

Lëndë

Shëndeti	3
Emergjenca - SOS	3
Numrat e urgjencës	3
Shërbimet mjekësore emergjente	3
Mbrojtje nga dhuna	8
Shërbimet e urgjencës pediatrike	9
Shërbimi mjekësor në gatishmëri	10
Stacionet e ndihmës urgjente të klinikave	11
Shërbime të tjera në thirrje	12
Mbështetje akute ndaj drogës dhe varësisë	13
Numrat e urgjencës stomatologjike	13
Asistencë kundërvajtës dhe të burgosur të liruar për gratë	14
Ndihmë për Traumën	15
JADWIGA - Ndihmë me trafikimin e qenieve njerëzore (prostitucioni i detyruar, lypja e detyruar, shfrytëzimi i punës) ose martesë e detyruar	16
Sistemi shëndetësor gjerman, sigurimet shëndetësore	16
Regjistri elektronik i pacientit (ePA)	17
Parandalimi, higjiena, vaksinimi	19
vizita te mjeku	20
Ndihmë për viktimat e dhunës dhe abuzimit	21
Trëndafili i Shkretëtirës - Ndihmë me martesën e detyruar dhe/ose FGM-C	21
Këshillimore për vajza dhe të reja	22
Këshillim dhe terapi traumatike për gratë	22
Këshillim për djem* dhe të rinj*	23
Qendra e Hetimit për Viktimat e Dhunës në Familje	24
HEROJT – Kundër shtypjes në emër të nderit	24
SOLWODI - Qendër Këshillimi për Gratë në Nevojë	25
Këshilla shëndetësore për njerëzit në strehimore	26
Kujdesi shëndetësor për personat pa sigurim shëndetësor	27
Hapur.mjek	27
Shërbimi i Ndihmës Malteser	28
Pastrimi i Shëndetit	29
Pill & Co - Këshilla dhe mbështetje financiare për kontracepsionin	30
Takimet shëndetësore	30
Konsulencë gjinekologjike për femra pa sigurim shëndetësor	32
Të jesh i shëndetshëm në shtëpi – shërbimi i kujdesit në shtëpi për fëmijët e sëmurë	32
Barnat dhe farmacitë	33
Informacione të përgjithshme	33
Medikamente të lira - ndihmë mjekësore	34
Shëndeti mendor dhe trauma	34
Shërbim psikologjik për personat me prejardhje migrimi	34
Psikoterapi dhe këshillim social për personat me përvojë refugjate	35
Shërbimet e këshillimit për shëndetin mendor	36
Këshillimi për krizat dhe parandalimi i vetëvrasjeve	38
Aleanca e Mynihut kundër Depresionit e. V.	39
ANAD e. V. Ndihmë me çrregullimet e të ngrënit	39
Klinika ambulatorë e specializuar për çrregullimet e të ngrënit dhe varësinë ndaj muskujve	40

Qendra e Këshillimit Psikosocial për Kancerin Mynih të Shoqatës Bavareze të Kancerit e. V.	41
Ndihmë për Traumën	41
shëndetin e grave	42
Grupi për vetë-ndihmë për kancerin e grave në Mynih	42
Kanceri i gjirit Gjermani e. V.	43
Konsulencë gjinekologjike për gratë dhe vajzat me kufizime në lëvizje	43
Kontracepsioni - këshilla dhe mbështetje financiare	44
paaftësia	45
Shërbimi ambulator	45
Për fëmijët dhe të rinjtë	46
Zyra e Komisionerit për Personat me Aftësi të Kufizuara dhe Zyra e Specialistëve	46
Ndihma e Aftësisë	47
Rrjeti i dhe për gratë dhe vajzat me aftësi të kufizuara në Bavari	48
iluminizmi	49
Planifikimi familjar, kontracepsioni dhe këshillimi seksual	49
Mbulimi i kostove të kontracepsionit	50
Sëmundjet seksualisht të transmetueshme (IST)	51
Qendra e këshillimit për IST për infeksionet seksualisht të transmetueshme (HIV dhe IST të tjera)	51
Qendrat e këshillimit psikosocial për AIDS	52
Varësia - alkooli, ilaçet, bixhozi dhe droga	53
Këshillim për varësinë e qytetit të Mynihut	53
Qendrat e këshillimit të varësisë Condrobs	54
Kryqi Blu Mynih e. V. – Ndihmë për të varurit	55
Qendra këshillimore për personat e varur dhe ata që janë në rrezik të varësisë	55
Alkoolistët Anonim	56
Qendra për vetëndihmë	57

