

Lëndë

Oferta për gra dhe vajza	3
Barazia midis grave dhe burrave	3
Të drejta të barabarta për gratë dhe burrat	3
Zyra e Mundësive të Barabarta për Gratë	3
Ndihmoni me përvojat e dhunës dhe kërcënimeve	4
Mbrojtje nga dhuna	4
Strehime për gra – strehim anonim për gra	5
Gjymtimi gjeneral femëror (FGM)	6
Qendra e Hetimit për Viktimat e Dhunës në Familje	7
Këshillimore për vajza dhe të reja – IMMA e.V.	7
Trëndafili i Shkretëtirës - Ndihmë me martesën e detyruar dhe/ose FGM-C	8
Linja telefonike e urgjencës së grave në Mynih	9
SOLWODI - Qendër Këshillimi për Gratë në Nevojë	10
Ndihmë për gratë për të dënuarit dhe të burgosurit e liruar	10
JADWIGA - Ndihmë me trafikimin e qenieve njerëzore (prostitucioni i detyruar, lypja e detyruar, shfrytëzimi i punës) ose martesa e detyruar	12
Qendra këshillimore për gratë* që përjetojnë ose kanë përjetuar dhunë në marrëdhëniet e tyre	12
Këshilla dhe mbështetje e përgjithshme	13
Këshillim për vajza dhe të reja në situata të ndryshme jetësore	13
Qendra e distriktit Milbertshofen, puna e grave	14
Donna Mobile AKA e. V.	15
Shtëpitë nënë-fëmijë	15
Qendra e këshillimit "Open Help" - për gratë e pastreha	17
Rrjeti i dhe për gratë dhe vajzat me aftësi të kufizuara në Bavari	18
Këshillim për gratë refugjate	18
Lezbike refugjate dhe gra biseksuale, persona trans*, inter* dhe jobinarë	18
Shëndeti	19
Këshillim dhe terapi traumatike për gratë që kanë përjetuar dhunë seksuale	19
Planifikimi familjar, kontracepsioni dhe këshillimi seksual	20
Mbulimi i kostove të kontracepsionit	21
Qendra e këshillimit për IST përfshirë SIDA-n	23
Klinika ambulatorie e specializuar për çrregullime të të ngrënit/varësi muskulore	23
Grupi për vetë-ndihmë për kancerin e grave në Mynih	24
Kanceri i gjirit në Gjermani e.V.	25
Konsulencë gjinekologjike për gratë dhe vajzat me kufizime në lëvizje	25
Kontracepsioni - këshilla dhe mbështetje financiare	26
Konsulencë gjinekologjike për femra pa sigurim shëndetësor	27
Gjuha	28
Kurs gjermanisht për femra me bebe	28
Project Shop International Haidhausen	28
Ekipet tandem për gratë*	29
Mami mëson gjermanisht - Mësoni gjermanisht me kujdesin e fëmijëve	30
Punë, trajnim	31
Grupi i të mësuarit MINT nga gratë për gratë (MINT: matematikë, shkenca kompjuterike, shkenca natyrore dhe teknologji)	31
Këshilla për gratë mbi të ardhmen e tyre profesionale (më shumë arsim - më shumë mundësi)	31
sport	32

Lëvizja – Gjymnastikë për femra	32
Yoga (vetëm për gratë)	33
IG Klettern Munich + Südbayern e.V. / Takuesit më të mirë të Bavarisë	33
Koha e lirë, kontaktet sociale	34
Takimi i vajzave Blumenau	34
Takimi i hapur për vajza nga 6 deri në 17 vjeç	35
Takimi i hapur për gra nga e gjithë bota	35
Café Glanz për Femra – sif e. V.	36
Kafeneja e grave Bellevue di Monaco	37
Takimet e nënave	37
JuLes – Grupi i kohës së lirë për vajzat lezbike dhe biseksuale	38
JuLeZ – ofertë e hapur për të rinjtë LBT*	39
WILMA - Grupi i kohës së lirë për femrat lezbike dhe biseksuale	40
Shkëmbim ndërkulturor për gra nga e gjithë bota	40
Punëtori e hapur e qepjes	41
Takimi i mëngjesit të Aicha-s për gratë	42

Oferta për gra dhe vajza

Barazia midis grave dhe burrave

Të drejta të barabarta për gratë dhe burrat

Të drejta të barabarta për gratë dhe burrat

Gratë dhe burrat kanë të drejta të barabarta në Gjermani. Kjo parashihet në nenin 3 të Ligjit Bazë. Gratë mund të mësojnë gjermanisht, të shkojnë te mjeku, të mësojnë një profesion dhe të kërkojnë punë. Ju nuk keni nevojë për leje nga bashkëshorti juaj ose nga anëtarët e tjerë të familjes. Gratë mund të martohen me kë të duan dhe gjithashtu mund të ndahen ose divorcohen nëse lidhja nuk funksionon ose nëse partneri është i dhunshëm. Ju mund të jetoni në një marrëdhënie me një burrë ose një grua ose vetëm.

Kur çiftet ndahen, fëmijët mund të jetojnë me nënën, babanë, ose pjesërisht me nënën dhe pjesërisht me babain. Nëse prindërit nuk mund të bien dakord se ku duhet të jetojnë fëmijët, gjykata do të vendosë se çfarë është më e mira për fëmijët.

Pavarësisht të drejtave të barabarta, gratë janë ende të pafavorizuara në karrierën, jetën e përditshme dhe familjet e tyre. Ka qendra të ndryshme këshillimi për gratë. Aty mund të mësoni për të drejtat tuaja dhe të merrni ndihmë në mënyrë që të mund të bëni një jetë të pavarur dhe të barabartë.

Mund të gjeni më shumë informacion mbi të drejtat e barabarta këtu:

 [Manuali "Gratë në Mynih"](#) , botuar nga Zyra e Mundësive të Barabarta për Gratë e qytetit të Mynihut; Publikim gjithëpërfshirës me shumë adresa dhe oferta të dobishme.

 [Ministria Federale për Çështjet Familjare, Qytetarët e moshuar, Gratë dhe Rininë](#)

 [Video me temën "Barazia midis burrave dhe grave"](#) në shumë gjuhë në faqen e internetit të Ministrisë së Drejtësisë bavareze. Faqja përmban gjithashtu filma të tjerë të shkurtër për aspektet më të rëndësishme të sistemit ligjor gjerman.

 [Fletushkë informuese](#) nga Terre des Femmes në gjermanisht, anglisht, arabisht, shqip, serbisht, pashto, farsi, urdu, frëngjisht, suahili;  Fletushka është e disponueshme [këtu](#) në bullgarisht, kumangji, rumanisht, rusisht, somalisht dhe turqisht.

Zyra e Mundësive të Barabarta për Gratë

Zyra e Mundësive të Barabarta për Gratë

Synimi ynë është barazia midis grave dhe burrave në punë, familje dhe shoqëri.

Ne ofrojmë këshilla për të drejta të barabarta dhe, nëse është e nevojshme, ju referojmë në qendra të tjera këshillimi.

Oferta është pa pagesë.

Ka akses pa pengesa në ndërtesë dhe ambiente. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

🗣️ Gjermanisht, anglisht, frëngjisht, spanjisht, italisht, turqisht, kazakisht, rusisht dhe ukrainas

🕒 Nga e hëna në të enjte 8:30 - 15:00

🕒 Të premten ora 8:30 - 14:00

Gleichstellungsstelle für Frauen

📍 [Marienplatz 8, 80331 München](#)

✉️ @gst@muenchen.de

☎️ [+49 \(0\) 8923392465](tel:+49(0)8923392465)

🌐 <https://stadt.muenchen.de/rathaus/verwaltung/dire...>

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Vajza, gra, vajza *, gra *

Ndihmoni me përvojat e dhunës dhe kërcënimeve

Mbrojtje nga dhuna

Mbrojtje nga dhuna

Gratë dhe vajzat në nevojë

Linja ndihmëse "Dhuna ndaj grave"

Shërbime këshillimi falas dhe anonime nëpërmjet telefonit, bisedës ose emailit për gratë që janë përjetuar ose kanë përjetuar dhunë.

🗣️ Këshilla në 18 gjuhë të ndryshme dhe në gjuhën e shenjave

🌐 [Mësoni më shumë](#)

☎️ [08000116016](tel:08000116016)

🕒 24 orë

Strehimoret e grave - akomodim anonim

Ka disa strehimore për gratë në Mynih për gratë e prekura nga dhuna nga partneri intim. Gratë dhe fëmijët e tyre gjejnë mbrojtje atje. Ata gjithashtu marrin këshilla dhe mbështetje për të kapërcyer situatën. Ata mund të qëndrojnë atje për aq kohë sa kanë nevojë për mbrojtje dhe këshillim intensiv të specializuar.

Për kë: Gratë dhe fëmijët e tyre që kërkojnë një vend të sigurt për shkak të dhunës nga partneri intim

Për të mbrojtur anonimitetin, adresat e strehimoreve të grave nuk do të publikohen. Mund të na kontaktoni në telefon:

- **Strehëza e grave në Frauenhilfe München gGmbH**

☎ [089/354830](tel:089354830)

🌐 www.frauenhilfe-muenchen.de

- **Strehimi i Grave për Gratë Ndihmuese e. V.**

☎ [089/645169](tel:089645169)

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Ndihmë, strehim, siguri, martesë

Fëmijë dhe të rinj në nevojë

Linja telefonike për fëmijët dhe të rinjtë e Shoqatës Gjermane për Mbrojtjen e Fëmijëve

Këshilla dhe mbështetje për fëmijët dhe të rinjtë me pyetje dhe probleme të të gjitha llojeve, në mënyrë anonime nëse dëshironi.

🌐 [Mësoni më shumë / Konsultimi online](#)

☎ [0800/1110333](tel:08001110333) (pa pagesë)

“Të rinjtë këshillojnë të rinjtë”

🕒 Nga e hëna në të premte nga ora 14:00 - 20:00

E shtune ora 14:00 - 20:00

Këtu mund të gjeni kontakte të mëtejshme emergjente dhe qendra këshillimi: »» [Procedura e azilit - këshilla dhe ndihmë](#) ; »» [Këshilla dhe asistencë/integrim](#) ; »» [Këshilla dhe ndihmë / Të përgjithshme](#)

Strehime për gra – strehim anonim për gra

Strehime për gra - strehim anonim për gra

Në Mynih ka disa strehimore për gra për gratë e prekura nga dhuna nga partneri intim. Atje, gratë dhe fëmijët e tyre gjejnë mbrojtje nga dhuna e mëtejshme. Ato gjithashtu marrin këshillim dhe mbështetje për të kapërcyer situatën. Ato mund të qëndrojnë atje për aq kohë sa kanë nevojë për mbrojtje dhe këshillim intensiv dhe të specializuar.

