17
Pille & Co - Beratung und finanzielle Unterstützung bei Verhütung 18
GesundheitsTreffs 18
Gynäkologische Sprechstunde für Frauen ohne Krankenversicherung 20
Beratung zur seelischen Gesundheit (Einmal im Monat) 21
Zu Hause Gesund Werden – Häuslicher Betreuungsdienst für erkrankte Kinder 21
Medikamente und Apotheken 22
Allgemeine Informationen 22
Günstige Medikamente - Medikamentenhilfe 22
Psychische Gesundheit und Traumatisierung 23
Psychologischer Dienst für Menschen mit Migrationsbiographie 23
Psychotherapie und Sozialberatung für Menschen mit Fluchterfahrung 24
Beratung und Hilfe bei seelischen Problemen und psychischen Krankheiten 25
Krisenberatung und Suizidprävention 26
Münchner Bündnis gegen Depression e. V. 27
ANAD e. V. Hilfe bei Essstörungen 28
Fachambulanz für Essstörungen und Muskelsucht 28
Psychosoziale Krebsberatungsstelle München der Bayerischen Krebsgesellschaft e. V. 29
Trauma Hilfe 29
Gerontopsychiatrischer Dienst: Bei psychischen Problemen im Alter 30
Frauengesundheit 33
Frauenselbsthilfe Krebs – Gruppe München 33
Brustkrebs Deutschland e.V. 33
Gynäkologische Sprechstunde für Frauen und Mädchen mit Mobilitätseinschränkungen 34
Verhütung - Beratung und finanzielle Unterstützung 35
Behinderung 36
Unterstützung und Beratung für Menschen mit Behinderung 36
Gynäkologische Sprechstunde für Frauen und Mädchen mit Mobilitätseinschränkungen 36
Aufklärung 37

Familienplanung, Verhütung und Beratung zur Sexualität 37
Übernahme der Kosten für Verhütung 38
Sexuell übertragbare Krankheiten (STIs) 40
STI Beratungsstelle zu sexuell übertragbaren Infektionen (HIV und andere STI) 40
Psychosoziale AIDS-Beratungsstellen 40
Sucht - Alkohol, Medikamente, Glücksspiel und Drogen 42
Suchtberatung der Stadt München 42
Condrobs Suchtberatungsstellen 42
Blaues Kreuz München e. V. – Hilfe für Suchtkranke 43
Beratungszentrum für Suchtgefährdete und Abhängige 44
Anonyme Alkoholiker 45
Selbsthilfezentrum 45

Gesundheit

Das deutsche Gesundheitssystem, Krankenversicherung

Das deutsche Gesundheitssystem

In Deutschland gehören viele Einrichtungen zum Gesundheitssystem. Es gibt hat drei Bereiche:

1. Arztpraxen und Apotheken: Sie bieten ambulante medizinische Versorgung. „Ambulant" bedeutet, dass Sie nach der Versorgung wieder nach Hause gehen können.
2. Akut-Versorgung in Krankenhäusern im Notfall und stationäre medizinische Versorgung. „Stationär" bedeutet, dass Sie zur Behandlung im Krankenhaus bleiben.
3. Gesundheitsschutz: Schutz vor Infektionen und präventive Angebote. „Präventiv" heißt: Angebote, welche die Gesundheit zu erhalten und dabei helfen nicht krank zu werden.

Die ambulante und stationäre Versorgung hilft kranken Menschen. Sie können selbst entscheiden, zu welchem Arzt oder zu welcher Einrichtung Sie gehen. Das nennt man Wahlfreiheit.

Krankenversicherung

In Deutschland ist es Pflicht krankenversichert zu sein. Sobald Sie einen Aufenthaltstitel haben, müssen Sie sich bei einer Krankenkasse anmelden. Dann bekommen Sie eine Versichertenkarte, mit der Sie in ganz Deutschland ärztliche Leistungen in Anspruch nehmen können. Sie haben dann Anspruch auf die gleichen Leistungen wie alle Bewohner*innen in Deutschland.

"Gesundheit für alle" bietet Informationen in 15 Sprachen zu folgenden Themen:

- gesetzliche und private Krankenversicherung
- Medizinische Versorgung
- elektronische Gesundheitskarte
- Arztbesuch, Schweigepflicht
- Notfälle
- Vorsorge und Früherkennung von Krankheiten
- Pflegeversicherung

Weitere Informationen in anderen Sprachen finden Sie auf der Seite Migration und Gesundheit.

Gut zu wissen

Krankenhäuser behandeln im Notfall. Das bedeutet, wenn Menschen schwer krank oder lebensbedrohlich verletzt sind. Bei leichteren Verletzungen oder Krankheiten können Sie in eine Arztpraxis gehen. Dort wird Ihnen gut geholfen.

Vielleicht brauchen Sie auch mal nachts oder am Wochenende einen Arzt oder eine Ärztin. Aber nicht immer ist es ein Notfall. Dann können Sie zum ärztlichen Bereitschaftsdienst gehen.

Bei Zahnschmerzen können Sie in eine Zahnarztpraxis gehen. Am Wochenende gibt es einen zahnärztlichen Notdienst.

Hier finden Sie Informationen zu Apotheken und welche nachts oder am Wochenende geöffnet haben.

Im Notfall

Sie oder eine Person in Ihrer Nähe ist lebensbedrohlich verletzt? Oder es besteht ein anderer medizinischer Notfall? Dann rufen Sie beim Rettungs- und Not-Dienst an:

112

Die elektronische Patientenakte (ePA)

Die elektronische Patientenakte (ePA)

Am 15. Januar 2025 wird in Deutschland die elektronische Patientenakte eingeführt. Das bedeutet, dass für jede gesetzlich versicherte Person eine digitale Akte angelegt wird. Außer es wurde widersprochen, dann wird keine Akte angelegt.

Ist die Nutzung der Akte Pflicht?

Nein, die Nutzung ist freiwillig. Vor einem Widerspruch sollten Sie sich mit den Vor- und Nachteilen einer solchen Akte auseinandersetzen.

Was steht in der Akte?

Die Akte speichert wichtige Gesundheitsdaten einer Person. Zum Beispiel Befunde, Arztbriefe, Diagnosen, Therapiemaßnahmen, Medikamente. Immer wenn Sie eine Arztpraxis oder ein Krankenhaus besuchen, wird in der Akte eingetragen, was über Ihre Gesundheit herausgefunden wurde, welche Untersuchungen Sie gemacht haben oder welche Medikamente Sie nehmen.

Wichtig: Sie können jederzeit und selbstständig entscheiden, welche Daten gespeichert werden und welche Daten begrenzt, verborgen oder gelöscht werden.

Wer sieht außer mir selbst, was in meiner Akte steht?

Zugriff auf die Daten haben nur behandelnde Ärztinnen und Ärzte. Mit dem Einlesen der Gesundheitskarte können Ihre Daten für maximal 90 Tage eingesehen werden.
Die Krankenversicherung hat keinen Zugriff auf die Daten.

Wichtig: Sie können jederzeit und selbstständig entscheiden, wer die Daten einsehen darf und für wen der Zugriff oder die Leserechte gesperrt sein soll.

Welche Vorteile hat die elektronische Patientenakte (ePA)?

- Höhere Sicherheit und Genauigkeit bei der Verschreibung von Medikamenten, da Ärztinnen und Ärzte einen genaueren Überblick über Ihre aktuelle Behandlungssituation haben.

- Leichtere Kommunikation zwischen Arztpraxen, Krankenhäusern und anderen medizinischen Einrichtungen.
- Die Daten können nicht verloren oder beschädigt werden.
- Leichtere Verständigung zwischen Patient*in und Ärztin oder Arzt bei Sprachbarrieren.

Wie kann ich meine Akte einsehen und verwalten?

Mit einer App Ihrer Krankenkasse können Sie Ihre Akte einsehen und verwalten. Die Zugangsdaten erhalten Sie von Ihrer Krankenkasse.
Das System über das Sie Ihre Daten und die Zugriffsrechte verwalten können, ist auf Deutsch.

Was kann ich tun, wenn ich nicht möchte, dass eine Akte für mich angelegt wird?

Sie können der Einrichtung Ihrer Akte widersprechen. Für Versicherte, die nicht selbst in der Lage sind zu widersprechen, kann dies durch die rechtliche Vertretung erfolgen. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse wie Sie den Widerspruch einreichen können.

Wichtig: Es gibt keine festen Fristen. Ein Widerspruch kann jederzeit, auch im Nachhinein erfolgen, auch dann, wenn die Akte bereits benutzt worden ist. In diesem Fall wird sie geschlossen und der Zugriff dauerhaft deaktiviert.

Mehr Informationen:

Webseite des Bundesministeriums für Gesundheit
Webseite der Kassenärztlichen Bundesvereinigung

Ich habe eine Frage:

Gesundheitsladen München e.V.
089/772565
mail@gl-m.de
Die Beratung ist kostenfrei.

Vorsorge, Hygiene, Impfschutz

Vorsorge, Hygiene, Impfschutz

Untersuchungen zur Vorsorge und Früherkennung

Viele Krankheiten und Behinderungen können geheilt oder behandelt werden, wenn Sie früh erkannt werden. Ihre Krankenkasse bezahlt die nötigen Untersuchungen. Auch gesundheitliche Belastungen oder Risikofaktoren können so frühzeitig identifiziert werden. Welche Untersuchungen für Sie wichtig sind, richtet sich vor allem nach Ihrem Alter und Ihrem Geschlecht.

Genauere Informationen zu den Untersuchungen finden Sie in der Broschüre "Gesundheit für alle" oder auf der Seite des Bundesministeriums für Gesundheit. Sie können auch bei Ihrer

Krankenkasse nachfragen, welche Untersuchungen das sind.

Hygiene

Um selbst nicht krank zu werden, hilft eine gute Hygiene. Häufiges Händewaschen ist ebenso wichtig wie eine saubere Toilettenhygiene.

Auf der Homepage der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung erhalten Sie Tipps für die Hygiene.

Impfschutz

Jeden Tag kommen wir in Kontakt mit Viren, Bakterien oder Pilzen. Dieser Kontakt kann zu einer Krankheit führen, muss er aber nicht. Oft wird der Körper selbst mit Viren, Bakterien oder Pilzen fertig.

Ansteckende Krankheiten können von Mensch zu Mensch oder unter Umständen auch von Lebensmitteln oder Gegenständen weitergegeben werden. Manche Krankheiten werden von Tieren auf den Menschen übertragen.

Zum **Schutz vor einigen ansteckenden Krankheiten** kann man sich impfen lassen, zum Beispiel gegen Grippe, Mumps, Windpocken, Masern oder Röteln. Am besten kann Sie Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt beraten, welche Impfungen für Sie sinnvoll sind. Manche Impfungen müssen nach einer bestimmten Zeit wiederholt werden, damit der Impfschutz nicht verloren geht.

www.impfen-info.de

Aktuelle Impfempfehlungen des Robert-Koch-Instituts erhalten Sie im Impfkalender in 20 Sprachen.

Arztbesuch

Arztbesuch

Hausarzt / Hausärztin - Facharzt / Fachärztin

Wenn Sie krank sind, können Sie zu einer Hausärztin oder einem Hausarzt gehen. Sie können selbst entscheiden in welche Praxis Sie besuchen möchten.
Hausärztinnen und Hausärzte haben meistens am Montag, Dienstag und Donnerstag den ganzen Tag über geöffnet. Am Mittwoch und Freitag Nachmittag kann die Arztpraxis geschlossen sein. Die Öffnungszeiten legen die Hausärztinnen und Hausärzte selbst fest. Vereinbaren Sie daher einen Termin, wenn Sie hausärztliche Hilfe benötigen.