Shëndeti

Emergjenca - SOS

Numrat e urgjencës

Thirrje e urgjencës

Policia: ☎ **110**

Brigada e zjarrfikësve, shërbimi i shpëtimit: ☎ **112**

Ambulanca, mjeku i urgjencës: ☎ **112**

Numrat e urgjencës në celular funksionojnë gjithmonë, edhe me kartë me parapagesë pa kredi/para!

Thirrja e urgjencës mund të bëhet vetëm në situata aktuale emergjente. Sipas nenit 145, paragrafi 1 nr. 1 i Kodit Penal, abuzimi mund të rezultojë me burgim deri në dy vjet.

Informacion i rëndësishëm kur telefononi 112

- **Kush** po thërret (emri juaj)?
- **Ku** ndodhi diçka (adresa)?
- **Çfarë** ndodhi?
- **Sa** të lënduar apo të sëmurë ka?
- **Çfarë lloj** sëmundjesh apo lëndimesh janë të pranishme?
- **Në pritje** të pyetjeve!

Qëndroni të qetë. Flisni ngadalë dhe qartë në mënyrë që të kuptoheni më mirë. Mos e mbyllni bisedën. Qendra e thirrjeve emergjente ose policia do ta mbyllin telefonatën pasi të jenë transmetuar të gjitha informacionet e rëndësishme.

Shërbimet mjekësore emergjente

Shërbimet mjekësore emergjente

Shërbimet e urgjencës në rast të situatave kërcënuese për jetën

☎ **112**

Numri i urgjencës mund të thirret vetëm në situata urgjente. Abuzimi mund të rezultojë në deri në dy vjet burg.

Shërbimi mjekësor në gatishmëri

☎ **116117**

Linja telefonike falas për sëmundje që nuk janë kërcënuese për jetën.
Ndihma mjekësore ambulatorie ofrohet jashtë orarit të punës.
Ne do t'ju lidhim me një shërbim në thirrje pranë jush.

 E hënë ora 18:00 - e martë 08:00

 E martë ora 18:00 - e mërkurë 08:00

 E mërkurë 13:00 - E enjte 08:00

 E enjte ora 18:00 - e premte 08:00

 E premte ora 13:00 - e hënë 08:00

Në mbrëmjen para një feste publike nga ora 18:00 deri në 8:00 të mëngjesit të ditës së ardhshme të punës (gjithashtu të martën e shenjtë, 24 dhe 31 dhjetor).

Stacionet e ndihmës urgjente të klinikave

Chirurgische Klinik und Poliklinik - Qendra e qytetit

Ambulanz und Notaufnahme

Nußbaumstraße 20

80336 München

 [089/440052611](tel:089440052611)

 24 orë

Klinikum Bogenhausen

Prälinik - Interdisziplinäre Notaufnahme

Englschalkinger Straße 77

81925 München

 [089/92702151](tel:08992702151)

 24 orë

Klinikum Harlaching

Notfallversorgung für Erwachsene

Zentrale Notaufnahme (ZNA)

Sanatoriumsplatz 2

81545 München

 [089/62106666](tel:08962106666)

Klinikum Neuperlach

Zentrale Notaufnahme (ZNA) - Chirurgie

Haus A, Ebene 1

Oskar-Maria-Graf-Ring 51

81737 München

 [089/67942558](tel:08967942558)

Klinikum Neuperlach

Zentrale Notaufnahme (ZNA)