Për kë: Gratë dhe fëmijët e tyre që kërkojnë një vend të sigurt për shkak të dhunës nga partneri intim

Për të mbrojtur anonimin, adresat e strehimoreve të grave nuk publikohen. Mund të kontaktoni me telefon:

- Frauenhaus der Frauenhilfe München gGmbH
☎ [089/354830](tel:089354830)
✉ frauenhaus@frauenhilfe-muenchen.de
- Frauenhaus des Frauen helfen Frauen e. V.
☎ [089/645169](tel:089645169)
- Haus Hagar
☎ [089/74441222](tel:08974441222)
✉ haushagar@guterhirte.de
- IN VIA eV "Haus TAHANAN"
☎ [089/54888950](tel:08954888950)

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e kërkimit si më poshtë:
Ndihmë, strehim, siguri, martesë, dhunë në familje**

Gjymtimi gjenital femëror (FGM)

Gjymtimi gjenital femëror (FGM)

Qepja, prerja ose gjymtimi i organeve gjenitale të femrës është një shkelje e rëndë e të drejtave të njeriut. Quhet gjithashtu FGM: female genital mutilation . Në FGM , labia e jashtme dhe/ose e brendshme dhe klitori janë prerë plotësisht ose pjesërisht. Në raste ekstreme, hyrja në vaginë është edhe e qepur, duke lënë vetëm një hapje të vogël. Të prekurit mund të humbasin shumë gjak ose plaga mund të infektohet. Vajzat dhe gratë vuajnë pasoja fizike dhe psikologjike gjatë gjithë jetës. Ata shpesh përjetojnë dhimbje, trauma, probleme gjatë lindjes, inflamacion kronik dhe dhimbje gjatë seksit.

Gjymtimi gjenital femëror është i ndaluar dhe i dënueshëm në Gjermani. Në gjykatë nuk ka rëndësi nëse krimi ndodh në Gjermani apo jashtë saj. Prandaj, prindërit nuk lejohen të udhëtojnë jashtë vendit për të bërë synet vajzën e tyre. Kushdo që ndihmon një person tjetër në Gjermani ose jashtë vendit për të kryer gjymtimin gjenital femëror është gjithashtu duke kryer vepër penale. Gjithashtu është vepër penale të ndikosh një person tjetër që t'i nënshtrohet synetisë.

Mund të gjeni më shumë informacion në  [letër zyrtare e mbrojtjes nga qeveria federale](#) .
☎ Letra e mbrojtjes është gjithashtu e disponueshme në gjuhët e mëposhtme:
[Amarike](#) , [Arabisht](#) , [Dari](#) , [Anglisht](#) , [Farsi](#) , [Frengjisht](#) , [Indonezisht](#) , [Kurmanxhi](#) , [Mandinka](#) ,
[Portugez](#) , [Somalisht](#) , [Sorani](#) , [Suahili](#) , [Tigrinja](#) , [Urdu](#) .

Nëse jeni të shqetësuar se ju ose dikush që njihni është në rrezik të gjymtimit gjenital femëror, mund të kontaktoni policinë, zyrën e mirëqenies së të rinjve ose linjën e ndihmës:

Policia: ☎ [110](tel:110)

Zyra e Mirëqenies Rinore në Mynih: ☎ [089/23349501](tel:08923349501)

Linja ndihmëse "Dhuna ndaj grave"

☎ Ne ofrojmë këshilla në 18 gjuhë të ndryshme (përfshirë gjuhën e shenjave).

[08000116016](tel:08000116016)

@Për këshilla përmes bisedës ose emailit, klikoni [këtu](#).

[Faqja e internetit](#)

24 orë në ditë

Konsultimi është falas dhe anonim.

Nëse jeni jashtë vendit dhe keni nevojë për ndihmë, mund të kontaktoni një ambasadë gjermane:

[Faqja e internetit në gjermanisht](#)

[Faqja e internetit në anglisht](#)

Qendra e Hetimit për Viktimat e Dhunës në Familje

Qendra e Hetimit për Viktimat e Dhunës në Familje

Jeni i prekur nga dhuna në familje? Atëherë mund të merrni këshilla dhe ekzaminim falas nga ne. Ne i sigurojmë provat dhe i ruajmë ato. Ne i dokumentojmë dëmtimet në mënyrë të tillë që dokumentacioni të mund të përdoret në gjykatë.

Për kë: Për viktimat e çdo forme të dhunës në familje (të rriturit 18 vjeç e lart).

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Oferta është pa pagesë për sa kohë që përdoret siç përshkruhet më sipër. Çdo punë e mëtejshme, si përgatitja e një raporti me shkrim, analizat toksikologjike dhe të ngjashme, i nënshtrohet një tarife.

Untersuchungsstelle für Opfer häuslicher Gewalt
Institut für Rechtsmedizin der Ludwig-Maximilians-Universität
Nussbaumstraße 26
80336 München

[089/218073011](tel:089218073011) (Çdo ditë nga ora 8:00 - 17:00)

@dhunevictimambulanz@med.uni-muenchen.de

[Faqja e internetit](#)

Ju lutemi lini një takim për një ekzaminim.

Këshillimore për vajza dhe të reja – IMMA e.V.

Qendra e këshillimit për vajza dhe të reja - IMMA e. V.

Qendra e këshillimit IMMA ndihmon vajzat dhe të reja me të gjitha pyetjet e tyre dhe në situata të ndryshme problematike, me fokus dhunën.

[Mësoni më shumë](#)

Për kë: Vajza dhe të reja deri në 27 vjeç

☛ Nëse është e nevojshme, ne mund të organizojmë që dikush të përkthejë. Ju lutemi na tregoni paraprakisht se çfarë gjuhe flisni.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

Oferta është pa pagesë.

Ju lutemi lini një takim. Aktualisht ofrojmë takime personalisht, me telefon ose me video konsultime.

IMMA e. V.

Jahnstraße 38

81379 München

 [089/2607531](tel:0892607531)

 @beratungsstelle@imma.de

 **Konsultimi i hapur: Nuk nevojitet takim**

E martë ora 14:00 - 16:00

 **Disponueshmëria e telefonit:**

E hënë 14:00 - 16:00

E mërkurë 14:00 - 18:00

E enjte ora 10:00 - 12:00

Trëndafili i Shkretëtirës - Ndihmë me martesën e detyruar dhe/ose FGM-C

Trëndafili i Shkretëtirës - Ndihmë me martesën e detyruar dhe/ose FGM-C

Ne këshillojmë vajza, djem, gra dhe burra që preken ose kërcënohen nga martesë e detyruar ose dhuna në emër të "nderit". Ne ofrojmë gjithashtu këshillim për vajzat dhe gratë që janë të kërcënuara ose të prekura nga [FGM-C](#) (syneti i femrave).

Konsultimi ynë mund të bëhet me telefon ose personalisht.

Oferta është pa pagesë.

 Ne flasim gjermanisht, anglisht, somalisht, suahili dhe turqisht. Për të gjitha gjuhët e tjera, ne mund të organizojmë një person për të përkthyer për ju.

 **Orari i konsultimit telefonik:**

E hënë 14:00 - 16:00

E martë ora 10:00 - 12:00

E enjte ora 13:00 - 15:00

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

 [Goethestraße 47, 80336 München](#)

 @wuestenrose@imma.de

 [+49 \(0\) 8945216350](tel:+4908945216350)

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

Linja telefonike e urgjencës së grave në Mynih

Linja telefonike e urgjencës së grave në Mynih

Ne mbështesim gratë* që kanë përjetuar ngacmime seksuale në vendin e punës dhe/ose në publik, që kanë pësuar përdhunim dhe/ose abuzim seksual dhe që janë prekur nga ndjekja dhe/ose dhuna dixhitale. Ne gjithashtu këshillojmë të afërmit dhe kujdestarët profesionistë.

Gratë* përfshin të gjithë njerëzit që identifikohen si gra.

Shërbimet e konsulencës:

- Ne jemi pranë jush në kohë krize.
- Ne ju mbështesim në trajtimin e pasojave të dhunës.
- Ne i përgjigjemi pyetjeve tuaja.
- Ne do t'ju informojmë për të drejtat tuaja.
- Ne do të punojmë me ju për të zhvilluar zgjidhje për t'ju ndihmuar të ndiheni më mirë përsëri.
- Ne jemi të detyruar nga konfidencialiteti. Kjo do të thotë: atë që na thua, ne nuk do t'ia tregojmë askujt tjetër.
- Ju mund të qëndroni anonim dhe nuk keni nevojë të jepni emrin tuaj.
- Shërbimet tona: Këshillim nëpërmjet telefonit, video ose chat
- Këshillim personal, ecje dhe bisedë dhe terapi traumatike

Ofertat e grupit:

WEN DO Vetë-pohim dhe vetëmbrojtje, terapi dhe grupe burimesh, joga e ndjeshme ndaj traumës

[Mësoni më shumë](#)

Për kë: Për të gjitha gratë* të prekura nga dhuna seksuale si dhe të afërmit dhe kontaktet e tyre profesionale

 Përkthyesit janë në dispozicion.

Kujdesi për fëmijët është i disponueshëm.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara. Ne vazhdojmë të punojmë për identifikimin dhe heqjen e barrierave ekzistuese. Keni nevojë për diçka tjetër? Flisni me ne!

Konsultimi është pa pagesë; ka tarifa të vogla për seancat dhe kurset në grup.

Ju lutemi lini një takim.

Beratungsstelle Frauennotruf

Saarstraße 5

80797 München

 [089/763737](tel:089763737)

[@info@frauennotruf-muenchen.de](mailto:info@frauennotruf-muenchen.de)

 Këshilla telefonike:

Të hënën, të martën, të enjten dhe të premten 10:00 - 13:00 dhe 15:00 - 21:00

Të mërkurën 10:00 - 13:00 dhe 18:00 - 21:00

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

sulme seksuale, ngacmime seksuale në vendin e punës dhe/ose në publik, dhunë në hapësirat dixhitale, përndjekje, përdhunim, ndërhyrje në krizë

SOLWODI - Qendër Këshillimi për Gratë në Nevojë

SOLWODI Mynih - Për gratë e prekura nga dhuna

Ne ju këshillojmë dhe ju mbështesim nëse përjetoni dhunë. Sidomos kur bëhet fjalë për trafikimin e qenieve njerëzore dhe shfrytëzimin seksual, ju keni ardhur në vendin e duhur. Tema të tjera përfshijnë martesën e detyruar në vendin e origjinës dhe gjymtimin gjenital të femrave (FGM/C). Ne gjithashtu mund t'ju ndihmojmë me probleme të tjera imigrimi, sigurimesh shoqërore ose personale.

Ne do t'ju informojmë dhe ju këshillojmë për opsionet tuaja ligjore. Ne ju ndihmojmë të merrni vendime dhe t'ju shoqërojmë në rrugën tuaj drejt një jete të lirë, të vetëvendosur pa dhunë. Ne ju mbështesim në çështjet me autoritetet. Nëse keni nevojë për një avokat, ne mund t'ju lidhim me një.

Këshillat tona janë të disponueshme personalisht, me telefon ose me email. Këshilla jonë është anonime.

Oferta është pa pagesë.