Hausärztinnen und Hausärzte sind Ihre erste Kontaktstelle bei Krankheiten. Sie führen wichtige Untersuchungen durch und entscheiden über notwendige Medikamente. Sie können auch feststellen, ob eine fachärztliche Untersuchung notwendig ist.

Bei Bedarf werden Sie anschließend an eine fachärztliche Praxis überwiesen. Dort können speziellere Untersuchungen durchgeführt werden.

Wo finde ich einen Arzt oder eine Ärztin, der/die meine Sprache spricht?

Hier finden Sie ein bundesweites Verzeichnis von Ärztinnen, Ärzten, und Psychotherapeut*innen:
https://arztsuche.116117.de/#
Sie können Ihre Postleitzahl eingeben und auf "Suchen" klicken. Mit Klick auf die Schaltfläche "Weitere Suchkriterien" können Sie bei den "Fremdsprachen" die gewünschte Sprache auswählen.

Kinderarzt / Kinderärztin

Kinder werden in der Regel von Kinderärztinnen und Kinderärzten untersucht. Regelmäßige Untersuchungen zur Vorsorge und Impfungen sind für die Gesundheit jedes Kindes wichtig. Die Untersuchungen zur Vorsorge, die in Bayern per Gesetz vorgeschrieben und verpflichtend sind, heißen "U-Untersuchungen". Sie finden zu einem bestimmten Zeitpunkt statt und sind kostenfrei. Bitte informieren Sie sich über die "U-Untersuchungen" bei einer Kinderärztin oder einem Kinderarzt.

Frauenarzt / Frauenärztin (Gynäkologie)

Es ist wichtig, dass Frauen regelmäßig von einer Gynäkologin oder einem Gynäkologen untersucht werden. So können Krankheiten rechtzeitig erkannt werden. Sie können dort auch das Thema Verhütung besprechen.

Zahnarzt / Zahnärztin

Wenn Sie Zahnschmerzen haben, gehen Sie zu einer Zahnärztin oder einem Zahnarzt. Sie können selbst wählen, in welche Praxis sie gehen möchten.

Hinweise zur Krankenversorgung über die Krankenkasse

Wenn Sie zu einer Ärztin oder einem Arzt gehen, legen Sie Ihre Krankenversichertenkarte vor. Mit dieser sind die meisten Untersuchungen für Sie kostenlos. Für bestimmte Untersuchungen müssen Sie selbst bezahlen. Für Therapien (zum Beispiel Krankengymnastik) und Hilfsmittel (zum Beispiel Bandagen) müssen Sie einen Teil selbst bezahlen. Personen mit geringem Einkommen können beantragen, diesen Eigenanteil nicht zahlen zu müssen. Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach.

Die Kosten von Zahnbehandlungen werden von der Krankenkasse bezahlt. Muss ein Zahn erneuert oder ersetzt werden, müssen Sie einen Teil selbst bezahlen.

Die Kosten für eine Behandlung im Krankenhaus werden ebenfalls von der Krankenkasse bezahlt. Allerdings müssen Sie für jeden Tag im Krankenhaus 10 bis 50 Euro selber zahlen. Auch davon können Personen mit geringem Einkommen befreit werden.

Hilfe für Opfer von Gewalt und Missbrauch

Wüstenrose - Hilfe bei Zwangsheirat und / oder FGM-C

Wüstenrose - Hilfe bei Zwangsheirat und / oder FGM-C

Wir beraten Mädchen, Jungen, Frauen und Männer, die von Zwangsheirat oder Gewalt im Namen der "Ehre" betroffen oder bedroht sind. Wir beraten außerdem Mädchen und Frauen, die von FGM-C (weibliche Beschneidung) bedroht oder betroffen sind.

Unsere Beratung kann am Telefon oder persönlich stattfinden.

Das Angebot ist kostenfrei.

Wir sprechen Deutsch, Englisch, Somalisch, Swahili und Türkisch. Für alle weiteren Sprachen können wir eine Person organisieren, die für Sie übersetzt.

Sprechstunde am Telefon:
Montag 14:00 - 16:00 Uhr
Dienstag 10:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag 13:00 - 15:00 Uhr

IMMA e. V. – Wüstenrose, Fachstelle Zwangsheirat / FGM

Goethestraße 47, 80336 München

wuestenrose@imma.de

+49 (0) 8945216350

https://imma.de/einrichtungen/w%C3%BCstenrose/

Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen

Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen – IMMA e. V.

Die IMMA Beratungsstelle hilft Mädchen und jungen Frauen bei all ihren Fragen und in unterschiedlichen Problemlagen mit dem Schwerpunktthema Gewalt.

Mehr erfahren

Für wen: Mädchen und junge Frauen bis 27 Jahre

Bei Bedarf können wir organisieren, dass eine Person übersetzt. Bitte sagen Sie uns vorher Bescheid, welche Sprache Sie sprechen.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Das Angebot ist kostenfrei.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin. Termine bieten wir derzeit persönlich, telefonisch oder per Videosprechstunde an.

IMMA e. V.
Jahnstraße 38
81379 München
089/2607531
beratungsstelle@imma.de
Offene Beratung: Hier braucht man keinen Termin
Dienstag 14:00 - 16:00

Telefonische Erreichbarkeit:
Montag 14:00 - 16:00
Mittwoch 14:00 - 18:00
Donnerstag 10:00 - 12:00

Beratung und Traumatherapie für Frauen

Beratung und Traumatherapie für Frauen ab 17 Jahren, die in der Kindheit oder Jugend sexualisierte Gewalt erlebt haben

"Wildwasser München" ist eine Fachstelle zur Unterstützung von Frauen nach sexueller Gewalt und zum Schutz von Frauen* und Mädchen* vor sexueller Gewalt (Prävention und Intervention).

Frauen* und Mädchen* bedeutet: alle Personen, die sich als Frau oder Mädchen identifizieren.

Hier arbeiten nur Frauen.
Wir helfen Ihnen am Telefon, per E-Mail oder wenn Sie zu uns kommen.
Sie müssen uns nicht Ihren Namen sagen und Sie müssen uns nicht erzählen, was Ihnen Schreckliches passiert ist.

- Sie können zu einer Beratung kommen, wenn sie als Kind oder Jugendliche sexuelle Gewalt erlebt haben.
- Wir unterstützen Sie, damit es Ihnen wieder besser geht.
- Wir überlegen mit Ihnen gemeinsam, was Ihnen helfen kann.
- Wir geben Ihnen Adressen von Therapeutinnen, Rechtsanwältinnen, Ärztinnen ...
- Wir helfen Ihnen finanzielle Hilfe zu bekommen.
- Sie können bei uns eine Traumatherapie machen, wenn wir einen freien Therapieplatz haben.
- Wir unterstützen und begleiten Sie, wenn Sie eine Strafanzeige stellen wollen oder gestellt haben.
- Wir erklären Ihnen Ihre Rechte.

Mehr erfahren

Für wen: Frauen* mit und ohne Behinderungen ab 17 Jahren.

Dolmetscherinnen / Dolmetscher sind nach Bedarf vorhanden.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Das Angebot ist kostenfrei.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Wildwasser München e. V.
Thomas-Wimmer-Ring 9
80539 München
089/60039331
beratung@wildwasser-muenchen.de

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Kindheit, Geschlecht, Vergewaltigung, Mißbrauch, Mißhandlung, Vergangenheit, psychische Belastung, Traumatisierung

Beratung für Jungen* und junge Männer*

KIBS – Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Jungen* und junge Männer* bei sexualisierter und/oder häuslicher Gewalt

Bei uns bekommen Sie persönliche Beratung. Sie können selbst wählen, ob Sie von einer weiblichen oder männlichen Fachkraft beraten werden möchten. Wenn Sie eine Beratung per Telefon bekommen möchten, ist es möglich, dass Ihre Telefonnummer anonym bleibt. Wir bieten Trauma- und familienorientierte Hilfen an. Es gibt auch ein Gruppenangebot für Jungen*, die häusliche Gewalt miterlebt haben.

Dieses Zeichen bedeutet, dass alle Personen gemeint sind, die sich als Junge oder Mann identifizieren: *

Für wen:

- Jungen* und junge Männer* bis 27 Jahre, die von sexualisierter Gewalt betroffen sind
- Jungen* ab sechs Jahren, die häusliche Gewalt miterlebt haben
- Jungen* unter 14 Jahren, die sich sexuell grenzverletzend verhalten
- Eltern, Angehörige, Freund*innen und Peers, weitere Bezugspersonen und Fachkräfte

Das Angebot ist kostenfrei und auf Wunsch anonym.

Von Montag bis Freitag 10:00 - 17:00 Uhr

KIBS - Beratung für Jungen und junge Männer

Landwehrstraße 34, 80336 München

mail@KIBS.de

+49 (0) 892317169120

https://stadt.muenchen.de/service/info/kibs-konta...

Untersuchungsstelle für Opfer häuslicher Gewalt

Untersuchungsstelle für Opfer häuslicher Gewalt

Sind Sie von häuslicher Gewalt betroffen? Dann können Sie sich bei uns kostenlos beraten und untersuchen lassen. Wir sichern die Spuren und bewahren sie auf. Wir dokumentieren die Verletzungen so, dass die Dokumentation vor Gericht verwendet werden kann.

Für wen: Für Opfer jeglicher Form von häuslicher Gewalt (Erwachsene ab 18 Jahren).

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen.

Das Angebot ist kostenfrei, solange es wie oben beschrieben genutzt wird. Aufträge, die darüber hinausgehen, wie das Anfertigen eines schriftlichen Gutachtens, toxikologische Analysen und Ähnliches sind kostenpflichtig.

Untersuchungsstelle für Opfer häuslicher Gewalt
Institut für Rechtsmedizin der Ludwig-Maximilians-Universität
Nussbaumstraße 26
80336 München
089/218073011 (Jeden Tag von 08:00 - 17:00 Uhr)
gewaltopferambulanz@med.uni-muenchen.de
Website
Für eine Untersuchung machen Sie bitte einen Termin aus.

HEROES – Gegen die Unterdrückung im Namen der Ehre

HEROES – Gegen die Unterdrückung im Namen der Ehre

In dem Projekt HEROES werden junge Männer zwischen 15 und 21 Jahren zu Multiplikatoren für Gleichberechtigung ausgebildet. In den wöchentlichen Trainings hinterfragen wir kritisch die Unterdrückung im Namen der Ehre. Wir sitzen zusammen und diskutieren über Themen wie Ehre, Identität, Geschlechterrollen, Rassismus, Vorurteile, Menschenrechte und Gleichberechtigung.

Die Trainings finden donnerstags von 17:30 bis 19:30 Uhr statt.

Nach etwa neun Monaten wird man zum HERO ernannt. Als HERO darf man gemeinsam mit den Gruppenleitern Workshops in Schulen und Jugendeinrichtungen durchführen. In diesen Workshops bringt man die Themen anderen Jugendlichen anhand von Rollenspielen und Diskussionen näher. Die Teilnehmer geben also die Denkanstöße, die sie selbst bekommen haben, an andere weiter.

Mehr erfahren

Für wen: männliche Jugendliche mit Migrationshintergrund zwischen 16 und 23 Jahren mit guten Deutschkenntnissen (mindestens B2-Niveau).

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen.

Das Angebot ist kostenfrei.
Wer einen Workshop durchführt, bekommt eine Aufwandsentschädigung bezahlt.