Haus A, Ebene 1

Oskar-Maria-Graf-Ring 51

81737 München

Dhoma e urgjencës së brendshme - Mjekësia e brendshme (Reparti 12)

 [089/67942572](tel:08967942572)

Klinikum Schwabing

24 orë në ditë

Kölner Platz 1

80804 München

Shtëpia 5, kati përdhe

Qasja përmes portës 1 (Isoldenstraße)

Dhoma Qendrore e Urgjencës: [089/30680](tel:08930680)Dhoma Qendrore e Urgjencës - Kirurgjia: [089/30682600](tel:08930682600)Dhoma Qendrore e Urgjencës - Mjekësia e Brendshme: [089/30682210](tel:08930682210) **Klinikum Dritter Orden**

Dhoma e urgjencës

Menzinger Straße 44

80638 München

[089/17951450](tel:08917951450)

Shërbime të tjera në thirrje**Thirrja e urgjencës në rast helmimi** [089/19240](tel:08919240)

24 orë në ditë

Thirrje emergjente telefonike e shurdhër

(Telefon me tekst)

[089/19294](tel:08919294)**Faks urgjence për të shurdhërit**

112

 Klinikum Schwabing - Praktika e Urgjencës

Kölner Platz 1

80804 München

[089/33040302](tel:08933040302)

Nga e hëna në të premte nga ora 19:00 - 22:00

Të shtunave, të dielave dhe festave zyrtare 9:00 - 19:00

 Bereitschaftspraxis Elisenhof - shërbimi i urgjencës

Shërbimi mjekësor në gatishmëri e mjekëve të përgjithshëm të Mynihut

Prielmayerstraße 3

80335 München

[116117](tel:116117)

Të hënën, të martën dhe të enjten nga ora 19:00 - 23:00

Të mërkurën dhe të premten nga ora 14:00 - 23:00

Të shtunave, të dielave dhe festave zyrtare 08:00 - 23:00

 KVB München Süd

Praktikë mjekësore emergjente

Boschetsrieder Straße 72

81379 München

[089/74879999](tel:08974879999)

Të mërkurën dhe të premten nga ora 18:00 - 20:00

 Të shtunave, të dielave dhe festave zyrtare 9:00 - 20:00

Krankenhaus Neuperlach

Bereitschaftspraxis München Süd-Ost

Oskar-Maria-Graf-Ring 51

81737 München

 [089/67339933](tel:08967339933)

 Nga e hëna në të enjte nga ora 19:00 - 21:00

 Të premten 17:00 - 21:00

 Të shtunave, të dielave dhe festave zyrtare 9:00 - 21:00

 Në datat 24 dhe 31 dhjetor, ora 9:00-16:00.

Klinikum Pasing

Praktika e urgjencës mjekësore në Mynih West

Steinerweg 5

81241 München

 [089/88922607](tel:08988922607) , [089/88922608](tel:08988922608)

 Të mërkurën dhe të premten nga ora 16:00 - 20:00

 Të shtunave, të dielave dhe festave zyrtare 9:00 - 17:00

Ndihmë e menjëhershme në krizat mendore dhe urgjencat psikiatrike

 [0800/6553000](tel:08006553000)

 më shumë se 120 gjuhë. Lista e gjuhëve të disponueshme mund të gjendet [këtu](#) .

 Çdo ditë 9:00 - 24:00

Thirrja është pa pagesë.

Mbështetje akute ndaj drogës dhe varësisë

Linja telefonike e urgjencës për personat në rrezik të varësisë - TAL 19 eV

Linja telefonike për varësinë

 [089/282822](tel:089282822)

 24 orë në ditë

Këshillim për varësinë e qytetit të Mynihut

Departamenti i Shëndetësisë

Shtëpi konsulente

Paul-Heyse-Straße 20

80336 München

 [089/23347200](tel:08923347200)

[@suchtberatung.gsr@muenchen.de](mailto:suchtberatung.gsr@muenchen.de)

 Të hënën, të martën, të enjten dhe të premten 9:00 - 12:00

 Nga e hëna në të enjte 13:00 - 17:00

 Të premten ora 13:00 - 15:00

Orari i hapur i konsultimit pa takim paraprak:

 Të martën ora 15:00 - 17:00

 Të premten ora 10:00 - 12:00

Shërbimi i urgjencës së drogës L43 München - Prop e. V.