 Anglisht gjermane

 E hënë, e martë, e enjte dhe e premte 10:00 - 14:00 dhe me termin

SOLWODI München

 [Dachauer Straße 50, 80335 München](#)

 [@muenchen@solwodi.de](mailto:muenchen@solwodi.de)

 [+49 \(0\) 8927275859](tel:+49(0)8927275859)

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

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Prostitucion, dhunë ndaj grave, dhunë seksuale, prostitucion të detyruar

Ndihmë për gratë për të dënuarit dhe të burgosurit e liruar

Ndihmë për gratë për të dënuarit dhe të burgosurit e liruar

A keni marrë ndonjë gjobë? Nuk mund të paguash? A duhet të kryeni shërbim komunitar si pjesë e provës suaj? A ka ndonjë urdhër arresti kundër jush? Do të shkosh në burg së shpejti?

Ne ju këshillojmë dhe ju mbështesim.

Për kë: Gratë e moshës 21 vjeç e lart,

- të cilët janë dënuar me gjobë
- të cilët duhet të kryejnë kërkesat e punës si pjesë e një kushti prove
- që janë dënuar me burgim

Këshilla dhe mbështetje

- në rastin e gjobave (vendosje në shërbim të komunitetit dhe menaxhim parash)
- para burgosjes
- në Burgun e Mynihut dhe Burgun e Aichach (me kërkesë të gruas së burgosur)
- pas lirimit nga burgu

Ju lutemi të na kontaktoni në kohën e duhur! Sa më shpejt të vini, aq më mirë mund t'ju ndihmojmë!

[Shërbimi Social i Grave Katolike Mynih eV](#) është një shoqatë profesionale e grave në Kishën Katolike. SKF ofron këshilla dhe mbështetje pavarësisht nga përkatësia fetare apo kombësia. Ne ofrojmë biseda grua me grua në një mjedis të mbrojtur.

☎Përkthyes për anglisht, bullgarisht dhe rusisht janë në dispozicion.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Oferta është pa pagesë.

Këshillimi online për të afërmit dhe miqtë është i disponueshëm në lidhjen e mëposhtme:

🌐<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineber...>

Qendra e Clearingut për ndërmjetësim në punën bamirëse dhe menaxhimin financiar:

☎[089/55981249](tel:089/55981249)

@p.schmalenbach@skf-muenchen.de

🕒8:00 - 17:00

Këshilla para, gjatë dhe pas burgosjes:

☎[089/559810](tel:089/559810)

@Straffaelligenhilfe@skf-muenchen.de

🕒8:00 - 17:00

Ka qasje pa pengesa në ndërtesa dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për persona me aftësi të kufizuara.

Sozialdienst katholischer Frauen München e.V.

📍[Dachauerstraße 48, 80335 München](#)

 <https://www.skf-muenchen.de/>

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e kërkimit si më poshtë:
Ofron Gra, Burgim, Dënim**

**JADWIGA - Ndhimë me trafikimin e qenieve njerëzore (prostitucioni i detyruar,
lypja e detyruar, shfrytëzimi i punës) ose martesë e detyruar**

Qendra e këshillave të specializuara JADWIGA

Ne mbështesim gratë,

- që detyrohen të punojnë si prostituta.
- që detyrohen të vjedhin, të shesin drogë ose të mashtrojnë.
- të cilët nuk paguhen për punën e tyre.
- që detyrohen të lypin.
- që detyrohen të martohen.
- që preken nga birësimi i paligjshëm.
- të cilët detyrohen të bëjnë nënë zëvendësuese.

Ne ofrojmë këshilla dhe ndihmë në situata krize. Është gjithashtu e mundur të gjejmë një strehim të sigurt ose t'ju ndihmojmë nëse doni të ktheheni në vendin tuaj të origjinës.

Ne mund të vijmë edhe tek ju. Mund t'ju vizitojmë edhe në burg.

 Boshnjake/Kroate/Serbe, Gjermanisht, Anglisht, Krio, Rumanisht, Rusisht, Spanjisht, Hungarisht, Ukrainisht

Për kë: Për gra dhe vajza të të gjitha kombësive.

Oferta është pa pagesë.

Fëmijët mund të sillen me vete.

 9:00 - 15:00

JADWIGA

 [Schwanthalerstr. 79, 80336 München](#)

 [@muenchen@jadwiga-online.de](mailto:muenchen@jadwiga-online.de)

 [+49 \(0\) 8938534455](tel:+49(0)8938534455)

 <https://www.jadwiga-online.de/>

Qendra këshillimore për gratë* që përjetojnë ose kanë përjetuar dhunë në marrëdhëniet e tyre

Qendra këshillimore për gratë* që përjetojnë ose kanë përjetuar dhunë në marrëdhëniet e tyre

Dhuna nga partneri intim merr shumë forma dhe shpesh nuk fillon me rrahje.

Partneri apo ish-partneri juaj...

- ju fyen, abuzon apo poshtëron?
- ju bën të dukeni keq për të tjerët?
- ju kontrollon ju dhe kontaktet tuaja me miqtë dhe familjen?
- kërcënon ju dhe familjen tuaj?
- kërcënon se do t'ju largojë fëmijët?
- ju shtyn apo ju godet?
- ju bën presion seksual?

Po pyesni veten...

- Si mund të mbroj veten dhe fëmijët e mi?
- çfarë do të ndodhë me mua nëse ndahem?
- çfarë do të ndodhë më pas në jetën time?

Oferta është pa pagesë.

🗨️ Përkthyesit janë në dispozicion sipas kërkesës. Mund të organizojmë gjithashtu një përkthyes të gjuhës së shenjave. Ne paguajmë shpenzimet.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Lini një takim ose ejani në orarin tonë të hapur:

📅 E martë 16:00 - 18:00 dhe e enjte 10:00 - 12:00

Vetëm një numër i kufizuar konsultimesh janë të mundshme gjatë orëve të hapura të konsultimit.

Frauenhilfe München Beratungsstelle

📍 [Winzererstraße 47, 80797 München](#)

✉️ [@beratungsstelle@frauenhilfe-muenchen.de](mailto:beratungsstelle@frauenhilfe-muenchen.de)

☎️ [+49 \(0\) 893582810](tel:+49(0)893582810)

🌐 <https://www.frauenhilfe-muenchen.de/>

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Dhuna nga partneri, dhuna në familje, dhuna në çift, dhuna nga partneri, mbrojtja nga dhuna

Këshilla dhe mbështetje e përgjithshme

Këshillim për vajza dhe të reja në situata të ndryshme jetësore

Këshillim për vajza dhe të reja në situata të ndryshme jetësore

Ne këshillojmë për temat e mëposhtme, për shembull:

- Shkolla
- Zgjedhja e karrierës
- Trajnimi
- dallimet kulturore
- Probleme në shtëpi
- Probleme me të dashurin apo të dashurën
- seksualiteti
- Duke dalë
- shtatzënia

Këshilla jonë është konfidenciale. Mund të bëhet vetëm ose në një grup të vogël deri në tre persona.

Për kë: Për vajzat* dhe gratë* nga 12 deri në 27 vjeç

Oferta është pa pagesë.

amanda – Verein für psychosoziale Initiativen e. V.

Gmunder Str. 7

81379 München

☎ [089/7255112](tel:0897255112)

@ info@amanda-muenchen.de

🌐 [Faqja e internetit](#)

📷 Ju lutemi lini një takim.

Qendra e distriktit Milbertshofen, puna e grave

Qendra e distriktit Milbertshofen, puna e grave

Ne ofrojmë shërbime në fushat e edukimit, takimeve dhe këshillimit. Ekzistojnë grupe të ndryshme, takime të hapura ose ndihmë individuale për individët. Ne ofrojmë këshillim social dhe ndihmë me plotësimin e formularëve për vizitorët e grupeve tona.

Për kë: Për gratë dhe familjet e tyre në veri të Mynihut, veçanërisht në Milbertshofen

🗣️ Përkthyesit janë në dispozicion për turqisht dhe anglisht.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për persona me aftësi të kufizuara.

Oferta është pa pagesë.

Ju lutem caktoni një takim.

Stadtteilzentrum Milbertshofen | Verein Stadtteilarbeit, Frauenarbeit

📍 [Schleißheimer Straße 336, 80809 München](#)

✉ [@frauenarbeit@verein-stadtteilarbeit.de](mailto:frauenarbeit@verein-stadtteilarbeit.de)

☎ [+49 \(0\) 893543757](tel:+490893543757)

🌐 <https://www.verein-stadtteilarbeit.de/>

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e kërkimit si më poshtë:
mbështetje, ndihmë me plotësimin e formularëve, aplikim, mësim, shkollë, takim**

Donna Mobile AKA e. V.

Donna Mobile AKA e. V.

Ne këshillojmë gratë migrante për çështjet shëndetësore dhe arsimore. Për shembull, ju mund të vini tek ne nëse keni ankesa fizike dhe nuk dini cilin mjek të konsultoheni. Apo dëshironi të vazhdoni arsimimin tuaj, por nuk dini në cilin drejtim apo ku të drejtoheni? Ne ju këshillojmë!

Për kë: Gratë emigrante dhe familjet e tyre

🗣 Boshnjakisht-Serbo-Kroatisht, Bullgarisht, Dari/Persisht, Gjermanisht, Anglisht, Italisht, Polonisht, Rumanisht, Rusisht, Spanjisht, Turqisht, hungarisht dhe Uzbekisht

Në kafenetë tona të grave ju mund të shkëmbeni ide dhe të krijoni lidhje me gra të tjera në gjuhën tuaj amtare. Takohemi një herë në muaj për 2-3 orë. Ju mund të gjeni grupet e ndryshme dhe datat [këtu](#).

Konsultimet dhe grupet e grave janë pa pagesë.

Disa kurse, të tilla si mësimet e notit ose mësimet e çiklizmit, kushtojnë diçka.

Donna Mobile AKA e. V.
Landsberger Straße 45a
80339 München

☎ [089/505005](tel:089505005)

✉ [@info@donnamobile.org](mailto:info@donnamobile.org)

🌐 [Faqja e internetit](#)

🕒 E hënë 9:00 - 16:00

E martë 9:00 - 16:00

E mërkurë 9:00 - 16:00

E enjte ora 9:00 - 16:00

E premte 9:00 - 16:00

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Parandalimi, kurse, migrantë, oferta në gjuhën amtare**

Shtëpitë nënë-fëmijë

Shtëpitë nënë-fëmijë

Shërbimi Social i Grave Katolike në Mynih operon objekte të ndryshme nënë-fëmijë. Këtu, gratë shtatzëna ose nënat beqare të moshës marrin një apartament ose një dhomë për veten dhe fëmijët e tyre. Objektet ofrojnë këshilla dhe mbështetje social-edukative në shumë fusha të jetës:

- në të gjitha çështjet që kanë të bëjnë me fëmijët tuaj
- nëse keni probleme në marrëdhëniet me partnerin
- për arsimim dhe karrierë

Së bashku do të zhvillojmë një plan për të ardhmen.

Për kë: Për gratë shtatzëna ose nënat, fëmija më i vogël i të cilave nuk është më i vjetër se 6 vjeç.