HEROES München
Goethestraße 53
80336 München
089/544247-39/ -40
heroes@awo-muenchen.de
Mittwoch 10:00 - 14:00 Uhr
Donnerstag 17:00 - 20:00 Uhr

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Jungs, Freizeit, Ehrenamt

SOLWODI - Beratungsstelle für Frauen in Not

SOLWODI München - Für Frauen, die von Gewalt betroffen sind

Wir beraten und unterstützen Sie, wenn Sie Gewalt erleben. Vor allem wenn es um Menschenhandel und sexuelle Ausbeutung geht, sind Sie bei uns richtig.
Weitere Themen sind Zwangsheirat im Heimatland und weibliche Genitalbeschneidung (FGM/C). Auch bei anderen ausländerrechtlichen, sozialrechtlichen oder persönlichen Problemen können wir Ihnen helfen.

Wir informieren und beraten Sie zu Ihren rechtlichen Möglichkeiten. Wir helfen Ihnen bei Entscheidungen und begleiten Sie auf dem Weg in ein freies, selbstbestimmtes Leben ohne Gewalt. Wir unterstützen Sie bei Angelegenheiten mit Behörden. Wenn Sie eine Anwältin / einen Anwalt brauchen, können wir Sie vermitteln.

Unsere Beratung ist persönlich, per Telefon oder per E-Mail möglich. Unsere Beratung ist anonym.

Das Angebot ist kostenfrei.

Deutsch, Englisch

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag 10:00 - 14:00 Uhr und nach Vereinbarung

SOLWODI München

Dachauer Straße 50, 80335 München

muenchen@solwodi.de

+49 (0) 8927275859

https://www.solwodi.de/seite/353251/m%C3%BCnchen....

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Prostitution, Gewalt gegen Frauen, sexuelle Gewalt, Zwangsprostitution

Gesundheitsberatung für Menschen in Unterkünften

Gesundheitsberatung für Menschen in Unterkünften

Sie wohnen in einer Unterkunft und haben eine Frage zum Thema Gesundheit? Sie sind schwanger oder haben gerade ein Kind bekommen? Ihr Kind benötigt etwas?
Wir beraten zu gesundheitlichen Themen. Die Beratung findet bei Ihnen in der Unterkunft statt.

Eine Unterstützung durch Dolmetscher*innen ist möglich.

Mehr erfahren

Angebote in der Schwangerschaft und im Wochenbett:

- Familienhebammen beraten Sie zur Vorbereitung auf die Geburt, Vorsorge und Hygiene
- Familienhebammen beraten Sie zu FGM (weibliche Genitalbeschneidung), HIV und Hepatitis
- Wir unterstützen Sie bei der Anbindung an Ärztinnen, Ärzte und Geburtskliniken

Was ist der Unterschied zwischen einer Hebamme und einer Familienhebamme?
Eine Hebamme ist für die körperliche Untersuchung und Beratung zuständig. Eine Familienhebamme unterstützt auch psychosozial. Zum Beispiel wenn man sich unsicher, gestresst oder überfordert fühlt.

Angebote nach der Geburt:

- Familienhebammen beraten Sie zu den Themen: Stillen, Ernährung, Pflege, Schlafen, Interaktion zwischen Eltern und Kind
- Kontrolle des Gewichts
- Wir unterstützen Sie bei der Anbindung an Ärztinnen und Ärzte für Kinder und Jugendliche

Die Familienhebammen kommen zu Ihnen solange bis das Kind drei Monate alt ist. Danach können wir Sie an weitere Stellen vermitteln.

Angebote für Kinder bis 6 Jahre:

- Unsere Pfleger*innen können Sie und Ihr Kind direkt in der Unterkunft besuchen. Es gibt auch Sprechstunden und Gruppenschulungen in den Unterkünften.
- Wir unterstützen Sie bei der Anbindung an Ärztinnen und Ärzte für Kinder und Jugendliche

Wir beraten zu den Themen: Stillen, Ernährung, Schlafen, Impfen, Zahngesundheit, Unfallverhütung und FGM (weibliche Genitalbeschneidung).
Die Pfleger*innen betreuen Familien mit Säuglingen und Kindern bis 6 Jahre. Bei älteren Kindern können wir Sie an weitere Stellen vermitteln.

Angebote für Personen ab dem 6. Lebensjahr:

- Wir stellen fest, was benötigt wird
- Wir beraten Sie zu gesundheitlichen, medizinischen und integrativen Themen
- Wir beraten Sie beim Umgang mit chronischen Erkrankungen und Behinderung
- Wir beraten Sie zu Ernährung, Therapien oder Einnahme von Medikamenten

- Wir unterstützen Sie, wenn Sie Kontakt mit einer Ärztin, einem Arzt oder einer Klink aufnehmen möchten

Das Angebot ist kostenfrei.

089/233747322
gvo14.gsr@muenchen.de
Von Montag bis Freitag 9:00 - 12:00 Uhr, danach ist ein Anrufbeantworter aktiv.

Gesundheitsberatung zu Hause für Familien mit Kindern bis 6 Jahre

Gesundheitsberatung für Familien mit Kindern bis 6 Jahre

Wir bieten gesundheitliche Beratung bei Ihnen zu Hause an. Eine Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger*in besucht Sie zu Hause und beantwortet Ihre Fragen zu verschiedenen Themen, zum Beispiel:

- Stillen
- Ernährung
- Schlafen
- Hautpflege des Babys
- Impfungen
- Welche Untersuchungen zur Vorsorge gibt es?
- Förderung der Entwicklung
- Umgang mit Medien
- Vermeidung von Unfällen im Haushalt

Wir können Sie einmal oder mehrmals besuchen. Je nach dem, was Sie benötigen. Bei Bedarf können wir weitere Hilfsmöglichkeiten vermitteln.

Für wen: Für Familien mit Kindern von 0 bis 6 Jahren

Das Angebot ist kostenlos.

Es ist möglich, dass eine Person dabei ist, die übersetzt. Sagen Sie uns bitte rechtzeitig vorher Bescheid, welche Sprache Sie sprechen.

Gesundheitsberatung

gesundheitsberatung-kinder@muenchen.de

+49 (0) 89233747333

https://stadt.muenchen.de/service/info/sg-fruehki...

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Frühe Hilfen

Gesundheitsversorgung für Menschen ohne Krankenversicherung

Open.med (Ärzte der Welt e.V.)

Open.med (Ärzte der Welt e.V.)

Open.med ist eine medizinische Anlaufstelle und soziale Beratung für Menschen, die keine Krankenversicherung haben. Open.med arbeitet unabhängig von staatlichen Institutionen und respektiert Ihre Anonymität.

Für wen: Für Menschen ohne Krankenversicherung oder mit eingeschränktem Zugang zu Gesundheitsversorgung, wohnungslose Menschen.

Deutsch, Bulgarisch, Rumänisch, Türkisch und Englisch.

Kinder können mitgebracht werden.

Das Angebot ist kostenfrei.

Telefonisch erreichbar:
9:30 -17:00 Uhr
Offene medizinische Sprechstunde:
Dienstag 16:00 - 19:00 Uhr
Freitag 10:00 - 13:00 Uhr
Sprechstunde für Kinder:
Jeden 1. und 3. Mittwoch des Monats: 17:00 - 18:00 Uhr
Sprechstunde für Frauen:
Jeden 2. und 4. Donnerstag des Monats: 09:00 - 12:00
Sprechstunde für chronisch Erkrankte:
Bitte vereinbaren Sie einen Termin.
Psychiatrische Sprechstunde:
Bitte vereinbaren Sie einen Termin.
Psychotherapeutische Sprechstunde:
Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen.

Open.med

Dachauerstraße 161, 80636 München

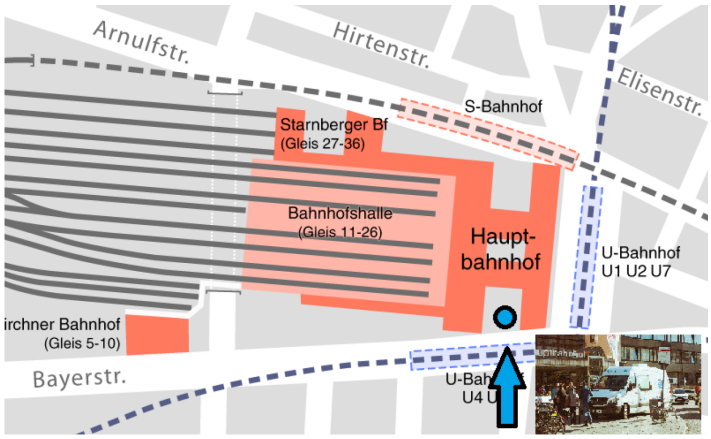
openmed@aerztederwelt.org

+49 (0) 1775116965

https://www.aerztederwelt.org/wem-wir-beistehen/h...

Zusätzlich zu dem oben genannten Angebot ist open.med ein Mal pro Woche am Hauptbahnhof und ein mal pro Woche im Übernachtungsschutz:

Einsatz am Hauptbahnhof - Behandlungsbus
Bayerstraße 10, 80335 München
Jeden Mittwoch 16:00 - 18:00 Uhr



Einsatz im Übernachtungsschutz
Lotte-Branz-Str. 5, 80939 München
Von 1. Oktober bis 31. März: Montag 18:00 - 20:00 Uhr
Von 1. April bis 30. September: Montag 19:00 - 21:00 Uhr

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen: unversichert, Clearing, Versicherungsstatus, Verhütung

Malteser Hilfsdienst

Malteser Hilfsdienst

Wir helfen Menschen, die in München leben und keine keine Krankenversicherung haben. Sie können zu uns kommen, wenn Sie plötzlich krank, verletzt oder schwanger sind. Eine Ärztin oder ein Arzt übernimmt dann die Untersuchung und Notfallversorgung.
Vor der ärztlichen Untersuchung beraten wir Sie ausführlich.

Wir unterstützen auch Menschen, die in eine Krankenversicherung neu eintreten oder zurückkehren wollen. Wir sprechen mit den deutschen Krankenkassen, den Sozialbürgerhäusern und Behörden und begleiten Sie gegebenenfalls auch zu den Terminen bei den Behörden.

Mehr erfahren

Für wen: Für alle Menschen ohne Krankenversicherung

Dolmetscher*innen für Rumänisch und Bulgarisch sind am Dienstag und am Donnerstag vor Ort.

Kinder können mitgebracht werden.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Das Angebot ist kostenfrei.

Sie können einen Termin ausmachen, oder zu den offenen Sprechstunden kommen. Bei den offenen Sprechstunden brauchen Sie keinen Termin.
Offene Sprechstunden:
Zahnarzt: am Dienstag 09:30 - 12.30 Uhr, am Donnerstag 13:30 - 16:00 Uhr

Für Erwachsene: am Dienstag 09:30 - 12:30 Uhr, am Donnerstag 13:30 - 16:00 Uhr
Für Kinder: Jeden 2. Mittwoch im Monat 14:30 - 16:30 Uhr
Für Frauen: Jeden 1., 3. und 5. Mittwoch im Monat 09:30 - 11:30 Uhr

Malteser Hilfsdienst
Streitfeldstraße 1
81673 München
089/43608554
malteser-medizin-muenchen@malteser.org

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen: medizinische Versorgung unversichert, Gesundheit, nichtversichert, Versicherungsstatus, Verhütungsberatung

Clearingstelle Gesundheit

Clearingstelle Gesundheit

Wenn Sie keine Krankenversicherung haben oder nicht wissen, ob Sie versichert sind, sind wir für Sie da. Wir bieten Hilfe für Menschen ohne Krankenversicherung oder wenn der Versicherungsstatus nicht klar ist. Wir beraten Sie zu allen Themen rund um das Gesundheitssystem. Bei uns finden Sie Lösungswege, wie Sie gesundheitlich versorgt werden können.