Landwehrstraße 43

80336 München

 [089/54908630](tel:08954908630)

 24 orë në ditë

Numrat e urgjencës stomatologjike

Referimi në një praktikë të hapur urgjence

Shërbimi i njoftimeve

 [089/7233093](tel:0897233093)

 24 orë në ditë

Referim në një praktikë të hapur urgjence, të gjitha kompanitë e sigurimeve shëndetësore

 [089/30005515](tel:08930005515)

Gjeni vendndodhjen e shërbimit stomatologjik të urgjencës

 [Kërkimi në internet](#)

Shërbimet e urgjencës pediatrike

Ekziston një shërbim i veçantë urgjence për fëmijët dhe të sapolindurit. Numri i telefonit është i njëjtë si për shërbimet e urgjencës:

 **Mjeku i urgjencës pediatrike:** [112](tel:112)

 **Mjeku i urgjencës neonatale:** [112](tel:112)

[Bereitschaftspraxis im Elisenhof](#)

Shërbimi i urgjencës Mynih-Qendra (në stacionin kryesor të trenit)

Prielmayerstraße 3

80335 München

 [116117](tel:116117)

 Të hënën, të martën dhe të enjten nga ora 19:00 - 23:00

 Të mërkurën 14:00 - 23:00 dhe të Premten 14:00 - 23:00

 Të shtunave, të dielave dhe festave zyrtare 08:00 - 23:00

[Klinikum Dritter Orden](#)

Spitali i Fëmijëve – Urgjenca

Franz-Schrank-Straße 8

80638 München

 [089/17951187](tel:08917951187)

[Kinderklinik im Dr. von Hauner'schen Kinderspital](#)

Dhoma e urgjencës

Lindwurmstraße 4

80337 München

 [089/440052811](tel:089440052811)

 Nga e hëna në të premte 9:00 - 16:00

[Departamenti i Fëmijëve, Spitali Harlaching](#)

Sanatoriumsplatz 2

81545 München

 [089/62102717](tel:089/62102717)

 Të shtunave, të dielave dhe festave zyrtare 9:00 - 20:00

Emergjencat trajtohen edhe gjatë pjesës tjetër të kohës.

[Klinikum Schwabing](#)

Urgjenca për Pediatriinë dhe Mjekësinë e Adoleshentëve

Kölner Platz 1

80804 München

Qasja: Parzivalstraße 16

 [089/30682589](tel:089/30682589)

 24 orë në ditë

Ne kemi kontrolluar me kujdes informacionin në këtë faqe. Megjithatë, ne nuk mund të garantojmë që informacioni është i saktë.

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:089/354830)

 www.frauenhilfe-muenchen.de

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

 [089/645169](tel:089/645169)

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Ndhmë, 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:0800/1110333) (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](#)

Shërbimet e urgjencës pediatrike

Shërbimet e urgjencës pediatrike

Ekziston një shërbim i veçantë urgjence për fëmijët dhe të sapolindurit. Numri i urgjencës është i njëjtë si për urgjencat e tjera akute:

 **Mjeku i urgjencës për fëmijë : [112](tel:112)**

 **Mjeku i urgjencës për të sapolindurit : [112](tel:112)**

Dhomat e urgjencës duhet të vizitohen vetëm nëse ka një emergjencë të vërtetë. Për shembull, në rastin e një "sëmundjeje të rëndë dhe kërcënuese për jetën" ose një aksidenti.

Nëse jeni të sëmurë, por nuk ka urgjencë akute dhe zyrat e rregullta të mjekut janë të mbyllura, duhet të kontaktoni mjekun e kujdesit. Ai ofron kujdes mjekësor jashtë orarit normal të zyrës së mjekut. Për shembull, gjatë natës, fundjavave dhe festave publike. Aty do të mësoni se ku mund të shkoni me fëmijën tuaj ose nëse një mjek mund të vijë në shtëpinë tuaj.