☎Përkthyesit janë në dispozicion sipas nevojës.

Konsultimi është pa pagesë.

Ju duhet të paguani për qiranë dhe shërbimet komunale. Ose me të ardhurat tuaja ose me ndihmën e përfitimeve sociale.

📍 Haus Domicilia, Kidlerstraße 34a, 81371 München

🌐 [Mësoni më shumë](#)

Numri i vendeve është i kufizuar në 7 nëna.

☎ [089/7298923320](tel:0897298923320)

@ haus-domicilia@skf-muenchen.de

🕒 9:00 - 16:00

📍 Haus Gertraud, Maria-Eich-Straße 75, 82166 Gräfelfing

🌐 [Mësoni më shumë](#)

Numri i vendeve është i kufizuar në 6 nëna.

☎ [089/89866712](tel:08989866712)

@ haus-gertraud@skf-muenchen.de

🕒 9:00 - 16:00

📍 Haus Karolina, Entenbachstraße 43, 81541 München

🌐 [Mësoni më shumë](#)

Numri i vendeve është i kufizuar në 19 nëna.

 [089/654084](tel:089/654084)@haus-karolina@skf-muenchen.de 9:00 - 16:00

Haus Monika, Scapinellistraße 22, 81241 München

 [Mësoni më shumë](#)

Numri i vendeve është i kufizuar në 18 nëna.

 [089/8293960](tel:089/8293960)@haus-monika@skf-muenchen.de 9:00 - 16:00

Qendra e këshillimit "Open Help" - për gratë e pastreha

Qendra e këshillimit "Open Help" - për gratë e pastreha

"Open Help" këshillon gratë në situata të vështira jetësore. Për shembull, nëse jeni të pastrehë ose keni frikë të humbni shtëpinë tuaj.

Konsultimi mund të bëhet me telefon ose personalisht:

- Ne këshillojmë për të gjitha aspektet e strehimit dhe/ose humbjes së banesës
- Ne ju këshillojmë për problemet financiare dhe kontrollojmë nëse keni të drejtë për mbështetje financiare.
- Ne ju mbështesim me problemet me autoritetet.
- Ne ju ndihmojmë me kriza personale, për shembull nëse jeni duke përjetuar vështirësi familjare ose dhunë.
- Ne mund t'ju drejtojmë në institucione të tjera dhe qendra këshillimi, për shembull për çështjen e borxhit ose migracionit. Ne gjithashtu mund t'ju ndihmojmë të gjeni një [strehë për gratë](#).
- Ne mund t'ju këshillojmë për llogaritë e ruajtjes nëse nuk ju lejohet të keni llogarinë tuaj.

Ne ofrojmë edhe paketa të ndryshme grupore.

Ju lutemi lini një takim.

Për kë: Për gratë me dhe pa fëmijë nga Mynihu

Konsultimi është pa pagesë.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

 Offene Hilfe, Dachauer Str. 48, 80335 München

 [089-55981-0](tel:089-55981-0)@offene-hilfe@skf-muenchen.de Nga e hëna në të enjte 8:00 - 17:00, e premte 8:00 - 13:00 dhe me takim

 [Faqja e internetit](#)

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Ndihmë për të pastrehët, krizë, probleme financiare, llogari**

Rrjeti i dhe për gratë dhe vajzat me aftësi të kufizuara në Bavari

Rrjeti i dhe për gratë dhe vajzat me aftësi të kufizuara në Bavari

Rrjeti i Grave Bavaria është një shoqatë e hapur. Çdo vajzë dhe grua me aftësi të kufizuara mund të jetë pjesë e rrjetit dhe kushdo që kujdeset për çështjet tona mund të ndihmojë! Ne flasim për tema nga të gjitha fushat e jetës: karriera dhe arsimi, familja dhe marrëdhëniet, shëndetësia, çështjet politike. Ne flasim për procedurat dhe ligjet zyrtare, por edhe për hobi dhe kohën e lirë.

Për kë: Për gratë dhe vajzat me aftësi të kufizuara ose sëmundje kronike

Fëmijët mund të sillen me vete.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

Oferta është pa pagesë.

 Nga e hëna në të premte 10:00 - 14:00 dhe me termin

Netzwerk Frauen Bayern

 [Hansastraße 40, 80686 München](#)

 [@info@netzwerkfrauen-bayern.de](mailto:info@netzwerkfrauen-bayern.de)

 [+49 \(0\) 8945992427](tel:+49(0)8945992427)

 <http://www.netzwerkfrauen-bayern.de/>

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Këshillimi i kolegëve**

Këshillim për gratë refugjate

Lezbike refugjate dhe gra biseksuale, persona trans*, inter* dhe jobinarë

Këshillim për lezbiket refugjate dhe gra biseksuale, trans*, persona inter* dhe jobinarë

LeTRA mbështet gratë lezbike dhe biseksuale, si dhe persona trans*, inter* dhe jobinarë. A keni përjetuar një traumë dhe keni nevojë për këshillim dhe/ose mbështetje psikosociale në procesin e azilit? Atëherë ju keni ardhur në vendin e duhur. Ne ju këshillojmë!

Për kë: Për të gjithë personat që identifikohen si gra lezbike ose biseksuale, si dhe trans*, inter* dhe jobinare.

☎ Ne flasim anglisht, frëngjisht, gjermanisht dhe lugandë. Për të gjitha gjuhët e tjera mund të organizojmë që dikush të përkthejë. Ju lutemi na tregoni paraprakisht se çfarë gjuhe flisni.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

Oferta është pa pagesë.

LeTRa Geflüchtetenberatung / LesCommunity e. V.

Angertorstr. 3

80469 München

☎ [089/998295931](tel:089998295931)

@ [@geflueberat@letra.de](mailto:geflueberat@letra.de)

🌐 www.letra.de

Shëndeti

Këshillim dhe terapi traumatike për gratë që kanë përjetuar dhunë seksuale

Këshillim dhe terapi traumatike për gratë e moshës 17 vjeç e lart që kanë përjetuar dhunë seksuale në fëmijëri ose adoleshencë

"Wildwasser München" është një qendër e specializuar për mbështetjen e grave pas dhunës seksuale dhe për mbrojtjen e grave* dhe vajzave* nga dhuna seksuale (parandalimi dhe ndërhyrja).

Gra* dhe vajza* do të thotë të gjithë personat që identifikohen si gra ose vajza.

Vetëm gratë punojnë këtu.

Ne mund t'ju ndihmojmë me telefon, email ose duke na vizituar.

Nuk ke pse të na thuash emrin tënd dhe nuk ke pse të na tregosh çfarë gjëje të tmerrshme të ka ndodhur.

- Mund të vini për këshillim nëse keni përjetuar dhunë seksuale si fëmijë ose adoleshent.
- Ne ju mbështesim që të ndiheni përsëri më mirë.
- Ne do të punojmë me ju për të shqyrtuar se çfarë mund t'ju ndihmojë.
- Ne ju ofrojmë adresat e terapistëve, avokatëve, mjekëve...
- Ne ju ndihmojmë të merrni ndihmë financiare.
- Mund t'i nënshtroheni terapisë për trauma tek ne nëse kemi një vend të lirë për terapi.
- Ne ju mbështesim dhe ju shoqërojmë nëse dëshironi të paraqisni ose keni paraqitur një kallëzim penal.
- Ne ju shpjegojmë të drejtat tuaja.

Për kë: Për gratë* me dhe pa aftësi të kufizuara të moshës 17 vjeç e lart.

☞ Përkthyesit janë në dispozicion sipas nevojës.

Oferta është pa pagesë.

Ne ofrojmë gjithashtu kurse për vendosmëri dhe vetëmbrojtje. Nëse jeni të interesuar: @
praevention@wildwasser-muenchen.de

Ju lutem caktoni një takim.

♿ Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhomat e saj. Ka një tualet të aksesueshëm për karrige me rrota.

Wildwasser München e. V.

📍 [Thomas-Wimmer-Ring 9, 80539 München](#)

@ beratung@wildwasser-muenchen.de

☎ [+49 \(0\) 8960039331](tel:+4908960039331)

🌐 <https://www.wildwasser-muenchen.de/fur-gewaltbetr...>

Ky tekst përmban informacion mbi termat e kërkimit si më poshtë:
Fëmijëria, gjinia, përdhunimi, abuzimi, keqtrajtimi, e kaluara, stresi psikologjik, trauma

Planifikimi familjar, kontracepsioni dhe këshillimi seksual

Planifikimi familjar, kontracepsioni dhe këshillimi seksual

Planifikimi familjar

Ju keni të drejtë të planifikoni familjen tuaj në mënyrë të pavarur. Kjo do të thotë që ju mund të vendosni vetë nëse dëshironi të keni fëmijë. Ose sa fëmijë dëshironi të keni. Askush nuk mund t'ju detyrojë të keni fëmijë ose të ndërprisni shtatzëninë.

parandalimi

Nëse nuk dëshironi të mbeteni shtatzënë ose keni frikë 🌐 Ka metoda të ndryshme në dispozicion për të mbrojtur veten [nga sëmundjet seksualisht të transmetueshme \(IST\)](#) .

🌐 [Mësoni më shumë](#)

Informacione në gjuhë të ndryshme mund të gjenden këtu:

[Kurmanci](#), [Paris](#), [Kroatisht](#), [Arabisht](#), [Bullgarisht](#), [Turqisht](#), [Polonisht](#), [Rumanisht](#), [Frëngjisht](#), [Anglisht](#), [Rusisht](#), [Spanjisht](#)

Ju mund të merrni këshilla për metoda të ndryshme kontracepsioni: [Këshillim për shtatzëninë](#)
Konsultimi është pa pagesë.

Këshillim seksual

Vetëvendosje seksuale do të thotë të zgjedhësh se si dhe me kë të përjetosh seksualitetin. Askush nuk duhet të detyrohet të bëjë asgjë. Gjatë këshillimit seksual, ju mund të flisni për seksualitetin tuaj në një mjedis të sigurt. Ju mund të bëni pyetje në lidhje me trupin tuaj, orientimin seksual, vështirësitë seksuale si mungesa e dëshirës ose problemet me ereksionin. Eksperiencat e dhunës seksuale mund të jenë gjithashtu një problem.

 [Mësoni më shumë](#)

Të mbeteni shtatzënë

Si mbetesh shtatzene? A ka vështirësi për të mbetur shtatzënë? Si e përcaktoni shtatzëninë?

 [Mësoni më shumë](#)

Këshilla personale mbi temën e shtatzënisë dhe dëshirës së paplotësuar për të pasur fëmijë mund të gjeni këtu: [Këshilla për shtatzëninë](#)
Konsultimi është pa pagesë.

Të qenit shtatzënë

Ka qendra të ndryshme këshillimi me temën e shtatzënisë: [Këshillimi për shtatzëninë](#)
Konsultimi është pa pagesë.