Wir klären, wer die Kosten für Ihre Behandlung beim Arzt oder im Krankenhaus übernimmt. Wenn Sie kein Geld für eine medizinisch notwendige Behandlung haben, ist es im Einzelfall möglich, dass die Kosten übenommen werden.

Unsere Unterstützung ist nicht von Nationalität und Aufenthaltsstatus abhängig, jede Person ist willkommen.

Für wen: Für Menschen ohne Krankenversicherung und Menschen die kein Geld oder nur wenig Geld haben.

Es gibt Dolmetscherinnen / Dolmetscher.

Das Angebot ist kostenfrei und anonym.

nach telefonischer Vereinbarung

Clearingstelle Gesundheit Condrobs e.V.

Corneliusstr. 2, 80469 München

clearing.gesundheit@condrobs.de

+49 (0) 89716717790

https://www.condrobs.de/einrichtungen/clearingste...

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
medizinische Versorgung, unversichert, Gesundheitsfonds, Verhütungsberatung

Pille & Co - Beratung und finanzielle Unterstützung bei Verhütung

Pille & Co - Beratung und finanzielle Unterstützung bei Verhütung

Wir unterstützen Frauen bei der Finanzierung der Verhütung. Ob hormonelle oder nicht hormonelle Verhütung, Sie können mit unserer Ärztin beraten, was für Sie passt. Auch die Nachverhütung nach einer Vergewaltigung kann von uns übernommen werden.

Voraussetzungen:

- Frauen älter als 22 Jahre
- Frauen in der Ausbildung mit einem Lebensunterhalt < 800 €
- Au-pairs
- BAFöG-Empfängerinnen
- Frauen ohne Krankenversicherung

Dolmetscherinnen / Dolmetscher stehen nach Vereinbarung zur Verfügung.

Es gibt einen Aufzug.

Das Angebot ist kostenlos.

Am Montag 08:30 - 13:00 und 14:00 - 18:00 Uhr
Am Dienstag 09:00 - 13:00 und 14:00 - 17:00 Uhr
Am Mittwoch 08:30 - 10:30 und 14:00 - 18:00 Uhr
Am Donnerstag 09:00 - 13:00 und 14:00 - 17:00 Uhr
Am Freitag 09:00 - 15:00 Uhr

Pro Familia e. V.

Türkenstraße 103, 80799 München

verhuetung.muenchen@profamilia.de

+49 (0) 8933008411

https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/bayern...

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
medizinische Versorgung, keine Krankenversicherung, unversichert, Gesundheit, Versicherungsstatus, Verhütungsberatung

GesundheitsTreffs

GesundheitsTreffs

Sie möchten mit einem Arzt oder einer Ärztin sprechen? Sie haben Fragen zu Ernährung, zu seelischer Gesundheit, zur Pflege von Angehörigen oder zu einer Diagnose? Sie haben Fragen zu einem Medikament oder zu einer Impfung?

Gerne beantworten wir alle Ihre Fragen rund um das Thema Gesundheit. Die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen ist uns besonders wichtig. Wir helfen Ihnen bei der Suche nach der passenden Arztpraxis oder wenn Sie einen Arzttermin ausmachen möchten. Wir beraten Sie und helfen Ihnen das richtige Angebot zu finden. Wir unterstützen Sie auch dabei Anträge auszufüllen. Wir unterstützen Sie bei der Schwangerschaft und nach der Geburt.

Wir können auch zum Beispiel Ihren Blutdruck und Blutzucker messen oder einen Hörtest / Sehtest machen.

Unser Team besteht aus Ärztin / Arzt, Sozialpädagog*in und Gesundheitspflegekräften und Kinderkrankenpflegekräften. Wir arbeiten auch mit Hebammen, Krankenhäusern und sozialen Einrichtungen zusammen.

Alle Angebote sind kostenfrei. Sie müssen keine Krankenversicherung haben.

Die Beratung ist anonym.

Es gibt auch Personen, die übersetzen können. Sagen Sie uns bitte vorher vorher Bescheid für welche Sprache.

Sie können Ihre Kinder mitbringen.

Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Website

GesundheitsTreff Hasenbergl
Wintersteinstraße 14
80933 München
089/233772508
gesundheit-hasenbergl.gsr@muenchen.de
Flyer

GesundheitsTreff Riem
Willy-Brandt-Allee 44
81829 München
089/233728720
gesundheit-riem.gsr@muenchen.de
Flyer

Mobiler GesundheitsTreff Moosach
Dachauer Straße 270b
80992 München
089/233772504
gesundheit-moosach.gsr@muenchen.de

GesundheitsTreff Neuperlach
Quiddestraße 15
81735 München
089/45350018

@gesundheit-neuperlach.gsr@muenchen.de

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Erziehung, Familie, Sport

Gynäkologische Sprechstunde für Frauen ohne Krankenversicherung

MAGGY - Münchner Ambulanz im Gesundheitsreferat für Gynäkologie

Sie haben keine Krankenversicherung? Sie haben keinen Zugang zu einer ärztlichen Versorgung? Sie haben Fragen an eine Frauenärztin?
Dann können Sie die gynäkologische Sprechstunde im Gesundheitsreferat besuchen.

Was wir anbieten:

- Wir können Sie gynäkologisch untersuchen und beraten Sie zu verschiedenen Themen
- Wir können Untersuchungen zur Früherkennung von Krebs machen
- Wir beraten Sie, wenn Sie eine Infektion haben
- Wir beraten Sie zu sexuell übertragbaren Infektionen (STI) und können diese auch bei Ihnen testen
- Unser Team besteht nicht nur aus Frauenärztinnen, sondern auch aus Sozialpädagog*innen. Diese können Sie auch beraten.

Mehr erfahren

Das Angebot ist kostenlos.

Das Angebot ist anonym: Niemand erfährt von der Beratung oder Untersuchung.

Wir sprechen verschiedene Sprachen: Englisch, Französisch, Serbokroatisch, Mazedonisch, Bulgarisch, Russisch. Für weitere Sprachen können wir eine Person hinzuziehen, die am Telefon dolmetscht.

Für wen: Für Frauen und Mädchen, die nicht ausreichend krankenversichert oder medizinisch versorgt sind.

Kinder können mitgebracht werden.

MAGGY - Münchner Ambulanz im Gesundheitsreferat für Gynäkologie
Bayerstr. 28a
80335 München

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.
089/23323333
@aids-sti-beratung.rgu@muenchen.de
Die Sprechstunde ist immer am Montag von 13:00 bis 15:00 Uhr. Sie brauchen keinen Termin, kommen Sie einfach vorbei. Planen Sie bitte Wartezeit ein.

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Frauenarzt, unversichert, HIV, Syphilis, Hepatitis, Gonorrhoe, Chlamydien

Beratung zur seelischen Gesundheit (Einmal im Monat)

Beratung zur seelischen Gesundheit

Wir beraten Sie zum Thema Gesundheit:

- Haben Sie Fragen zu Ihrer körperlichen oder seelischen Gesundheit?
- Fühlen Sie sich manchmal nicht gut?
- Gibt es Menschen, die sich Sorgen um Ihre Gesundheit machen?
- Trinken Sie Alkohol oder nehmen Sie andere Substanzen? Fühlen Sie sich dann besser?

Dann sind wir gerne für Sie da!

immer am ersten Montag des Monats 10:00 - 12:00 Uhr. Die genauen Termine finden Sie hier.

Für wen: Für Menschen mit psychischen Problemen und Suchterkrankungen. Sie müssen sich nicht anmelden. Sie müssen nicht Ihren Namen nennen. Sie müssen nicht krankenversichert sein.

Das Angebot ist kostenfrei.

Wir sprechen Deutsch und Englisch. Wenn Sie eine andere Sprache sprechen, ist es auch möglich, dass eine Person dabei ist, die übersetzt. Sagen Sie uns bitte vorher Bescheid, welche Sprache Sie sprechen.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Bellevue di Monaco | Gesundheitsberatung

Müllerstr. 2, 80469 München

angebote@bellevuedimonaco.de

+49 (0) 8955057751

https://bellevuedimonaco.de/veranstaltungen/kateg…

Zu Hause Gesund Werden – Häuslicher Betreuungsdienst für erkrankte Kinder

Zu Hause Gesund Werden – Häuslicher Betreuungsdienst für erkrankte Kinder

Zu Hause Gesund Werden hilft Eltern, die aufgrund beruflicher Anforderungen nicht zuhause bleiben können, um ihr erkranktes Kind selbst gesund zu pflegen. Dazu vermitteln wir kurzfristig eine ehrenamtliche Helferin, die das kranke Kind in der vertrauten elterlichen Wohnung zuverlässig betreut und versorgt, so dass es in Ruhe genesen kann.

Für wen: Das Angebot richtet sich an Eltern, die erwerbstätig sind oder sich in Ausbildung befinden.

Voraussetzungen:
Sie wohnen in München oder im Landkreis München.
Ihr krankes Kind ist mindestens 6 Monate und höchstens 12 Jahre alt.
Sie sind berufstätig oder machen eine Ausbildung.
Sie brauchen Betreuung für mindestens 3 und maximal 6 Stunden am Tag.

Jede Betreuungsstunde kostet 6,50 Euro. Dazu kommen MVG-Fahrtkosten.
Bei finanziellen Engpässen können wir die Kosten aus Spendenmitteln finanzieren.

Altheimer Eck 13, 80331 München
089/2904478
info@zhgw.de
Montag – Freitag 9.00 – 13.00 Uhr
www.zhgw.de

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Kinderbetreuung bei Krankheit, Pflege eines Kindes im Krankheitsfall, Betreuung kranker Kinder, Erkrankung eines Kindes, Mein Kind ist krank

Medikamente und Apotheken

Allgemeine Informationen

Allgemeine Informationen

Wenn Sie Medikamente brauchen, können Sie diese in Apotheken kaufen. Einige Medikamente, wie zum Beispiel Antibiotika, sind verschreibungspflichtig. Das heißt, Sie können sie nicht ohne Rezept kaufen. Das Rezept bekommen Sie von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt. Ihre Medikamente bekommen Sie mit diesem Rezept in jeder Apotheke. Auch mit einem Rezept sind in der Regel nicht alle Medikamente kostenlos.

Apothekennotdienst

Wenn sie außerhalb der üblichen Öffnungszeiten der Apotheken ein Medikament benötigen, können Sie das Angebot des Apothekennotdiensts nutzen. Die Apotheken im Stadtgebiet wechseln sich ab, um auch nachts oder am Wochenende einen Zugang zu Medikamenten zu garantieren.
Bitte beachten Sie, dass auf den üblichen Preis von Medikamenten zu Notdienstzeiten einige Euros aufgeschlagen werden.

Welche Apotheke in Ihrer Umgebung gerade Notdienst hat, können Sie auf meinestadt.de feststellen. Geben Sie hierzu in dem vorgesehenen Fenster die Postleitzahl (PLZ) Ihrer Wohnadresse ein.

Günstige Medikamente - Medikamentenhilfe

Günstige Medikamente - Medikamentenhilfe

Besitzen Sie den >> München-Pass? Dann können Sie Medikamente, die selbst gezahlt werden müssen, in einigen Apotheken zu einem ermäßigten Preis zu bekommen. Das sind Medikamente, die man ohne Rezept kaufen kann.