 [116117](tel:116117)

 [Bereitschaftspraxis im Elisenhof](#)

Notdienst München-Zentrum

Prielmayerstraße 3

80335 München

 [116117](tel:116117)

 E hënë 19:00 - 23:00
E martë 19:00 - 23:00
E mërkurë 14:00 - 23:00
E enjte 19:00 - 23:00
E premte 14:00 - 23:00
E shtunë, e diel, festë publike 8:00 - 23:00

Kinderabteilung Krankenhaus Harlaching

Sanatoriumsplatz 2
81545 München

 [089/62102717](tel:08962102717)

 Praktika në thirrje:

E shtunë, e diel, festë publike 9:00 - 20:00
Klinika e urgjencës: 24 orë

Klinikum Schwabing

Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendmedizin der Technischen Universität München
Kölner Platz 1 (Zugang: Parzivalstraße 16)
80804 München

 [089/30682589](tel:08930682589)

 Praktika në thirrje:

E shtunë, e diel, festë publike 9:00 - 20:00
Klinika e urgjencës: 24 orë

Klinikum Dritter Orden

Kinderklinik
Notaufnahme
Franz-Schrank-Straße 8
80638 München

 [089/17951187](tel:08917951187)

 24 orë

Kinderklinik im Dr. von Hauner'schen Kinderspital

Notaufnahme
Lindwurmstraße 4
80337 München

 [089/440052811](tel:089440052811)

 24 orë

Shërbimi mjekësor në gatishmëri

Shërbimi mjekësor në gatishmëri

Ndihma mjekësore gjatë natës, fundjavave dhe festave

 [116117](tel:116117)

Numri i telefonit është i vlefshëm për të gjithë Gjermaninë. Është një linjë telefonike për sëmundje jo-kërcënuese për jetën dhe kujdes mjekësor ambulator jashtë orarit të punës. Ne do t'ju ndihmojmë të gjeni një zyrë mjeku pranë jush që është e hapur. Ose ne mund t'ju mbështesim nëse keni nevojë për një mjek që të vijë në shtëpinë tuaj.

- E hënë ora 18:00 - e martë 08:00
- E martë ora 18:00 - e mërkurë 08:00
- E mërkurë 13:00 - E enjte 08:00
- E enjte ora 18:00 - e premte 08:00
- E premte ora 13:00 - e hënë 08:00
- Ora 18:00 në prag të një feste publike - 8:00 e mëngjesit të ditës së ardhshme të punës (përfshirë të martën e shenjtë, 24 dhe 31 dhjetor)

Oferta është pa pagesë.

[Faqja e internetit](#)

Stacionet e ndihmës urgjente të klinikave

Stacionet e ndihmës urgjente të klinikave

Dhomat e urgjencës në spitale janë të hapura gjatë gjithë kohës. Ekziston një ndihmë në dispozicion për njerëzit që kanë një sëmundje serioze dhe kërcënuese për jetën ose nëse ka ndodhur një aksident. Për shembull:

- goditje në tru
- sulmi në zemër
- Lëndimi i shkaktuar nga një aksident
- Lëndimi i kokës
- helmimi

Në të gjitha rastet e tjera, [zyrat e mjekëve](#) ose [shërbimet e kujdesit](#) janë përgjegjës.

Nëse jeni shumë i sëmurë, keni dhimbje të forta ose të lënduar dhe nuk mund të ecni, telefononi ambulancën/mjekun e urgjencës: [112](#)

[Chirurgische Klinik und Poliklinik](#)

Nußbaumstraße 20, 80336 München

[089/440052611](#)

24 orë

[Klinikum Bogenhausen](#)

Engelschalkinger Straße 77, 81925 München

[089/92702151](#)

24 orë

[Klinikum Harlaching](#)

Sanatoriumsplatz 2, 81545 München

[089/62106666](#)

[Klinikum Neuperlach](#)