 [Mësoni më shumë](#)

Shtatzënia e padëshiruar

Nëse jeni shtatzënë dhe nuk dëshironi të keni fëmijë, mund ta ndërprisni shtatzëninë në kushte të caktuara. Më pas, shtatzënia ndërpritet. Kjo është e mundur vetëm në javët e para të shtatzënisë. Së pari ju duhet të kërkonti këshilla falas. Për ta bërë këtë, lini një takim me një [këshilltar shtatzënie](#). Këshilltarët do t'ju flasin për opsionet e ndryshme dhe do t'ju përgjigjen të gjitha pyetjeve ligjore dhe mjekësore. Vendimi nëse do ta ndërprisni shtatzëninë është tërësisht i juaji. Askush nuk mund të vendosë për ju nëse do ta keni fëmijën apo do ta ndërprisni shtatzëninë.

 [Mësoni më shumë](#)

Mbulimi i kostove të kontrasepsionit

Mbulimi i kostove të kontrasepsionit

Të gjithë duhet të kenë mundësinë të planifikojnë familjen e tyre. Kjo do të thotë gjithashtu të jeni në gjendje të vendosni vetë se si dëshironi të përdorni kontrasepsionin. Nëse nuk keni para, qyteti i Mynihut do të mbulojë shpenzimet e kontraktivëve të përshkruar nga mjekësia.

Për kë: Për personat 22 vjeç e lart. Për personat nën 22 vjeç, kompania e sigurimeve shëndetësore mbulon shpenzimet.

Kush do t'i mbulojë shpenzimet?

- Personat që kanë [kalimin e Mynihut](#) . Çfarë është Pass Mynih dhe ku ju mund të merrni atë mund të gjendet  [këtu](#) .
- Personat që marrin një nga përfitimet e mëposhtme:
 - Asistencë me shpenzimet e jetesës ose sigurinë bazë (SGB XII)
 - Shtesa për qytetarë ose përfitim social (SGB II)
 - Përfitimet sipas ligjit për përfitimet e azilkërkuesve (AsylbLG)
 - [Përfitim për strehim](#) ose përfitim fëmijësh
- Njerëzit me të ardhura të ulëta (përveç au pairs, kursantëve dhe studentëve). Kufiri i të ardhurave kontrollohet individualisht.
- Pjesëmarrës në Vitin Social ose Ekologjik Vullnetar, vullnetarë në kuadër të Shërbimit Vullnetar Federal

Çfarë dokumentesh më duhen për aplikim?

Njoftimi i miratimit të Mynich Pass OSE ose vërtetimi i të ardhurave, aseteve dhe qirasë;
Dëshmi e vitit social ose ekologjik ose Shërbimi Vullnetar Federal

Ku mund ta dorëzoj aplikimin?

- Aplikimin mund ta dorëzoni në [zyrën përkatëse të mirëqenies sociale](#) .
Ju mund të dorëzoni aplikacionin  [online](#) ose lini një takim.
 [089/23396833](tel:089/23396833)
- Nëse merrni përfitime sipas Aktit të Përfitimeve të Azilkërkuesve (AsylbLG) , paraqisni kërkesën tuaj këtu:
 **Zyra për Strehimin dhe Migracionin**
Wirtschaftliche Flüchtlingshilfe
Werinherstraße 89 Haus 34
81541 München
@asylbewerberleistungen.soz@muenchen.de
 [089/23348806](tel:089/23348806)
- Nëse jeni të pastrehë, aplikoni këtu:
 **Zyra për Strehimin dhe Migracionin**
Zentrale Wohnungslosenhilfe
Franziskanerstraße 8
81669 München
 [089/23340105](tel:089/23340105)
@kundencenter-wohnen.soz@muenchen.de
 Të hënën, të martën dhe të enjten 08:30 - 12:00 dhe 13:00 - 16:00
 Të mërkurën 8:30 - 12:00 dhe 13:00 - 17:00
 Të premten 08:30 - 12:00

- Nëse jeni të shurdhër, aplikoni këtu:

 [Shërbimi social për të shurdhërit](#)

Qendra e këshillimit për IST përfshirë SIDA-n

Qendra e këshillimit për IST për infeksione seksualisht të transmetueshme (HIV dhe IST të tjera)

Anonim - Falas - Nuk kërkohet takim

Ne jemi këtu për ju:

- nëse doni të mësoni se si të infektoheni dhe të mbroheni
- nëse dëshironi këshilla mbi infeksionet seksualisht të transmetueshme
- nëse doni të testoheni

Për kë: për të gjithë qytetarët e Mynihut

Oferta është pa pagesë.

 Është e mundur që një person të interpretojë.

 E hënë 8:00 - 11:00

 E martë 14:00 - 18:00

 E enjte 8:00 - 11:00 dhe 14:00 - 15:00

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

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

 [Bayerstraße 28A, 80335 München](#)

 [@aids-sti-beratung.gsr@muenchen.de](mailto:aids-sti-beratung.gsr@muenchen.de)

 [+49 \(0\) 89233723333](tel:+49(0)89233723333)

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

Klinika ambulatorë e specializuar për çrregullime të të ngrënit/varësi muskulore

Klinika ambulatorë e specializuar për çrregullimet e të ngrënit dhe varësinë ndaj muskujve

Ne ofrojmë këshilla për të gjitha problemet që lidhen me zakonet e të ngrënit dhe peshën. Oferta jonë është për fëmijë, të rinj, gra dhe burra:

- të cilët vuajnë nga zakonet e tyre të të ngrënit
- të cilët e dinë se kanë një çrregullim të të ngrënit

- të cilët indirekt janë të prekur nga çrregullimet e të ngrënit të një personi në familje, në shkollë, në punë, në marrëdhënie etj.

Ne trajtojmë gjithashtu anoreksinë, buliminë, obezitetin dhe varësinë ndaj muskujve.

 [Mësoni më shumë](#)

 Ka njerëz në faqe që mund të përkthejnë.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

Oferta është pa pagesë.

Caritas München
Fachambulanz für Essstörungen und Muskelsucht
Arnulfstraße 83
80634 München
 [089/724499400](tel:089724499400)
 [@faessstoerungen@caritasmuenchen.org](mailto:faessstoerungen@caritasmuenchen.org)
 Nga e hëna në të premte 8:00 - 14:00

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Varësia ndaj sportit, varësia ndaj ushqimit

Grupi për vetë-ndihmë për kancerin e grave në Mynih

Grupi për vetë-ndihmë për kancerin e grave në Mynih

Për kë: Për personat me kancer, me fokus kancerin e gjirit dhe kancerin gjinekologjik.

 **takimet në grup**

çdo të premte të dytë të muajit 2:30 - 16:30

Nëse keni ndonjë pyetje në lidhje me grupin e vetë-ndihmës, ju lutemi kontaktoni:

 @christine@zimmeri-deischl.de
 [081249099522](tel:081249099522)
 [01634666933](tel:01634666933) (celular)
 [Faqja e internetit e grupit të vetë-ndihmës](#)

Oferta është pa pagesë.

Selbsthilfezentrum München
Westendstraße 68
80339 München

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

 [Faqja e internetit e gendrës së vetë-ndihmës](#)
 @kontakt@frauenselbsthilfe.de

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit: Shëndeti i grave, grupet mbështetëse të kancerit

Kanceri i gjirit në Gjermani e.V.

Kanceri i gjirit në Gjermani e. V.

Shoqata jonë ofron shërbime dhe këshilla falas mbi temën e kancerit të gjirit:

- Mund të [porosisni](#) fletushka dhe broshura mbi temën.
- Nëse keni ndonjë pyetje në lidhje me diagnozën, sëmundjen, trajtimin, efektet anësore ose kujdesin pasues, [ju lutemi na telefononi](#) . Thirrja është falas:
 [0800/0117112](tel:0800/0117112)
Nëse nuk mund të na kontaktoni, mund të na dërgoni një email: @info@brustkrebsdeutschland.de .
- Për më shumë informacion dhe oferta, ju lutemi vizitoni [fagen](#) tonë të internetit.
- [Buletini](#) ynë ju informon rreth ngjarjeve dhe aktiviteteve. Ne gjithashtu raportojmë mbi temat aktuale në mjekësi dhe politikë.

Oferta të mëtejshme:

- [Paketë falas për t'u ndjerë mirë](#)
- Ndihmë financiare për pacientët që kanë probleme financiare për shkak të sëmundjes
- [Leksione dhe punëtori](#)

Për kë: Pacientët me kancer të gjirit dhe familjet e tyre.

Oferta është pa pagesë.

 Gjermanisht Anglisht

Brustkrebs Deutschland e. V.

Lise-Meitner-Straße 7

85662 Hohenbrunn

 [089/41619800](tel:089/41619800)

@online@brustkrebsdeutschland.de

 E hënë deri të enjten nga ora 9:00 deri në 14:30

Konsulencë gjinekologjike për gratë dhe vajzat me kufizime në lëvizje

Konsulta gjinekologjike për gratë dhe vajzat me kufizime në lëvizje

Konsultimi është një konsultim i zakonshëm gjinekologjik me gjinekologët e Mynihut:

- Ekzaminime për parandalimin, diagnostikimin dhe trajtimin e ankesave dhe sëmundjeve gjinekologjike
- Mbështetje për shtatzëninë
- Këshilla mbi seksualitetin, dëshirën për të pasur fëmijë dhe kontracepsionin
- Mbështetje gjatë menopauzës

Për çështje dhe procedura shumë komplekse mjekësore, mjeku juaj do t'ju referojë në një strukturë ambulatorie ose spitalore. Mjeku do ta vendosë këtë së bashku me ju.

Gjinekologët mbështeten nga një infermiere me përvojë dhe një asistent mjekësor. Nuk keni nevojë të sillni shoqëruesin tuaj ose një person të besuar, por jeni të mirëpritur ta bëni këtë nëse dëshironi.

Për kë: Për banorët e Mynihut me kufizime në lëvizshmëri. Për shembull, nëse përdorni karrocë me rrota. Jeni gjithashtu të mirëpritur të vini nëse keni aftësi të kufizuara të shumëfishta.

Hyrja në ndërtesë dhe në dhomat e saj është pa pengesa. Ka një tualet të aksesueshëm për karrige me rrota.

☎ Nëse dëshironi që dikush t'ju përkthejë, ju lutemi na njoftoni paraprakisht.

Oferta është pa pagesë.

Për të gjitha pyetjet:

☎ [089/23347836](tel:08923347836)

@ gjinekolog-praxis.gsr@muenchen.de

🌐 [Uebfage](#)

Kur dhe ku zhvillohet konsultimi:

📅 Të mërkurën pasdite

📍 Gesundheitsreferat (GSR), Bayerstraße 28a, 80335 München

Mund të merrni pjesë në konsultim vetëm me takim paraprak. Mund të caktoni një takim këtu:

☎ [0921/88099-55029](tel:09218809955029)

📅 E hënë dhe e premte 8:00 - 12:00

📅 E enjte 12:00 - 18:00

Kontracesioni - këshilla dhe mbështetje financiare

Pill & Co - Këshilla dhe mbështetje financiare për kontracesionin

Ne i mbështesim gratë në financimin e kontracesionit. Qoftë kontraceutivë hormonalë apo johormonalë, mund të konsultoheni me mjekun tonë për atë që është e përshtatshme për ju. Ne gjithashtu mund të ofrojmë kontracesion pas një përdhunimi.