Wenn Sie ein solches Medikament benötigen, sprechen Sie bitte mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt. Sie bekommen dann ein sogenanntes "Grünes Rezept" oder ein Privatrezept ausstellen. Dieses legen Sie in einer teilnehmenden Apotheke zusammen mit Ihrem München-Pass vor, dann erhalten Sie das Medikament deutlich günstiger.

Weitere Informationen

Hier finden Sie die Standorte der Apotheken, die teilnehmen.

Psychische Gesundheit und Traumatisierung

Psychologischer Dienst für Menschen mit Migrationsbiographie

Psychologischer Dienst für Menschen mit Migrationsbiographie

Dieses Angebot ist eine kultursensible und muttersprachliche Beratung für Migrantinnen und Migranten. Die Berater*innen haben kulturspezifische Kenntnisse und oft eigene Erfahrungen im Bereich der Migration. Sie berücksichtigen kulturelle und religiöse Hintergründe und verstehen Ihre Sorgen. Gemeinsam mit Ihnen suchen die Berater*innen nach Lösungen:

- wenn Sie Fragen zur Erziehung haben
- wenn es Konflikte / Probleme in Ihrer Ehe / Partnerschaft oder in Ihrer Familie gibt
- bei psychischen Erkrankungen, Belastungen oder Krisen
- bei migrationsspezifischen Problemen

Das Angebot ist kostenfrei.

Die Beratung unterliegt der Schweigepflicht. Das bedeutet, dass niemand erfährt, was bei der Beratung besprochen wurde.

Caritas München, Bayerstraße 73, 80335 München

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen.

Für wen: Für Neuzugewanderte, EU-Bürger*innen und Geflüchtete

Die Beratung findet in Ihrer Muttersprache statt. Entweder die Berater*in kann Ihre Sprache sprechen oder es ist eine Person dabei, die übersetzt.

Sie können Ihre Kinder mitbringen.

089/23114960
pda@caritasmuenchen.org
Webseite
Offene Sprechstunde - Sie brauchen keinen Termin:
Montag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag 10:00 - 12:00 Uhr
Dienstag 12:00 - 13:00 Uhr

Arbeiterwohlfahrt München, Goethestraße 53, 80336 München

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen.

Für wen: Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die in München wohnen.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin:
089/54424753
türkisch, deutsch, englisch
Montag bis Freitag 11:00 - 12:00 Uhr

089/4424762
bosnisch, kroatisch, serbisch, deutsch
Montag bis Donnerstag 11:00 - 12:00 Uhr

psych.migration@awo-muenchen.de
Website

Psychotherapie und Sozialberatung für Menschen mit Fluchterfahrung

Psychotherapie und Sozialberatung für Menschen mit Fluchterfahrung

Wir unterstützen Menschen, die vor Krieg, Verfolgung und Folter geflohen sind. Die Personen haben oft schreckliche Sachen erlebt und leiden bis heute unter den Folgen. Wir arbeiten mit verschiedenen Methoden. Die Therapie kann als Einzeltherapie stattfinden oder in der Gruppe. Eine Krankenversicherung ist nicht nötig.

Das Angebot ist kostenfrei.

Kinder können mitgebracht werden.

Für wen: Für Personen ab 18 Jahren.

Es gibt Dolmetscherinnen und Dolmetscher.

Spezielles Angebot für Kinder und Jugendliche

Wir bieten Einzel- oder Gruppentherapie für Kinder und Jugendliche, die unter ihren Erlebnisse in ihrem Herkunftsland oder auf ihrer Flucht leiden. Die Therapie findet in der Regel eine Stunde pro Woche mit Dolmetscherinnen und Dolmetschern statt. Zusätzlich bieten wir sozialpädagogische Beratung an.
Eine Krankenversicherung ist nicht erforderlich!

Für wen: Für Kinder und Jugendliche bis einschließlich 17 Jahren (auch unbegleitete minderjährige Flüchtlinge). Der Aufenthaltsstatus spielt keine Rolle.

Die Anzahl der Therapieplätze ist begrenzt.

Die Anmeldung ist per Anmeldebogen oder telefonisch möglich.

Es gibt Dolmetscherinnen und Dolmetscher.

Das Angebot ist kostenfrei.

Montag bis Freitag 09:00 - 16:00 Uhr

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen.

Refugio München

Rosenheimer Straße 38, 81669 München

info@refugio-muenchen.de

+49 (0) 899829570

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

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Folter, PTBS, PTSD, Flashback, Schlafstörung, Verhaltenstherapie, Tiefenpsychologie, systemische Therapie, Gesprächstherapie, Trauma

Beratung und Hilfe bei seelischen Problemen und psychischen Krankheiten

Beratungsangebote seelische Gesundheit

Sozialpsychiatrischer Dienst

Sozialpsychiatrische Dienste (SPDi) sind Beratungsstellen für Menschen mit seelischen Problemen und psychischen Krankheiten sowie deren Angehörige oder Bezugspersonen. In München gibt es insgesamt zehn dieser Dienste. Wo die Standorte sind und wann dort geöffnet ist, erfahren Sie hier.

Sie bieten Hilfe in Lebenskrisen, bei Fragen zu psychischer Krankheit und Gesundheit, beim Wohnen und bei der Bewältigung des Alltags, bei Themen wie Arbeit und Lebensunterhalt, bei Problemen in Beziehungen und zu einer sinnvollen Freizeitgestaltung.

Die Beratung kann persönlich oder per Telefon sein. Die Berater*innen können Sie auch zu weiterführenden Hilfsangeboten vermitteln oder Sie zu Hause besuchen.

Mehr erfahren

Für wen: Für Menschen im Alter von 18 bis 60 Jahren, die seit mindestens 15 Monaten in Deutschland wohnen. Es muss ein geklärter Aufenthaltsstatus vorliegen.

Bei Bedarf können wir organisieren, dass eine Person übersetzt. Bitte sagen Sie uns vorher Bescheid, welche Sprache Sie sprechen.

Kinder können mitgebracht werden.

Das Angebot ist kostenfrei.

Bei Fragen zur Barrierefreiheit fragen Sie bitte bei den einzelnen Stellen nach.

Neuhausen-Nymphenburg

Leonrodstraße 54
80636 München
Es gibt ein behindertengerechtes WC.
089/126991452
spdi-neuhausen@diakonie-muc-obb.de
Montag bis Freitag 09:00 - 12:30 Uhr
Dienstag 14:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch und Donnerstag 14:00 - 16:00 Uhr
http://www.spdi-neuhausen.de/

Stadtmitte

Deutsch, Englisch, Französisch, Schwedisch.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Paul-Heyse-Straße 20
80336 München
089/23347234
sozialpsychiatrischerdienst.rgu@muenchen.de
Montag bis Donnerstag 09:00 - 12:00 Uhr und 13:30 - 15:30 Uhr
Freitag 09:00 - 12:00 Uhr
www.muenchen.de/sozialpsychiatrischer-dienst

Krisenberatung und Suizidprävention

Krisenberatung und Suizidprävention

Polizei 110
Notruf 112

Krisendienst Bayern

0800/6553000
täglich 24 Stunden
Telefonische Beratung in 120 Sprachen
Website

Die Arche e.V.

"Die Arche" bietet Beratung für Menschen in Lebenskrisen, bei Suizidgedanken oder nach einem Suizidversuch sowie für Menschen die eine nahestehende Person durch Suizid verloren haben.

Für wen: Für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren

Bei Bedarf können wir eine Person organisieren, die übersetzt. Bitte sagen Sie uns einige Tage vor dem Termin Bescheid, welche Sprache Sie sprechen.

Kinder können mitgebracht werden.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Das Angebot ist kostenfrei.

Montag bis Freitag 09:00 - 13:00 Uhr und 14:30 - 17:00 Uhr

Die Arche e. V.

Saarstraße 5, 80797 München

info@die-arche.de

+49 (0) 89334041

http://www.die-arche.de/

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Suizidalität, Depression, Trauma, Selbstmord, Selbsttötung, Trauer

Münchner Bündnis gegen Depression e. V.

Münchner Bündnis gegen Depression e. V.

Depression ist eine ernste Erkrankung, die sehr gut behandelt werden kann. Wir unterstützen Menschen, die eine depressive Erkrankung haben und ihre Angehörigen. Unser Angebot:

- Wir informieren und vermitteln Wissen über Depressionen
- Es gibt offene Treffen für Betroffene, Angehörige und Interessierte
- Wir helfen Ihnen dabei weitere Beratungsangebote zu finden
- Wir beraten persönlich und per Telefon

Jeden Montag von 18:30 - 19:30 Uhr gehen wir gemeinsam joggen. Wir treffen uns hier: Veterinärstr. 1, 80539 München
Jeden Freitag von 13:30 - 14:30 Uhr gehen wir gemeinsam spazieren. Wir treffen uns hier: Belgradstraße 9, 80796 München

Das Angebot ist kostenfrei.

Täglich 08:30 - 15:30 Uhr
@aktion_depression

Münchner Bündnis gegen Depressionen e.V.

Belgradstraße 9, 80796 München

info@muenchen-depression.de

+49 (0) 8954045120

https://www.muenchen-depression.de/

ANAD e. V. Hilfe bei Essstörungen

ANAD e. V. Hilfe bei Essstörungen

ANAD e. V. unterstützt Menschen, die ein Problem oder eine Störung mit dem Essen haben. Über unser Portal beraten wir Betroffene und deren Angehörige. Wir informieren zu den Möglichkeiten, die es gibt. Zum Beispiel informieren wir zu Kliniken, Ernährungsberatungen, Wohngruppen und ambulanten Psychotherapien. Wir können auch an weitere Stellen vermittlen. Vielleicht gibt es auch einen Platz in einem Wohnprojekt von uns.

Die Beratung können wir per E-Mail, Telefon oder Video machen.

Für wen: Für Menschen mit Essstörungen und ihre Familien und Freund*innen.

Die Beratung ist kostenfrei und anonym.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Täglich 09:00 - 17:00 Uhr

ANAD e. V. Hilfe bei Essstörungen

Poccistraße 5, 80336 München

info@anad.de

+49 (0) 892199730

https://anad.assisto.online/

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen: Krisensituationen, Magersucht, Bulimie, Binge-Eating, Borderline, Essprobleme, Körpergefühl

Fachambulanz für Essstörungen und Muskelsucht

Fachambulanz für Essstörungen und Muskelsucht

Wir beraten bei allen Problemen mit dem Essverhalten und mit dem Gewicht. Unser Angebot ist für Kinder, Jugendliche, Frauen und Männer:

- die unter ihrem Essverhalten leiden
- die wissen, dass bei ihnen eine Essstörung vorliegt

- die in der Familie, in der Schule, in der Arbeit, in der Beziehung, etc. von der Essstörung einer Person indirekt betroffen sind

Wir behandeln auch bei Anorexie, Bulimie, Übergewicht, Muskelsucht.

Mehr erfahren

Es gibt Personen vor Ort, die übersetzen können.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Das Angebot ist kostenfrei.

Caritas München
Fachambulanz für Essstörungen und Muskelsucht
Arnulfstraße 83
80634 München
089/724499400
faessstoerungen@caritasmuenchen.org
Von Montag bis Freitag 08:00 - 14:00 Uhr

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Sportsucht, Fresssucht

Psychosoziale Krebsberatungsstelle München der Bayerischen Krebsgesellschaft e. V.

Psychosoziale Krebsberatungsstelle München der Bayerischen Krebsgesellschaft e. V.

Wir beraten zu allen Fragen im Umgang mit der Erkrankung. Wir helfen bei der Eingliederung. Wir unterstützen Sie bei psychischer Belastung im Alltag.