Oskar-Maria-Graf-Ring 51, 81737 München

[089/67942558](#) (Kirurgji)

[089/67942572](#) (Mjekësi e brendshme)

[Klinikum Schwabing](#)

Kölner Platz 1, 80804 München

Shtëpia 5, kati përdhe
Qasja nëpërmjet: Tor 1, Isoldenstraße
 [089/30680](tel:089/30680) (pallakë ndërprerëse)
 [089/30682600](tel:089/30682600) (Kirurgji)
 [089/30682210](tel:089/30682210) (Mjekësi e brendshme)
 24 orë

 **[Klinikum Dritter Orden](#)**
 Menzinger Straße 44, 80638 München
 [089/17951450](tel:089/17951450)

Shërbime të tjera në thirrje

Shërbime të tjera në thirrje

Qendra e Kontrollit të Helmimeve në Mynih
 [089/19240](tel:089/19240)
 24 orë

Thirrje emergjente telefonike e shurdhër
(Telefon me tekst)
 [089/19294](tel:089/19294)

Faks urgjence për të shurdhërit
 112

 **[Spitali Schwabing](#) - Praktika e Urgjencës**
Sheshi i Këlnit 1
80804 Mynih
 [089/33040302](tel:089/33040302)
 Nga e hëna në të premte 19:00 - 22:00
E shtunë, e diel, festë publike 9:00 - 19:00

 **[Praktika e urgjencës Elisenhof](#)**
Shërbimi mjekësor në gatishmëri e mjekëve të përgjithshëm të Mynihut
Prielmayerstraße 3
80335 Mynih
 [116117](tel:116117)
 E hënë 19:00 - 23:00
E martë 19:00 - 23:00
E mërkurë 14:00 - 23:00
E enjte 19:00 - 23:00
E premte 14:00 - 23:00
E shtunë, e diel, festë publike 08:00 - 23:00

 **[KVB Mynih Jug](#)**
Praktikë mjekësore emergjente
Boschetsrieder Straße 72
81379 Mynih
 [089/74879999](tel:089/74879999)
 E mërkurë dhe e premte 18:00 - 20:00
E shtunë, e diel, festë publike 09:00 - 20:00

Spitali Neuperlach

Praktikë emergjente në Mynih Jug-Lindje
Oskar-Maria-Graf-Ring 51
81737 Mynih

 [089/67339933](tel:089/67339933)

 Nga e hëna në të enjte nga ora 19:00 - 21:00

E premte 17:00 - 21:00

E shtunë, e diel, festë publike 09:00 - 21:00

24 dhe 31 dhjetor, ora 9:00-16:00.

Spitali Pasing

Praktika e urgjencës mjekësore në Mynih West
Steinerweg 5
81241 Mynih

 [089/88922607](tel:089/88922607) , [089/88922608](tel:089/88922608)

 E mërkurë, e premte 16:00 - 20:00

E shtunë, e diel, festë publike 09:00 - 17:00

Mbështetje akute ndaj drogës dhe varësisë**Mbështetje akute ndaj drogës dhe varësisë**

Këshilla është anonime dhe pa pagesë.

Numri i telefonit të urgjencës për të rrezikuarit nga varësia - TAL 19 e. V.

Linja telefonike për varësinë

 [089/282822](tel:089/282822)

 24 orë

**Shërbimi i urgjencës së drogës L43 Munich - Prop e. V.
(me strehim urgjent)**

Landwehrstraße 43
80336 München

 [089/54908630](tel:089/54908630)

 [Faqja e internetit](#)

 24 orë

** [Qendra e Këshillimit të Varësisë së Qytetit të Mynihut](#)**

Departamenti i Shëndetësisë

Shtëpi konsulente

Paul-Heyse-Straße 20

80336 München

 [Faqja e internetit](#)

 E hënë, e martë, e enjte: 9:00 - 12:00 dhe 13:00 - 17:00

 E mërkurë: 13:00 - 17:00.