Kërkesat:

- Gratë mbi 22 vjeç
- Gratë në trajnim me një pagë minimale jetese < 800 €
- Au pairs
- Përfituesit e BAFÖG
- Gratë pa sigurim shëndetësor

☎ Përkthyesit janë në dispozicion me marrëveshje.

Ka një ashensor.

Oferta është pa pagesë.

- Të hënë 08:30 - 13:00 dhe 14:00 - 18:00
- Të martë 9:00 - 13:00 dhe 14:00 - 17:00
- Të mërkurë 08:30 - 10:30 dhe 14:00 - 18:00
- Të enjte 9:00 - 13:00 dhe 14:00 - 17:00
- Të premte 9:00 - 15:00

Pro Familia e. V.

[Türkenstraße 103, 80799 München](#)

[@verhuetung.muenchen@profamilia.de](mailto:verhuetung.muenchen@profamilia.de)

[+49 \(0\) 8933008411](tel:+49(0)8933008411)

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

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e kërimit si më poshtë:
kujdes mjekësor, pa sigurim shëndetësor, i pasiguruar, shëndet, status sigurimi,
këshilla për kontrceptivët**

Konsulencë gjinekologjike për femra pa sigurim shëndetësor

MAGGY - Klinika ambulatorie e Mynihut në departamentin e shëndetësisë për gjinekologji

Nuk keni sigurim shëndetësor? Nuk keni akses në kujdesin mjekësor? Keni pyetje për një gjinekolog?

Më pas mund të vizitoni orët e konsultës gjinekologjike në repartin e shëndetësisë.

Ajo që ne ofrojmë:

- Ne mund t'ju ekzaminojmë gjinekologjikisht dhe t'ju këshillojmë për tema të ndryshme
- Ne mund të bëjmë teste për zbulimin e hershëm të kancerit
- Ne do t'ju këshillojmë nëse keni një infeksion
- Ne ju këshillojmë për infeksionet seksualisht të transmetueshme (IST) dhe gjithashtu mund t'ju testojmë për to
- Ekipi ynë përbëhet jo vetëm nga gjinekologë, por edhe nga punonjës socialë. Ata gjithashtu mund t'ju këshillojnë.

[Mësoni më shumë](#)

Oferta është pa pagesë.

Shërbimi është anonim: askush nuk do të mësojë për konsultimin ose ekzaminimin.

Ne flasim gjuhë të ndryshme: anglisht, frëngjisht, serbo-kroatisht, maqedonisht, bullgarisht, rusisht. Për gjuhë të tjera, ne mund të sjellim një person për të interpretuar përmes telefonit.

Për kë: Për gratë dhe vajzat që nuk kanë sigurim adekuat shëndetësor ose kujdes mjekësor.

Fëmijët mund të sillen me vete.

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

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

☎ [089/23323333](tel:08923323333)

✉ @aids-sti-beratung.rgu@muenchen.de

🕒 Orari i konsultimit është gjithmonë të hënën nga ora 13:00 deri në orën 15:00. Ju nuk keni nevojë për një takim, thjesht kaloni. Ju lutemi planifikoni kohën e pritjes.

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Gjinekolog, i pasiguruar, HIV, sifilis, hepatit, gonorre, klamidia

Gjuha

Kurs gjermanisht për femra me bebe

Kurs gjermanisht për femra me bebe (0-1 vit)

Mirësevini në kursin e gjermanishtes vetëm për femra me bebe (0-1 vjeç)!

A keni ndjekur tashmë kurse gjermane dhe dëshironi të përmirësoheni më tej? Apo e keni ende shumë të vështirë të flisni gjermanisht dhe nuk keni mundur të ndiqni ende një kurs?

Pavarësisht se sa e mirë është gjermanishtja juaj, ju lutemi bashkohuni!

Mësoni më shumë:

🌐 www.bellevuedimonaco.de/deutschkurs-fuer-frauen

Për kë: gra refugjate me foshnja (0 - 1 vit)

Oferta është pa pagesë.

📍 on-line

🕒 E martë ora 15:00 - 16:30

Regjistrimi:

☎ [089/55057750](tel:08955057750)

✉ @info@bellevuedimonaco.de

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Gjuha

Project Shop International Haidhausen

Project Shop International Haidhausen

Dyert tona janë të hapura për familjet, gratë dhe fëmijët e të gjitha kombësive – dhe për këdo që është i interesuar në shkëmbimin ndërkulturor ose që dëshiron të marrë pjesë në një grup apo ngjarje.

Oferta jonë e grupit:

- **Grupi Ndërkombëtar i Grave** është një grup i hapur. Këtu mund të krijoni kontakte, të shkëmbeni ide dhe të praktikoni të flisni gjermanisht. Mbahen leksione me tema të ndryshme dhe organizohen festivale dhe ekskursione.
- **Grupi ndërkombëtar i qepjes:** për të qepur ose mësuar të qepni.
- Në pranverë dhe verë ne ofrojmë **kurse çiklizmi** për femra.
- **Grupi ndërkombëtar i fëmijëve** me mbështetje për detyrat e shtëpisë është i hapur për fëmijët e shkollave fillore (me regjistrim).
- **Grupi Ndërkombëtar i Vajzave** dhe **Grupi Ndërkombëtar i Djemve** janë grupe të hapura për fëmijët e moshës 7 deri në 12 vjeç.

Nuk ka grupe gjatë [pushimeve shkollore](#).

[Mësoni më shumë](#)

Për kë: Për gra me prejardhje të ndryshme, përfshirë ato me fëmijë të vegjël. Për fëmijët nga 6 deri në 12 vjeç.

Ka përkthyes për anglisht, turqisht, farsi dhe rusisht.

Ju mund të sillni fëmijët tuaj. Ekziston edhe kujdesi për fëmijët.

Takimet e hapura për gra, fëmijë, vajza dhe djem dhe grupi i rrobaqepësisë janë pa pagesë. Kursi i çiklizmit kushton 40 euro.

Verein für Internationale Jugendarbeit – Projekt-Laden International

Metzstraße 37

81667 München

[089/67973438](tel:08967973438)

info@projekt-laden.de

Zyra: nga e hëna në të premte 10:00 - 16:00

Grupi i grave: në E mërkurë 9:30 - 11:30

Grupi i qepjes: E hënë 17:00 - 19:00

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Koha e lirë, punë dore, qepje, kujdes, mbështetje për fëmijët

Ekipet tandem për gratë*

Ekipet tandem për gratë*

A jeni i ri në Mynih dhe po kërkon më shumë kontakt dhe mbështetje? A po kërkon njerëz miqësorë, të interesuar në shkëmbimin kulturor dhe doni të përfshihen? Atëherë bëhuni një

partner në çift!

[Mëso më shumë](#)

Në tandemet tona, ne lidhim gra me dhe pa përvojë si refugjatë dhe migrim. Është një mundësi e shkëlqyer për të shkëmbyer ide dhe për të mbështetur njëra-tjetrën në mësimin e gjermanishtes. Ekipet tona tandeme argëtohen shumë në eventet tona:

- Ne gatuajmë së bashku
- Ne shkojmë në ekskursionet
- Ne ofrojmë punëtori interesante

 Shkrimi Frau* do të thotë: Gratë transgjinitore, gratë interseksuale dhe personat jobinarë janë gjithashtu të mirëpritur.

Nëse jeni të interesuar, ju lutemi të na kontaktoni përmes  Klikoni në [këtë link](#) . Pastaj do t'ju lidhim me një partner të ekipit.

Oferta është pa pagesë.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Duke pyetur:

 @esther@ueberdentellerrand-muc.org

 [0171/2043102](tel:0171/2043102)

Mami mëson gjermanisht - Mësoni gjermanisht me kujdesin e fëmijëve

Mami mëson gjermanisht - Mësoni gjermanisht me kujdesin e fëmijëve

Ne mbështesim gratë me dhe pa fëmijë në mësimin e gjermanishtes. Ne jemi të përfaqësuar pothuajse në të gjitha rrethet. Vendndodhjet dhe datat individuale janë  [këtu](#) .

Takohemi një herë në javë për rreth dy orë dhe fillojmë me mëngjesin së bashku. Më pas mësojmë së bashku: shumë biseda, pyetje dhe praktikë. Ka shumë mundësi për të shkëmbyer ide dhe për të hyrë në kontakt me femra të tjera.

Të gjithë janë të mirëseardhur: gra që ende nuk flasin gjermanisht, gra me pak njohuri të gjermanishtes dhe gra me njohuri të mira të gjermanishtes.

Fëmijët mund të vijnë gjithmonë; ka kujdes të madh për fëmijët pothuajse në të gjitha grupet.

Takimet janë pa pagesë.

Nuk ka takime në grup gjatë [pushimeve shkollare](#) >>.

Shumica e vendeve kanë hyrje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma, si dhe tualete të aksesueshme. Ju lutem mos ngurroni të na kontaktoni nëse keni ndonjë pyetje.

 [Faqja e internetit](#)

 [0176/56736947](tel:0176/56736947)

 @mama-lernt-deutsch@frauininteressen.de

 Nga e hëna në të enjte 9:00 - 13:00

Punë, trajnim

Grupi i të mësuarit MINT nga gratë për gratë (MINT: matematikë, shkenca kompjuterike, shkenca natyrore dhe teknologji)

Grupi i të mësuarit STEM nga gratë për gratë

Grupi mësimor ofrohet nga një grup vullnetar i Inxhinierëve pa Kufij për gratë refugjate. Qëllimi është të forcohen aftësitë në lëndët STEM në një atmosferë të sigurt. Oferta është e hapur dhe funksionon pa regjistrim paraprak.

Për kë: Gratë me prejardhje refugjate 18 vjeç e lart

Numri i pjesëmarrësve është i kufizuar.

Oferta është pa pagesë.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Bellevue di Monaco
Müllerstr. 2 dhe 6
80469 Mynih

çdo të shtunë ora 2-4 pasdite



[089/55057750](tel:08955057750)

info@bellevuedimonaco.de

<https://bellevuedimonaco.de/mint>

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Tutor, Matematikë, Shkencë, Shkenca Kompjuterike, Teknologji**

Këshilla për gratë mbi të ardhmen e tyre profesionale (më shumë arsim - më shumë mundësi)

më shumë arsim - më shumë mundësi

Projekti i ndihmon gratë me të ardhmen e tyre profesionale.

Ne flasim për qëllimet tuaja personale dhe profesionale. Ne jemi duke kërkuar një kualifikim të përshtatshëm ose një mundësi tjetër për ju që të zhvilloheni profesionalisht. Ne planifikojmë hapat e nevojshëm për të përmirësuar shanset tuaja në tregun e punës.