Mehr erfahren

Für wen: Für erwachsene Krebserkrankte und deren Angehörige sowie Interessierte

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Das Angebot ist kostenfrei.

Psychosoziale Krebsberatungsstelle München der Bayerischen Krebsgesellschaft e. V.
Nymphenburger Straße 21a
80335 München
089/54884021 / -22 / -23
kbs-muenchen@bayerische-krebsgesellschaft.de
Von Montag bis Freitag 09:00 - 13:00 Uhr
Am Mittwoch 09:00 - 16:00 Uhr

Trauma Hilfe

Trauma Hilfe

Flucht und Migration aufgrund von Krieg und Vertreibung bringen Menschen in unerträgliche Situationen. Viele leiden danach ihr ganzes Leben lang an den Folgen. Ein Großteil der traumatisierten Menschen bekommt jedoch erst spät therapeutische Hilfe. Hier setzt unsere Trauma Hilfe an. Wir unterstützen Dich dabei, mit den Folgen von Trauma leben zu lernen.

Unsere Trauma Hilfe beruht auf leicht verstehbaren Übungen mit dem Körper und einfachen kognitiven Methoden zur Stärkung deiner Ressourcen.

Weitere Informationen und die Anmeldung findest du auf unserer Website, schau vorbei!

1. Du kennst jemanden oder benötigst selbst Hilfe nach einem Trauma? Melde dich hier.
2. Wir suchen so schnell wie möglich eine passende Trauma Ersthelferin / einen passenden Trauma Ersthelfer für dich. Auch in deiner Muttersprache.
3. Die Ersthelferin / Der Ersthelfer nimmt persönlich oder online Kontakt zu dir auf. Ziel ist es, die individuellen Beschwerden zu reduzieren und die psychische Widerstandskraft zu verbessern.

Für wen: Für Drittstaatsangehörige, Geflüchtete oder Menschen mit subsidiärem Schutz oder Gestattung.

Das Angebot ist kostenfrei.

Es gibt Dolmetscherinnen / Dolmetscher für die Sprachen Arabisch, Farsi, Französisch, Englisch, Russisch, Ukrainisch, Urdu.

Kinder können mitgebracht werden.

Die Einsätze finden bei uns im Büro, bei Dir zu Hause oder auch online statt. Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäuden und zu den Räumen.

Ringseisstraße 11a
80337 München
089/55871688
traumahilfe@arrivalaid.org
Montag bis Freitag 09.00 - 16:00 Uhr

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Ersthilfe, Traumahilfe, Traumaschulung, Psychische Hilfe, Psychische Unterstützung, Flucht, Traumatisierung, Ehrenamt

Gerontopsychiatrischer Dienst: Bei psychischen Problemen im Alter

Beratung zur seelischen Gesundheit für ältere Menschen

Wünschen Sie sich eine Person, der Sie sich anvertrauen können? Haben Sie seelische Schwierigkeiten? Fühlen Sie sich einsam oder haben Sie das Gefühl, dass Ihr Gedächtnis nicht mehr richtig funktioniert?

Wir beraten und unterstützen Menschen ab 60 Jahren bei psychischen Erkrankungen oder seelischen Problemen. Wir sind auf die speziellen Bedürfnisse älterer Menschen eingestellt.

Unser Angebot:

- Psychosoziale Hilfe
- Einzelgespräche
- Gruppen
- Schriftverkehr
- Kooperation mit anderen Stellen, Ärztinnen und Ärzten, Kliniken, Rechtsbetreuerinnen und Rechtsbetreuern sowie Pflegediensten

Das Angebot ist kostenfrei.

Für wen: Für Menschen ab 60 Jahren mit psychischen oder sozialen Problemen und ihre Angehörigen oder Bezugspersonen.

Wir beraten auf Deutsch. Es ist möglich, dass eine Person dabei ist, die übersetzt. Bitte sagen Sie uns vorher Bescheid, welche Sprache Sie sprechen, damit wir das organisieren können.

Kinder können mitgebracht werden.

In München gibt es insgesamt vier dieser Dienste. Weitere Informationen finden Sie auf dem Flyer:

Es gibt barrierefreie Zugänge zu den Gebäuden und zu den Räumen. Es gibt behindertengerechte WCs.

München-Ost

Für Personen aus den Stadtbezirken:
Au-Haidhausen, Berg am Laim, Trudering-Riem, Ramersdorf-Perlach, Obergiesing-Fasangarten, Untergiesing-Harlaching.

Am Montag 9:00 - 16:00 Uhr
Am Dienstag 9:00 - 15:00 Uhr
Am Mittwoch 12:00 - 14:00 Uhr
Am Donnerstag und am Freitag 9:00 - 14:00 Uhr

Gerontopsychiatrischer Dienst | München-Ost

Zeppelinstr. 43, 81669 München

gpdi.ost@projekteverein.de

+49 (0) 8932805656

+49 (0) 896914802

http://www.projekteverein.de/

München-Süd

Für Personen aus den Stadtbezirken:
Altstadt-Lehel, Ludwigsvorstadt-Isarvorstadt, Sendling, Sendling-Westpark, Schwanthalerhöhe, Hadern, Thalkirchen-Obersendling-Forstenried-Fürstenried-Solln, Laim, Pullach.

Von Montag bis Freitag 8:30 - 12:30 Uhr
Am Dienstag und am Donnerstag 14:00 - 16:00 Uhr

Gerontopsychiatrischer Dienst | München-Süd

Garmischer Straße 211, 81377 München

gpdi-sued@caritasmuenchen.org

+49 (0) 89517772300

https://www.gerontopsychiatrischer-dienst-caritas...

München-West

Für Personen aus den Stadtbezirken:
Neuhausen-Nymphenburg, Moosach, Pasing-Obermenzing,
Aubing-Lochhausen-Langwied, Allach-Untermenzing

Von Montag bis Freitag 9:00 - 15:00 Uhr

Gerontopsychiatrischer Dienst | München-West

Landsberger Straße 367, 80687 München

gpdi.west@projekteverein.de

+49 (0) 8959991560

https://projekteverein.de/standorte/gpdi-muenchen...

München-Nord

Für Personen aus den Stadtbezirken:
Maxvorstadt, Schwabing West, Milbertshofen-Am Hart, Schwabing-Freimann, Bogenhausen, Feldmoching-Hasenbergl

Montag, Dienstag und Donnerstag 09:00 - 12:00 Uhr und 12:00 - 15:00 Uhr
Am Mittwoch 12:00 - 16:00 Uhr
Am Freitag 09:00 - 12:00 Uhr

Gerontopsychiatrischer Dienst | München-Nord

Schleißheimer Straße 450a, 80935 München

gpdi@stiftung-zusammentun.de

+49 (0) 89452235240

https://www.stiftung-zusammentun.de/hilfe-im-alte...

Frauengesundheit

Frauenselbsthilfe Krebs – Gruppe München

Frauenselbsthilfe Krebs - Gruppe München

Für wen: Für Menschen mit einer Krebserkrankung, wobei der Schwerpunkt auf Brustkrebs und gynäkologischen Krebserkrankungen liegt.

Gruppentreffen
jeden 2. Freitag im Monat 14:30 - 16:30 Uhr

Bei Fragen zur Selbsthilfegruppe, wenden Sie sich an:
christine@zimmerei-deischl.de
081249099522
01634666933 (mobil)
Website Selbsthilfegruppe

Das Angebot ist kostenfrei.

Selbsthilfezentrum München
Westendstraße 68
80339 München

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Website Selbsthilfezentrum
kontakt@frauenselbsthilfe.de

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen: Frauengesundheit, Krebsselbsthilfeguppen

Brustkrebs Deutschland e.V.

Brustkrebs Deutschland e. V.

Unser Verein bietet kostenlose Angebote und Beratung rund um das Thema Brustkrebs:

- Sie können Flyer und Broschüren zum Thema bestellen.
- Für Fragen zu Diagnose, Erkrankung, Behandlung, Nebenwirkungen und Nachsorge rufen Sie uns gerne an. Der Anruf ist kostenfrei:
  0800/0117112
  Wenn Sie uns nicht erreichen, können Sie uns eine E-Mail schreiben:
  info@brustkrebsdeutschland.de.
- Weitere Informationen und Angebote finden Sie auf unserer Website.

- Unser Newsletter informiert Sie über Veranstaltungen und Aktivitäten. Wir berichten auch über aktuelle Themen aus der Medizin und der Politik.

Weitere Angebote:

- Kostenloses Paket zum Wohlfühlen
- Finanzielle Hilfe für Erkrankte, die aufgrund der Krankheit Geldprobleme haben
- Vorträge und Workshops

Für wen: Erkrankte, die Brustkrebs haben und Angehörige.

Das Angebot ist kostenfrei.

Deutsch, Englisch

Brustkrebs Deutschland e. V.
Lise-Meitner-Straße 7
85662 Hohenbrunn
089/41619800
online@brustkrebsdeutschland.de
von Montag bis Donnerstag von 09:00 bis 14:30 Uhr

Gynäkologische Sprechstunde für Frauen und Mädchen mit Mobilitätseinschränkungen

Gynäkologische Sprechstunde für Frauen und Mädchen mit Mobilitätseinschränkungen

Die Sprechstunde ist eine ganz normale gynäkologische Sprechstunde mit Münchner Gynäkolog*innen:

- Untersuchungen zur Vorsorge, Diagnostik und Therapie bei gynäkologischen Beschwerden und Erkrankungen
- Begleitung der Schwangerschaft
- Beratung zu Sexualität, Kinderwunsch und Verhütung
- Begleitung in den Wechseljahren

Bei sehr schwierigen medizinischen Fragen und Eingriffen überweist die Ärztin oder der Arzt Sie in eine ambulante oder stationäre Einrichtung. Dies entscheidet die Ärztin oder der Arzt gemeinsam mit Ihnen.

Die Gynäkolog*innen werden von einer erfahrenen Pflegefachkraft und einer Medizinischen Fachangestellten unterstützt. Sie müssen also keine eigene Begleitung oder Vertrauensperson mitbringen, dürfen dies aber selbstverständlich, wenn Sie möchten.

Für wen: Für Münchnerinnen mit Einschränkungen der Mobilität. Also zum Beispiel wenn Sie einen Rollstuhl fahren. Sie können auch gerne kommen, wenn Sie mehrfachbehindert sind.

Der Eingang zu dem Gebäude und zu den Räumen ist barrierefrei. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Wenn Sie möchten, dass jemand übersetzt, sagen Sie uns bitte vorher Bescheid.

Das Angebot ist kostenfrei.

Für alle Fragen:
089/23347836
gyn-praxis.gsr@muenchen.de
Website

Wann und wo die Sprechstunde stattfindet:
Am Mittwoch am Nachmittag
Gesundheitsreferat (GSR), Bayerstraße 28a, 80335 München

Sie können die Sprechstunde nur mit einem Termin wahrnehmen. Diesen können Sie hier vereinbaren:
0921/88099-55029
Montag und Freitag 8:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag 12:00 - 18:00 Uhr

Verhütung - Beratung und finanzielle Unterstützung

Pille & Co - Beratung und finanzielle Unterstützung bei Verhütung

Wir unterstützen Frauen bei der Finanzierung der Verhütung. Ob hormonelle oder nicht hormonelle Verhütung, Sie können mit unserer Ärztin beraten, was für Sie passt. Auch die Nachverhütung nach einer Vergewaltigung kann von uns übernommen werden.

Voraussetzungen:

- Frauen älter als 22 Jahre
- Frauen in der Ausbildung mit einem Lebensunterhalt < 800 €
- Au-pairs
- BAFöG-Empfängerinnen
- Frauen ohne Krankenversicherung

Dolmetscherinnen / Dolmetscher stehen nach Vereinbarung zur Verfügung.