 E premte: 9:00 - 12:00 dhe 13:00 - 15:00

 [089/23347200](tel:089/23347200)

 suchtberatung.gsr@muenchen.de

 Përthyesit janë në dispozicion me marrëveshje.

Numrat e urgjencës stomatologjike

Numrat e urgjencës stomatologjike

Keni dhimbje dhëmbi? Më pas kontaktoni zyrën e dentistit.

Shumica e dentistëve janë të mbyllur gjatë fundjavave dhe festave publike. Nëse përjetoni dhimbje të papritura të forta në këto ditë, mund të shkoni në një shërbim dentar urgjent. Kjo është për raste shumë urgjente:

Mund të kontaktoni një shërbim urgjence rreth orës në këtë numër telefoni:

 [089/30005515](tel:089/30005515)

 24 orë

Gjatë fundjavave, festave publike dhe fundjavave të gjata mund të gjeni një praktikë të hapur pranë jush këtu. Për ta bërë këtë, futni kodin tuaj postar në fushën e kërkimit:

 [Kërkimi në internet](#)

Asistencë kundërvajtës dhe të burgosur të liruar për gratë

Asistencë kundërvajtës dhe të burgosur të liruar për gratë

A keni marrë një gjobë? Nuk mund të paguani? A duhet të kryeni shërbim në komunitet si pjesë e provës? A ka një urdhër arresti penal kundër jush? Do të futeni në burg së shpejti?

Ju lutem mos ngurroni të na kontaktoni. Ne ofrojmë këshilla për gjobat, kushtet e provës dhe vendosjen dhe përfundimin e shërbimit në komunitet, si dhe para, gjatë dhe pas burgut.

Sa më shpejt të vini, aq më mirë do t'ju ndihmojmë! Ne ofrojmë biseda grua me grua në një mjedis të mbrojtur.

[Shërbimi Social i Grave Katolike në Mynih eV](#) është një shoqatë profesionale e grave në Kishën Katolike. SkF ofron këshilla dhe mbështetje pavarësisht nga përkatësia fetare apo kombësia.

Për kë: Gratë e moshës 21 vjeç e lart që janë dënuar me gjobë ose që u kërkohet të plotësojnë një urdhër pune të urdhëruar nga gjykata.

Këshilla

- para fillimit të burgut
- në burgun e Mynihut dhe në burgun Aichach
- për përgatitjen e shkarkimit
- Ndihmë pas shkarkimit

 Ka përkthyes për anglisht, bullgarisht dhe rusisht.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Qasje pa pengesa në ndërtesa dhe dhoma, si dhe një tualet i aksesueshëm për personat me aftësi të kufizuara, është i disponueshëm.

Oferta është pa pagesë.

Sozialdienst katholischer Frauen München eV
Dachauerstr. 48
80335 München
 www.skf-muenchen.de

Clearinghouse për ndërmjetësim në punë bamirëse dhe menaxhim financiar:

 [089/55981249](tel:08955981249)
 p.schmalenbach@skf-muenchen.de
 8:00 - 17:00

Këshilla para, gjatë dhe pas burgimit:

 [089/559810](tel:089559810)
 Straffaelligenhilfe@skf-muenchen.de
 8:00 - 17:00

Ka [këshillim online](#) për të afërmit e shkelësve.

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Ofron gra, burgim, dënim, burg, gjobë

Ndihmë për Traumën

Ndihmë për Traumën

Ikja dhe shpërngulja për shkak të luftës dhe shpërnguljes i vendosin njerëzit në situata të padurueshme. Shumë prej tyre vuajnë nga pasojat për pjesën tjetër të jetës së tyre. Megjithatë, shumica e njerëzve të traumatizuar marrin ndihmë terapeutike vetëm vonë në jetë. Këtu vjen ndihma jonë për traumën. Ne ju mbështesim që të mësoni të jetoni me pasojat e traumës.

Mbështetja jonë për traumën bazohet në ushtrime fizike të kuptueshme lehtë dhe në metoda të thjeshta njohëse për të forcuar burimet tuaja.