Për kë? Për gratë,

- që duan të përmirësojnë situatën e tyre profesionale
- që janë të papunë ose që kërkojnë punë
- që duan të dinë dhe të jenë në gjendje të bëjnë më shumë
- që kanë një mini-punë, punësim të pakualifikuar
- që duan të ndërtojnë një të ardhme të sigurt profesionale

🗣️ Gjermanisht (B1)

Fëmijët mund të sillen me vete.

Oferta është pa pagesë.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për persona me aftësi të kufizuara.

📞 Ju lutemi caktoni një takim me telefon/email:

Frau und Beruf GmbH | Mehr Bildung - Mehr Chancen

📍 [Lindwurmstrasse 129a, 80337 München](#)

@ mehrbildung-mehrchancen@frau-und-beruf.net

☎️ [+49 \(0\) 8972019914](tel:+4908972019914)

🌐 <https://www.frau-und-beruf.net/mehrbildung-mehrchancen>

Ky tekst përmban informacione rreth:

Gratë migrante, mbështetje, hyrje, përfundim i kualifikimeve shkollore

sport

Lëvizja – Gjimnastikë për femra

Lëvizja - Gjimnastikë për femra

Oferta e hapur me prag të ulët bëhet në një dhomë që nuk është e dukshme nga jashtë. Udhëheqësi i grupit shumëgjuhësh ka një sfond migrimi. Do të ketë një orë gjimnastikë për femra dhe 30 minuta gjimnastikë për fëmijë.

Për kë: Nënata dhe fëmijët me prejardhje migrimi

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

Shërbimi është pa pagesë, por donacionet janë të mirëseardhura.

📅 Të martën 9:15 - 10:15, jo gjatë pushimeve.

Verein Stadtteilarbeit

📍 [Moosacher Straße 11a, 80809 München](#)

✉ [@c.schmidt@verein-stadtteilarbeit.de](mailto:c.schmidt@verein-stadtteilarbeit.de)

☎ [+49 \(0\) 899901650](tel:+490899901650)

🌐 <https://www.verein-stadtteilarbeit.de/>

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Lëvizja, shëndeti, sportet, ushtrimet

Yoga (vetëm për gratë)

Yoga (vetëm për gratë)

Do të bëjmë joga së bashku. Është për fillestarë dhe studentë të avancuar. Të gjitha gratë janë të mirëpritura të marrin pjesë!

📅 Çdo të premte nga ora 11:30 deri në 12:00

Oferta është pa pagesë.

Nuk keni nevojë të regjistroheni. Thjesht kaloni - mezi presim t'ju shohim!

Për kë: Për gratë / Për njerëzit që perceptohen si femra

Duke pyetur:

☎ [0176/34647785](tel:017634647785)

✉ [@laura.zimmer@juno-munich.org](mailto:laura.zimmer@juno-munich.org)

🌐 [faqja e internetit](#)

Lern- und Hausaufgabenhilfe

📍 [Müllerstr. 2, 80469 München](#)

IG Klettern Munich + Südbayern e.V. / Takuesit më të mirë të Bavarisë

IG Klettern Munich & Südbayern eV / Takimet më të mira të Bavarisë

Ne ofrojmë rregullisht grupe ngjitjeje në sallën tonë të ngjitjes në Ostbahnhof ("Heavens Gate"). Ne gjithashtu organizojmë aktivitete dhe ekskursione në fshatrat bavareze dhe në Austri, Itali dhe Hungari. Disa ngjarje janë vetëm për një ditë, disa zgjasin një fundjavë të tërë ose më shumë.

Për kë: Për fëmijët, adoleshentët dhe të rinjtë e moshës 6 deri në 27 vjeç. Për personat me aftësi të kufizuara dhe/ose sëmundje të rënda.

Ka oferta speciale për vajzat dhe vajzat refugjate.

Numri i vendeve është i kufizuar.

Kurset zhvillohen nga tetori deri në gusht.

Kurset janë pa pagesë për refugjatët me të ardhura të ulëta.

☎Kurset mund të mbahen në Pashto dhe Dari.

Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara. Salla e ngjitjes është pa pengesa.

IG Klettern München & Südbayern eV / Bayerns beste Gipfelstürmer

Speicherstr. 21

81671 München

☎[089/200030714](tel:089200030714)

@team@gipfelstuermer-muc.de

@[Faqja e internetit](#)

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Oferta integrale, LGBT**

Koha e lirë, kontaktet sociale

Takimi i vajzave Blumenau

Takimi i vajzave Blumenau

Ne ofrojmë një hapësirë të sigurt dhe të lirë për të gjithë ata që identifikohen si femra dhe janë nga 9 deri në 21 vjeç. Ne ofrojmë aktivitete të shkëlqyera të kohës së lirë dhe organizojmë ekskursione.

Çfarë do të gjeni tek ne:

Takimi me miq*, vallëzim, lojëra sportive dhe muzikë, pjekje, gatim, aktivitete krijuese, pasdite filmash, festa, projekte dhe shumë më tepër.

Ka të bëjë gjithashtu me diskutimin, ndihmën për të formuar politikën, zbatimin e dëshirave të veta dhe kontributin në pikat e forta. Është e rëndësishme të flasim për problemet dhe të gjejmë zgjidhje së bashku, të planifikojmë të ardhmen dhe të përpiqemi për një shkëmbim mbi çështjet kyçe për vajzat* dhe të reja* nga Blumenau .

Ne mbrojmë barazinë gjinore, solidaritetin dhe diversitetin dhe kundërshtojmë seksizmin, racizmin dhe format e tjera të diskriminimit.

Për kë: Vajza* dhe të reja* nga 8 deri në 18 vjeç.

Në disa raste ka akses pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Ofertat e hapura janë pa pagesë. Ka kosto të vogla për ekskursione.

Gelbhofstraße 16

81375 München

☎[089/57954661](tel:08957954661)

@maedchentreff_blumenau@schuleberuf.de

@[Faqja e internetit](#)

📷**Takimi dhe projektet e hapura (thjesht kaloni!):**

Nga e mërkura deri të premten nga ora 14:00 - 18:00

*: Ky simbol do të thotë se fjala përkatëse nuk u drejtohet vetëm vajzave dhe grave, por edhe personave transgjinorë dhe interseks.

Takimi i hapur për vajza nga 6 deri në 17 vjeç

Takim i hapur për vajza* nga 6 deri në 17 vjeç

Këtu vajzat* mund të kalojnë kohën e tyre të lirë dhe të takojnë vajza të tjera*. Ka kompjutera dhe internet, Switch, futboll tavoline, ndihmë me detyrat e shtëpisë dhe mundësi për punime artizanale.

* Ylli do të thotë: gratë transgjinore, gratë interseksuale dhe personat jobinarë janë gjithashtu të mirëpritur.

Oferta është pa pagesë. Duhet të paguani një shumë të vogël për ushqim dhe zanate.

 E martë deri të enjten 15:30 - 19:30 dhe e premte 14:30 - 19:30

Giesinger Mädchen-Treff

 [Rotwandstraße 28, 81539 München](#)

 [@info@giesinger-maedchen-treff.de](mailto:info@giesinger-maedchen-treff.de)

 [+49 \(0\) 896913362](tel:+49(0)896913362)

 <http://www.giesinger-maedchen-treff.de/>

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e kërkimit si më poshtë:
vendos kontakte**

Takimi i hapur për gra nga e gjithë bota

Takimi i hapur për gra nga e gjithë bota

Mirë se vini në Takimin e Hapur! Me ne femrat nga e gjithë bota kanë mundësi të shkëmbejnë ide në një atmosferë të relaksuar, të praktikojnë gjermanishten dhe të njohin femra të tjera. Ne flasim për shumë tema dhe ofrojmë një hapësirë të hapur për dëshirat dhe idetë tuaja.

Për kë: për femra / femra të lexuara nga e gjithë bota

Fëmijët mund të sillen me vete.

 Çdo të premte nga ora 10:00 - 12:00

Oferta është pa pagesë.

Bellevue di Monaco (studio në bodrum)
Müllerstr. 2
80469 München

 [0176/34647785](tel:017634647785)

@laura.zimmer@juno-munich.org

<https://www.frauininteressen.de/einrichtungen/off...>

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

mësojnë gjermanisht

Café Glanz për Femra – siaf e. V.

Café Glanz për Femra – siaf e. V.

Café Glanz for Women është një pikë kontakti dhe vend takimi për gratë dhe fëmijët. Ofron hapësirë për iniciativë vetjake, socializim dhe takime me njerëz, ose thjesht për t'u çlodhur, për të biseduar, për të shijuar kafe ose drekë. Kafeja ofron mundësi të përballeshme kulinare, siç janë dreka të gatuarat fillad, ëmbëlsira dhe pije të përgatitura në shtëpi. Ekziston gjithashtu një kafene me një dhomë për fëmijë me plan të hapur, dhe tarraca është e hapur në mot të mirë.

Kafeja gjithashtu pret ngjarje të shumta të organizuara nga shoqata siaf e. V. Këtu mbahen leksione, hapje arti, punëtori, takime në grup, festivale dhe seminare, ekspozita, diskutime, mbrëmje filmi dhe ngjarje të tjera. Dhomat mund të merren me qira.

Për kë: Kjo ofertë u drejtohet të gjitha grave.

Kafeja ka afërsisht 30 vende të rritur dhe 20 fëmijë. Grupet më të mëdha (10 ose më shumë të rritur) duhet të regjistrohen paraprakisht.

Pa tarifë hyrjeje, pa detyrim për të blerë asgjë, zbatohen çmimet në menu.

Fëmijët mund të sillen me vete.

 E martë deri të enjten 09:30 - 16:00

 Të premten 10:00 - 14:00

Dhomë e hapur për fëmijë me mbështetje edukative (kosto: 3 euro):

Të martën 9:00 - 12:00

Të enjten nga ora 14:00 deri në 17:00

 Ka një tualet të aksesueshëm për persona me aftësi të kufizuara.

Café Glanz

 [Sedanstraße 37, 81667 München](#)

@info@siaf.de

 +49 (0) 894580250

 <https://www.siaf.de/cafe-glanz/>

Ky tekst përmban informacion mbi termat e kërkimit si më poshtë:

Pikë takimi për gratë, kohën e lirë, nënat

Kafeneja e grave Bellevue di Monaco

Kafe për Gra

Mirë se vini në kafenenë ndërkulturore të grave! Këtu, gra të të gjitha prejardhjeve takohen me gra të Mynihut për të folur, kërcyer, qeshur, ngrënë, krijuar rrjete, planifikuar aktivitete dhe shumë më tepër. Ejani, mezi presim të shohim fytyra të reja!

Fëmijët mund të sillen me vete.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për persona me aftësi të kufizuara.