Es gibt einen Aufzug.

Das Angebot ist kostenlos.

Am Montag 08:30 - 13:00 und 14:00 - 18:00 Uhr
Am Dienstag 09:00 - 13:00 und 14:00 - 17:00 Uhr
Am Mittwoch 08:30 - 10:30 und 14:00 - 18:00 Uhr
Am Donnerstag 09:00 - 13:00 und 14:00 - 17:00 Uhr
Am Freitag 09:00 - 15:00 Uhr

Pro Familia e. V.

Türkenstraße 103, 80799 München

verhuetung.muenchen@profamilia.de

+49 (0) 8933008411

https://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/bayern...

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen: medizinische Versorgung, keine Krankenversicherung, unversichert, Gesundheit, Versicherungsstatus, Verhütungsberatung

Behinderung

Unterstützung und Beratung für Menschen mit Behinderung

Unterstützung und Beratung

Es gibt verschiedene Anlauf- und Beratungsstellen für Menschen mit Behinderungen. Eine Übersicht der Angebote finden Sie hier:

>> Beratung und Hilfe >> Für Menschen mit Behinderungen

Gynäkologische Sprechstunde für Frauen und Mädchen mit Mobilitätseinschränkungen

Gynäkologische Sprechstunde für Frauen und Mädchen mit Mobilitätseinschränkungen

Die Sprechstunde ist eine ganz normale gynäkologische Sprechstunde mit Münchner Gynäkolog*innen:

- Untersuchungen zur Vorsorge, Diagnostik und Therapie bei gynäkologischen Beschwerden und Erkrankungen
- Begleitung der Schwangerschaft
- Beratung zu Sexualität, Kinderwunsch und Verhütung
- Begleitung in den Wechseljahren

Bei sehr schwierigen medizinischen Fragen und Eingriffen überweist die Ärztin oder der Arzt Sie in eine ambulante oder stationäre Einrichtung. Dies entscheidet die Ärztin oder der Arzt gemeinsam mit Ihnen.

Die Gynäkolog*innen werden von einer erfahrenen Pflegefachkraft und einer Medizinischen Fachangestellten unterstützt. Sie müssen also keine eigene Begleitung oder Vertrauensperson mitbringen, dürfen dies aber selbstverständlich, wenn Sie möchten.

Für wen: Für Münchnerinnen mit Einschränkungen der Mobilität. Also zum Beispiel wenn Sie einen Rollstuhl fahren. Sie können auch gerne kommen, wenn Sie mehrfachbehindert sind.

Der Eingang zu dem Gebäude und zu den Räumen ist barrierefrei. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Wenn Sie möchten, dass jemand übersetzt, sagen Sie uns bitte vorher Bescheid.

Das Angebot ist kostenfrei.

Für alle Fragen:
089/23347836
gyn-praxis.gsr@muenchen.de
Website

Wann und wo die Sprechstunde stattfindet:
Am Mittwoch am Nachmittag
Gesundheitsreferat (GSR), Bayerstraße 28a, 80335 München

Sie können die Sprechstunde nur mit einem Termin wahrnehmen. Diesen können Sie hier vereinbaren:
0921/88099-55029
Montag und Freitag 8:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag 12:00 - 18:00 Uhr

Aufklärung

Familienplanung, Verhütung und Beratung zur Sexualität

Familienplanung, Verhütung und Beratung zur Sexualität

Familienplanung

Sie haben das Recht darauf, ihre Familie selbstbestimmt zu planen. Das bedeutet: Sie können selbst bestimmen, ob Sie Kinder bekommen möchten. Oder wie viele Kinder Sie bekommen möchten. Niemand darf Sie dazu zwingen, Kinder zu bekommen oder eine Schwangerschaft abzubrechen.

Verhütung

Wenn Sie nicht schwanger werden wollen oder Sie sich vor einer sexuell übertragbaren Krankheit (STI) schützen möchten, gibt es verschiedene Methoden.

Mehr erfahren

Informationen auf verschiedenen Sprachen finden Sie hier:
Kurmanci, Pari, Kroatisch, Arabisch, Bulgarisch, Türkisch, Polnisch, Rumänisch, Französisch, Englisch, Russisch, Spanisch

Sie können sich zu verschiedenen Methoden der Verhütung beraten lassen: Schwangerschafts-Beratung
Die Beratung ist kostenfrei.

Sexualberatung

Sexuelle Selbstbestimmung heißt, selber zu wählen, wie und mit wem Sexualität gelebt wird. Niemand darf zu etwas gezwungen werden. Bei einer Sexualberatung können Sie in einem geschützten Rahmen über Ihre Sexualität sprechen. Sie können Fragen zum Körper, zur sexuellen Orientierung, zu sexuellen Schwierigkeiten wie Lustlosigkeit oder Probleme mit der Erektion stellen. Auch Erfahrungen von sexueller Gewalt können ein Thema sein.

Mehr erfahren

Schwanger werden

Wie wird man schwanger? Gibt es Schwierigkeiten beim Schwangerwerden? Wie stellt man eine Schwangerschaft fest?

Mehr erfahren

Eine persönliche Beratung rund um das Thema Schwangerschaft und unerfüllter Kinderwunsch finden Sie hier: Schwangerschafts-Beratung
Die Beratung ist kostenfrei.

Schwanger sein

Es gibt verschiedene Beratungsstellen rund um das Thema Schwangerschaft:
Schwangerschafts-Beratung
Die Beratung ist kostenfrei.

Mehr erfahren

Ungewollte Schwangerschaft

Wenn Sie schwanger sind und das Baby nicht bekommen möchten, können Sie unter bestimmten Bedingungen die Schwangerschaft beenden. Die Schwangerschaft wird dann abgebrochen. Das ist nur in den ersten Wochen der Schwangerschaft möglich. Vorher müssen Sie sich kostenfrei beraten lassen. Vereinbaren Sie dafür einen Termin bei einer Schwangerschafts-Beratung. Die Beraterinnen sprechen mit Ihnen über die verschiedenen Möglichkeiten und beantworten alle rechtlichen und medizinischen Fragen. Die Entscheidung, ob Sie Ihre Schwangerschaft abbrechen lassen, liegt allein bei Ihnen. Niemand darf für Sie entscheiden, ob Sie das Kind bekommen oder die Schwangerschaft abbrechen.

Mehr erfahren

Übernahme der Kosten für Verhütung

Übernahme der Kosten für Verhütung

Alle Menschen sollen die Möglichkeit zur Familienplanung haben. Das bedeutet auch, selbst entscheiden zu können, wie man verhüten möchte. Wenn Sie wenig Geld haben, übernimmt die Stadt München die Kosten für ärztlich verordnete Verhütungsmittel.

Für wen: Für Personen ab 22 Jahren. Für Personen unter 22 Jahren übernimmt die Krankenkasse die Kosten.

Für wen werden die Kosten übernommen?

- Personen, die den München-Pass haben. Was der München-Pass ist und wo Sie ihn bekommen können, finden Sie hier.
- Personen, die eine der folgenden Leistungen beziehen:
  - Hilfe zum Lebensunterhalt oder Grundsicherung (SGB XII)
  - Bürgergeld oder Sozialgeld (SGB II)
  - Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG)
  - Wohngeld oder Kinderzuschlag
- Personen mit geringem Einkommen (außer Au-Pairs, Auszubildende, Studentinnen und Studenten). Die Einkommensgrenze wird individuell geprüft.
- Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Freiwilligen Sozialen bzw. Ökologischen Jahr, Freiwillige im Rahmen des Bundesfreiwilligendienstes

Welche Unterlagen brauche ich für den Antrag?

München-Pass ODER Bewilligungsbescheid beziehungsweise Nachweise über Einkommen, Vermögen und Miete; Nachweis über soziales beziehungsweise ökologisches Jahr oder Bundesfreiwilligendienst

Wo kann ich den Antrag stellen?

- Sie können den Antrag im zuständigen Sozialbürgerhaus stellen.
  Sie können den Antrag online stellen oder einen Termin vereinbaren.
  089/23396833

- Wenn Sie Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) beziehen, stellen Sie den Antrag hier:
  Amt für Wohnen und Migration
  Wirtschaftliche Flüchtlingshilfe
  Werinherstraße 89 Haus 34
  81541 München
  asylbewerberleistungen.soz@muenchen.de
  089/23348806

- Wenn Sie wohnungslos sind, stellen Sie den Antrag hier:
  Amt für Wohnen und Migration
  Zentrale Wohnungslosenhilfe
  Franziskanerstraße 8
  81669 München
  089/23340105
  kundencenter-wohnen.soz@muenchen.de
  Am Montag, Dienstag und Donnerstag 08:30 - 12:00 Uhr und 13:00 - 16:00 Uhr
  Am Mittwoch 08:30 - 12:00 Uhr und 13:00 - 17:00 Uhr
  Am Freitag 08:30 - 12:00 Uhr

- Wenn Sie gehörlos sind, stellen Sie den Antrag hier:
  Sozialdienst für Gehörlose

Sexuell übertragbare Krankheiten (STIs)

STI Beratungsstelle zu sexuell übertragbaren Infektionen (HIV und andere STI)

STI Beratungsstelle zu sexuell übertragbaren Infektionen (HIV und andere STI)

Anonym - Kostenlos - Ohne Termin

Wir sind für Sie da:

- wenn Sie sich informieren möchten, wie man sich anstecken und schützen kann
- wenn Sie sich zu sexuell übertragbaren Infektionen beraten lassen wollen
- wenn Sie sich testen lassen wollen

Für wen: für alle Münchner Bürger*innen

Das Angebot ist kostenfrei.

Es ist möglich, dass eine Person dolmetscht.

Montag 08:00 - 11:00 Uhr
Dienstag 14:00 - 18:00 Uhr
Donnerstag 08:00 - 11:00 Uhr und 14:00 - 15:00 Uhr

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen.

Gesundheitsreferat | STI Beratungsstelle zu sexuell übertragbaren Infektionen (HIV und andere STI)

Bayerstraße 28A, 80335 München

aids-sti-beratung.gsr@muenchen.de

+49 (0) 89233723333

https://stadt.muenchen.de/service/info/sg-beratun...

Psychosoziale AIDS-Beratungsstellen

Psychosoziale AIDS-Beratungsstellen

Caritas München

HIV kann das Leben betroffener Menschen schlagartig verändern. Aber HIV kann heutzutage gut behandelt werden. Mit den richtigen Medikamenten ist es möglich, ein nahezu normales Leben zu führen und mit der Infektion alt zu werden. Wenn man die Medikamente regelmäßig

einnimmt, kann man andere Menschen nicht mehr anstecken.

Die Psychosoziale AIDS-Beratungsstelle berät und begleitet Menschen mit HIV/AIDS. Sie können uns anrufen oder zu uns in die Beratungsstelle kommen. Die Beratung ist vertraulich und unterliegt der Schweigepflicht.

Für wen: Für Betroffene, Ratsuchende, Fachpersonal

Kinder können mitgebracht werden.

Das Angebot ist kostenfrei.

Von Montag bis Donnerstag 09:00 - 17:00 Uhr
Am Freitag 09:00 - 14:00 Uhr

AIDS-Beratungsstelle Caritas

Schrenkstraße 3, 80339 München

aidsberatung@caritasmuenchen.org

+498950035520

https://www.caritas-nah-am-naechsten.de/psychosoz...

Münchner Aids-Hilfe e. V.