 Çdo të martë 18:00 - 21:00

Interkulturelles Frauencafé

 [Müllerstr. 2, 80469 München](#)

 [@welcome@juno-munich.org](mailto:welcome@juno-munich.org)

 [+49 \(0\) 1622976474](tel:+49(0)1622976474)

 [+49 \(0\) 17634647785](tel:+49(0)17634647785)

 <https://bellevuedimonaco.de/veranstaltungen/kateg...>

Takimet e nënave

Takimet e nënave

Shoqata e Punës në Komunitet - Milbertshofen

Për kë: nënat me fëmijë, gra

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

Moosacher Straße 11a

80809 München

[089/9901650](tel:0899901650)

c.schmidt@verein-stadtteilarbeit.de

www.verein-stadtteilarbeit.de

CaféTreff për femra

Në këtë takim, nënat mund të shkëmbejnë ide, të shijojnë kafe dhe ëmbëlsira dhe të angazhohen në aktivitete krijuese. Fëmijët e të gjitha moshave janë të mirëseardhur.

Donacionet për kafe dhe ëmbëlsira janë të mirëseardhura.

E enjte ora 15:00 - 18:00 (jo në shkollë)

Takimi i mëngjesit për gratë

Në këtë takim, nënat mund të shkëmbejnë ide dhe të hanë mëngjes të qetë. Fëmijët e të gjitha moshave janë të mirëseardhur.

Donacionet për mëngjes janë të mirëseardhura.

09:00 - 12:00 (jo gjatë pushimeve shkollore)

Qendra Familjare Trudering

Grupi ndërkombëtar nënë-fëmijë

Grupi ynë është i hapur - thjesht mund të kaloni, nuk ka nevojë për regjistrim. Këndojmë, luajmë dhe hamë mëngjes së bashku. Mëngjesi ofrohet nga qendra.

[Mësoni më shumë](#)

Për kë: Nënat me fëmijë deri në 3 vjeç

■ Përkthyes për anglisht janë në dispozicion.

Kujdesi për fëmijët është i disponueshëm.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara.

Oferta është pa pagesë.

Dompfaffweg 10

81827 München

[089/4524207 0](tel:08945242070)

info@familienzentrum.com

Grupi ndërkombëtar nënë-fëmijë

E premte nga ora 9:30 deri në 11:30

Qendra e përgjithshme

E hënë 9:00 - 14:00

E martë 9:00 - 14:00

E mërkurë 9:00 - 14:00

E enjte ora 9:00 - 14:00

E premte 9:00 - 14:00

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Foshnjat, të vegjlit, grupi prindër-fëmijë, grupi i lojërave, së bashku, shkëmbimi, njohja me njëri-tjetrin, kontakti, lagjja, punimet artizanale, arti dhe vepra artizanale, koha e lirë

JuLes – Grupi i kohës së lirë për vajzat lezbike dhe biseksuale

JuLes - Grupi i kohës së lirë për vajzat lezbike dhe biseksuale

JuLes janë një grup argëtimi për vajzat e reja lezbike dhe biseksuale (si dhe njerëz që vënë në dyshim orientimin e tyre seksual) midis 14 dhe 19 vjeç, të cilët duan të bëjnë diçka dhe të takojnë njerëz të rinj.

Nëse nuk jeni të sigurt për pjesëmarrjen tuaj të parë ose keni ndonjë pyetje në lidhje me grupin, ju lutemi mos ngurroni të na kontaktoni në çdo kohë.

Takimet tona janë një hapësirë e sigurt, kështu që nuk bëhet asnjë foto ose video për të mbrojtur anonimitetin tuaj.

Oferta është e hapur për gratë trans dhe personat jobinarë.

Oferta është pa pagesë. Ka kosto të vogla për disa veprime.

 Çdo të shtunë të parë të muajit në orën 15:00. Të gjitha fundjavat e tjera të dielave në orën 15, së bashku me [të rinjtë](#).

diversity e.V. | JuLes

 [Blumenstraße 11, 80331 München](#)

 @jules@diversity-muenchen.de

 [+49 \(0\) 8955266986](tel:+49(0)8955266986)

 <https://diversity-muenchen.de/de/gruppen/jules/>

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
LGBT, grup të rinjsh, queer**

JuLeZ – ofertë e hapur për të rinjtë LBT*

JuLeZ - ofertë e hapur për të rinjtë LBT*

JuLeZ është një ofertë për vajza* dhe gra të reja* të moshës 12 deri në 27 vjeç që identifikohen si lezbike, biseksuale, a, jo-binare, trans*, queer ose inter*. Pastaj Julez ofron mundësinë për të takuar vajza* dhe gra të reja* që ndihen njësoj. Grupi drejtohet dhe mbikëqyret nga dy punonjës socialë. Ne gatujmë së bashku dhe më pas kemi një menu të larmishme:

- ji krijues
- Netët e lojërave
- Piknik në Isar
- Ekskursionë, për shembull kinema ose tur me biçikletë

Qëllimi i shërbimit është të krijojë një hapësirë të sigurt për të diskutuar çështje të rëndësishme të klientëve* nëse është e nevojshme dhe në përgjithësi të ofrojë një mundësi për shkëmbim mendimesh.

 Çdo të enjte nga ora 17:00 deri në orën 21:30. Jo në festa ose gjatë pushimeve.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për persona me aftësi të kufizuara.

Oferta është pa pagesë. Ekziston mundësia për të paguar një shumë të vogël, vullnetare, për darkën, por kjo mund të bëhet edhe sipas mundësive individuale.

JuleZ | IMMA Café

📍 [Jahnstraße 38, 80469 München](#)

✉ @julez@imma.de

☎ [+49 \(0\) 8923889143](tel:+49(0)8923889143)

🌐 <https://imma.de/infos-für-euch/julez/>

WILMA - Grupi i kohës së lirë për femrat lezbike dhe biseksuale

WILMA - Grupi i kohës së lirë për femrat lezbike dhe biseksuale

WILMA është një grup argëtimi për gra të reja lezbike dhe biseksuale (si dhe njerëz që vënë në dyshim orientimin e tyre seksual) nga mosha 18 deri në 27 vjeç, të cilat dëshirojnë të bëjnë gjëra së bashku dhe të takojnë njerëz të rinj.

Nëse nuk jeni të sigurt për pjesëmarrjen tuaj të parë ose keni ndonjë pyetje në lidhje me grupin, ju lutemi mos ngurroni të na kontaktoni në çdo kohë.

Takimet tona ofrojnë një hapësirë të sigurt: për të mbrojtur anonimitetin tuaj, nuk do të bëhet asnjë foto ose video.

Oferta është e hapur për gratë trans dhe personat jobinarë.

Oferta është pa pagesë. Ka kosto të vogla për disa veprime.

📅 Takimi zhvillohet dy herë në muaj, zakonisht nga ora 19:00. deri në orën 22:00. Ju mund të gjeni datat e sakta 🌐 [këtu](#).

diversity e.V. | Wilma

📍 [Blumenstraße 11, 80331 München](#)

✉ @wilma@diversity-muenchen.de

☎ [+49 \(0\) 8955266986](tel:+49(0)8955266986)

🌐 <https://diversity-muenchen.de/de/gruppen/wilma/>

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
LGBT, grup të rinjsh

Shkëmbim ndërkulturor për gra nga e gjithë bota

Shkëmbim ndërkulturore për gra nga e gjithë bota - "Fremd-Vertraut", Jeta në Gjermani

A dëshironi të praktikoni gjermanishten në një grup të vogël dhe familjar dhe të mësoni më shumë rreth jetës në Gjermani? Gratë nga e gjithë bota kanë mundësinë të kapërcejnë frikën e tyre nga të folurit gjermanisht në një atmosferë miqësore dhe të relaksuar. Në grupe të vogla, ne zgjerojmë së bashku njohuritë tona gjuhësore dhe kulturore, duke përdorur një larmi temash. Ne shkëmbejmë ide, mësojmë nga dhe me njëri-tjetrin dhe shkojmë në ekskursione në qytet. Presim pjesëmarrës të rinj!

Për kë: Gra nga e gjithë bota me njohuri bazë të gjuhës gjermane
Kërkesat e aksesit: Vetëm për lexueset femra

Oferta është pa pagesë.

Numri i vendeve është i kufizuar. Regjistrimi bëhet nëpërmjet WhatsApp/telefonit ose email-it.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma. Ka një tualet të aksesueshëm për persona me aftësi të kufizuara.

 "Fremd-Vertraut" ofron dy kurse në vit: Në pranverë dhe në vjeshtë, çdo 6 javë
Të hënave dhe të mërkurave nga ora 9:30 - 12:30

fremd - vertraut | Verein für Fraueninteressen e.V.

 [Schwanthalerstr. 80, 80336 München](#)

 [@fremdvertraut@fraueninteressen.de](mailto:fremdvertraut@fraueninteressen.de)

 [+49 \(0\) 15906146627](tel:+49(0)15906146627)

 <https://www.fraueninteressen.de/einrichtungen/fre...>

**Ky tekst përmban informacion mbi temat e kërkimit si më poshtë:
mëso gjermanisht**

Punëtori e hapur e qepjes

Punëtori e hapur e qepjes

Mirë se vini! Ne takohemi çdo të mërkurë për të qepur, shkëmbyer ide, për të biseduar dhe praktikuar gjermanishten. Ne krijojmë kontakte dhe ndihmojmë njëri-tjetrin. Këtu mund të merrni këshilla dhe mbështetje profesionale dhe të përdorni makineritë dhe materialet tona të qepjes. Oferta është ekskluzivisht për femra.

 [Mësoni më shumë](#)

Për kë: Për gratë refugjate që duan të qepin dhe për rrobaqepësit

Fëmijët mund të sillen me vete.

Oferta është pa pagesë.

📍 Bellevue di Monaco
Müllerstraße 6
80469 München
(në studion e bodrumit)
☎ [089/55057750](tel:08955057750)
✉ [@naehwerkstatt@bellevuedimonaco.de](mailto:naehwerkstatt@bellevuedimonaco.de)
🕒 Të mërkurën 16:00 - 18:00

Takimi i mëngjesit të Aicha-s për gratë

Takimi i mëngjesit i Aicha-s për gratë



Dëshironi të takoni gra të tjera gjatë një mëngjesi të këndshëm? Këtu mund të krijoni kontakte të reja.

Aicha është aty që të mund të bëni shumë gjëra së bashku:

- Duke ngrënë mëngjes së bashku
- Hyr në bisedë
- Planifikoni dhe shkoni në udhëtime së bashku
- Merrni informacion mbi tema të ndryshme
- Përgjigjuni pyetjeve tuaja

Oferta është pa pagesë.

Për kë: Për gratë (dhe fëmijët e tyre)

Takimet zhvillohen gjithmonë në Bellevue di Monaco, përveç nëse bihet dakord për vende të tjera. Dëshironi të bashkoheni me ne? Kontaktoni Aicha direkt nëpërmjet WhatsApp:



[017614939970](https://wa.me/017614939970)



Çdo të martë 10:00 - 12:00



Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhomat e saj. Ka një tualet të aksesueshëm për persona me aftësi të kufizuara.



[Për ofertën](#)

Lern- und Hausaufgabenhilfe



[Müllerstr. 2, 80469 München](#)

@angebote@bellevuedimonaco.de

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e kërkimit si më poshtë:
Gratë, Takimi i Grave, Hapësirë e Sigurt, Mëngjesi**