Unser Team beantwortet Ihre Fragen zu HIV/AIDS und anderen sexuell übertragbaren Infektionen und klärt in persönlichen Gesprächen auch individuelle Probleme - vertraulich, kompetent und auf Wunsch anonym.

Für wen: Für Menschen mit HIV

Wir sprechen Deutsch, Englisch und Französisch. Für alle weiteren Sprachen können wir Dolmetscherinnen und Dolmetscher anfragen.

Kinder können mitgebracht werden.

Das Angebot ist kostenfrei.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen. Es gibt ein behindertengerechtes WC.

Montag, Dienstag, Mittwoch 10:00 - 12:00 Uhr und 13:00 - 16:00 Uhr
Donnerstag 13:00 - 16:00 Uhr
Freitag 10:00 - 12:00 Uhr

Münchner Aids-Hilfe e. V.

Lindwurmstraße 71, 80337 München

info@muenchner-aidshilfe.de

+49 (0) 89543330

https://www.muenchner-aidshilfe.de/pers%C3%B6nlic...

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Gesundheit, STI, Betreuung

Sucht - Alkohol, Medikamente, Glücksspiel und Drogen

Suchtberatung der Stadt München

Suchtberatung der Stadt München

In der Suchtberatung bekommen Sie Hilfe bei Problemen mit legalen und illegalen Drogen und mit Glücksspiel. Das Angebot ist für Menschen, die selbst betroffen sind und für Angehörige von Suchterkrankten.
Die Beratung ist vertraulich.

Mehr erfahren

Wenn Sie uns vorher Bescheid sagen, können wir eine Perosn organisieren, die übersetzt.

Kinder können mitgebracht werden.

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen.

Das Angebot ist kostenfrei. Die Beratung ist vertraulich und auf Wunsch anonym.

Gesundheitsreferat
Suchtberatung
Paul-Heyse-Straße 20
80336 München
Website
089/23347200
suchtberatung.gsr@muenchen.de

am Montag, Dienstag, Donnerstag 09:00 - 12:00 Uhr und 13:00 - 17:00 Uhr
am Mittwoch 13:00 - 17:00 Uhr
am Freitag 09:00 - 12:00 Uhr und 13:00 - 15:00 Uhr

Die Suchtberatung bietet eine offene Sprechstunde ohne Voranmeldung an:
am Dienstag 15:00 - 17:00 Uhr
am Freitag 10:00 - 12:00 Uhr

Condrobs Suchtberatungsstellen

Condrobs e. V. - Suchtberatung München

Ambulante Suchtberatung (Alkohol, Medikamente, Tabak und illegale Suchtmittel, Spiel- und Computersucht) in allen Lebenslagen. Unser Team vermittelt bei Bedarf in weiterführende

Angebote und unterstützt bei der Klärung der Kosten. Wenn es nötig ist, kommen wir auch zu Ihnen nach Hause.

Zu unserem Angebot gehören auch ambulante Rehabilitation und Nachsorge. Die Kosten dafür müssen Sie nicht selbst bezahlen. Auch betreutes Wohnen gehört zu unserem Angebot. Das bedeutet wir unterstützen Sie in der eigenen Wohnung oder in einer therapeutischen Wohngemeinschaft.

Unsere Beraterinnen und Berater sprechen verschiedene Sprachen. Bitte sagen Sie vorher Bescheid, auf welcher Sprache Sie die Beratung wünschen.

Das Angebot ist kostenfrei.

Condrobs e. V., Konradstraße 2, 80801 München
089/38837670
drobsmuenchen@condrobs.de
Website
Offene Sprechstunden:
Am Montag 14:00 - 15:30 Uhr und am Donnerstag 10:00 - 11:30 Uhr
Erreichbarkeit:
Montag 10:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 17:00 Uhr
Dienstag 14:00 - 17:00 Uhr
Mittwoch 10:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 17:00 Uhr
Donnerstag 10:00 - 17:00 Uhr
Freitag 10:00 - 13:00 Uhr

Condrobs e. V., Bäckerstraße 4, 81241 München
089/82075680
pasing@condrobs.de
Offene Sprechstunde:
Montag und Donnerstag 15:00 - 16:30 Uhr
Termine nach Vereinbarung:
Montag und Donnerstag 14:00 - 19:00 Uhr
Dienstag, Mittwoch und Freitag 09:00 - 14:00 Uhr

Condrobs e. V., Therese-Giehse-Allee 69, 81739 München
089/18923210
pedro.beratung@condrobs.de
Montag bis Freitag 09:00 - 18:00 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung

Blaues Kreuz München e. V. – Hilfe für Suchtkranke

Blaues Kreuz München e. V. – Hilfe für Suchtkranke und ihre Angehörigen

Der Verein unterstützt suchtkranke Menschen und Menschen, die gefährdet sind eine Sucht zu entwickeln. Wir bieten "Hilfe zur Selbsthilfe". Wir unterstützen auch Angehörige.

Wir organisieren Gruppen, in denen sich die Mitglieder gegenseitig helfen. Hier finden Sie Menschen, die das gleiche Problem haben. Sie kennen die täglichen Nöte und die Verzweiflung in der sich Betroffene befinden. Zum Beispiel wie es jemandem geht, der auf Entzug ist. Gemeinsam hat man die Chance aus der Abhängigkeit herauszufinden.

Unsere Gruppen haben Schweigepflicht. Das bedeutet: Niemand darf weiter erzählen, was in der Gruppe gesprochen wurde.
Die Gruppen stehen allen Menschen offen, unabhängig von Glaube oder Herkunft.
Wir bieten auch Informationsveranstaltungen, Akuthilfe für Betroffene, Gespräche für Betroffene und für Angehörige.

Mehr erfahren

Für wen: Für suchtgefährdete und suchtkranke Menschen sowie ihre Angehörigen; Informationssuchende

Das Angebot ist kostenfrei. Der Besuch der Gruppe findet wöchentlich statt und dauert ca. 1 ½ Stunden.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Blaues Kreuz München e. V.
Hesseloherstraße 1
80802 München
089/38888873
office@blaues-kreuz-muenchen.de
Gruppenstunden siehe Homepage

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Suchthilfe, Alkohol, Suchtprävention

Beratungszentrum für Suchtgefährdete und Abhängige

Beratungszentrum für Suchtgefährdete und Abhängige

Rund um die Uhr Beratung zu allen Fragen zum Thema Sucht unter 089/282822

Beratungsangebot vor Ort: Mehr erfahren

Für wen: Für erwachsene Suchtgefährdete und Abhängige sowie deren Angehörige

Das Angebot ist kostenfrei.

Dolmetscherinnen und Dolmetscher sind vorhanden.

Kinder können mitgebracht werden.

Tal 19 am Harras
Albert-Roßhaupter-Straße 19
81369 München
089/2420800
tal19@deutscher-orden.de
Montag 9:30 - 13:00 und 14:00 - 17:00
Dienstag 9:30 - 13:00 und 14:00 - 17:00
Mittwoch 9:30 - 13:00 und 14:00 - 17:00
Donnerstag 14:00 - 17:00
Freitag 9:30 - 13:00

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Suchtberatung, Alkoholsucht, Drogensucht, Mediensucht, Nikotinabhängigkeit

Anonyme Alkoholiker

Anonyme Alkoholiker

Die Anonymen Alkoholiker sind eine weltweite Gemeinschaft für Menschen, die erkannt haben, dass sie ein Problem mit Alkohol haben.

Die Mitglieder haben das gleiche Problem. Deshalb verstehen sie sich und können sich gut unterstützen. Sie helfen einander nüchtern zu bleiben. Gemeinsam fällt der Weg aus der Abhängigkeit leichter.

Die einzige Voraussetzung ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören.

Es gibt viele verschiedene Gruppen in München. Jede Woche sprechen wir über die eigenen Erfahrungen mit dem Trinken. Und über die Erfahrungen mit dem Aufhören und dem Leben ohne Alkohol. Die Gespräche geben Kraft und Mut.

Die Orte und Uhrzeiten der Gruppen findest du hier.

Das Angebot ist kostenfrei.

089/555685
aa-muenchen@anonyme-alkoholiker.de
Telefonische Beratung:
Montag bis Donnerstag 08:00 - 21:00 Uhr
Freitag bis Sonntag 08:00 - 18:00 Uhr
www.anonyme-alkoholiker.de

Dieser Text enthält Informationen zu folgenden Suchbegriffen:
Sucht, Trinksucht, Suchterkrankung, Suchtkrankheit

Selbsthilfezentrum

Selbsthilfezentrum

Das Selbsthilfe-Zentrum München ist eine Anlaufstelle für Selbsthilfe-Gruppen und alle Menschen, die eine Selbsthilfe-Gruppe suchen oder gründen möchten.

Was ist eine Selbsthilfe-Gruppe?
Selbsthilfe bedeutet:
Personen mit einem gemeinsamen Thema oder Problem schließen sich zu Gruppen oder zu einer Vereinigung (auch: Initiative) zusammen. Die Mitglieder dieser Gruppen und Initiativen unterstützen sich gegenseitig und beraten andere Menschen zu diesem Thema oder Problem.
Die Tätigkeiten und Ziele können nur für die Selbsthilfe-Gruppen oder Selbsthilfe-Initiativen wichtig sein. Sie können aber auch für eine größere Gemeinschaft wichtig sein: zum Beispiel andere Menschen mit dem gleichen Problem oder die Nachbarschaft, den Stadtteil oder den Ort.

Wie ist eine Selbsthilfe-Gruppe organisiert?
Selbsthilfe-Gruppen oder Selbsthilfe-Initiativen können ganz verschieden organisiert sein.
Die Tätigkeit in einer Selbsthilfe-Gruppe oder Selbsthilfe-Initiative ist normalerweise freiwillig und ehrenamtlich. Die Gruppen oder Initiativen sind unabhängig. Sie entscheiden selbst, was und wie sie etwas machen. Alle Mitglieder können mitreden. Es gibt keine Leitung, die von außen kommt.
Es kann auch sein, dass Fachleute eine Selbsthilfe-Gruppe oder eine Selbsthilfe-Initiative leiten. Sie bestimmen, was und wie sie etwas machen und sie bekommen dafür Geld. Dann spricht man von einer professionell angeleiteten Gruppe oder Initiative, die zur Sozialarbeit oder in den therapeutischen Bereich gehört.

Wo kann sich die Gruppe treffen?
Die Selbsthilfe-Gruppen können die Räume und die Arbeitsmittel (zum Beispiel Computer und Internet) des Selbsthilfe-Zentrums nutzen.

Rufen Sie uns zum Beispiel bei folgenden Fragen an:

- Welche Selbsthilfe-Gruppen gibt es?
- Welche Selbsthilfe-Gruppe ist für mich richtig?
- Was genau macht eine Selbsthilfe-Gruppe?
- Kann mir eine Selbsthilfe-Gruppe helfen?
- Kann mir ein anderes Angebot besser helfen?
- Welche anderen Angebote gibt es in München?
- Wann und wo ist meine Selbsthilfe-Gruppe?
- Wie kann ich selbst eine Selbsthilfe-Gruppe gründen?

Sie können uns persönlich, telefonisch oder per E-Mail erreichen. Wir beraten Sie vertraulich und auf Wunsch anonym.

Dolmetscherinnen / Dolmetscher auf Anfrage

Es gibt einen barrierefreien Zugang zu dem Gebäude und zu den Räumen.

Selbsthilfezentrum München
Westendstraße 68
80339 München
089/53295611
info@shz-muenchen.de
www.shz-muenchen.de
Montag und Dienstag 14:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch und Donnerstag 10:00 - 13:00 Uhr