Informacione të mëtejshme dhe regjistrimi mund të gjenden në faqen tonë  [Faqja e internetit](#), shikoni atë!

1. A njihni dikë apo keni nevojë për ndihmë pas një traume? merrni kontakt  [këtu](#).
2. Ne do të gjejmë një ndihmës të parë të përshtatshëm të traumës për ju sa më shpejt të jetë e mundur. Edhe në gjuhën tuaj amtare.
3. Ndihmësi i parë do t'ju kontaktojë personalisht ose në internet. Qëllimi është të reduktohen ankesat individuale dhe të përmirësohet qëndrueshmëria psikologjike.

Për kë: Për shtetasit e vendeve të treta, refugjatët ose personat me mbrojtje shtesë ose leje.

Oferta është pa pagesë.

 Ka përkthyes për arabisht, farsi, frëngjisht, anglisht, rusisht, ukrainisht dhe urdu.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Detyrat bëhen në zyrën tonë, në shtëpinë tuaj ose online. Ka qasje pa pengesa në ndërtesa dhe dhoma.

Ringseisstraße 11a

80337 München

☎ [089/55871688](tel:08955871688)

@ [@traumahilfe@arivalaid.org](mailto:traumahilfe@arivalaid.org)

🕒 Nga e hëna në të premte 9:00 - 16:00

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Ndihma e parë, ndihma e traumës, trajnimi për traumën, mbështetje për shëndetin mendor, arratisje, traumatizimi, vullnetarizëm

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

Qendra Këshillimore JADWIGA

Ne mbështesim gratë,

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

Ne ju këshillojmë dhe ju ndihmojmë në një situatë krize. Është gjithashtu e mundur të gjeni strehim të sigurt ose t'ju ndihmojmë nëse dëshironi të ktheheni në vendin tuaj.

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

🗣 Shqip, arabisht, bullgarisht, anglisht, rumanisht, hungarisht, frëngjisht dhe ukrainas

Për kë: Për gratë dhe vajzat e të gjitha kombësive.

Oferta është pa pagesë.

Fëmijët mund të sillen me vete.

📍 Schwanthalerstr. 79, 80336 München

☎ [089/38534455](tel:08938534455)

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

🕒 9:00 - 15:00

🌐 [Faqja e internetit](#)

Sistemi shëndetësor gjerman, sigurimet shëndetësore

Sistemi gjerman i kujdesit shëndetësor

Në Gjermani, shumë institucione janë pjesë e sistemit të kujdesit shëndetësor. Ka tre fusha:

1. Zyrat e mjekut dhe farmacitë: Ato ofrojnë kujdes mjekësor ambulator. "Ambulator" do të thotë që ju mund të shkoni në shtëpi pas trajtimit.

2. Kujdesi akut në spitale në rast urgjence dhe kujdesi mjekësor në spital. "Stacion" do të thotë që ju qëndroni në spital për trajtim.
3. Mbrojtja shëndetësore: mbrojtja nga infeksionet dhe masat parandaluese. "Parandaluese" do të thotë: oferta që ruajnë shëndetin dhe ndihmojnë në shmangien e sëmundjes.

Kujdesi ambulator dhe spitalor ndihmon njerëzit e sëmurë. Ju mund të vendosni vetë se në cilin mjek apo institucion do të shkoni. Kjo quhet liria e zgjedhjes.

sigurimi shëndetësor

Në Gjermani është i detyrueshëm sigurimi shëndetësor. Pasi të keni një leje qëndrimi, duhet të regjistroheshi në një ofrues të sigurimit shëndetësor. Më pas do të merrni një kartë sigurimi që do t'ju lejojë të përdorni shërbimet mjekësore në të gjithë Gjermaninë. Atëherë do të keni të drejtë për të njëjtat përfitime si të gjithë banorët në Gjermani.

 " [Shëndeti për të gjithë](#) " ofron informacion në 15 gjuhë për temat e mëposhtme:

- sigurimi shëndetësor ligjor dhe privat
- Kujdesi mjekësor
- kartën elektronike të shëndetit
- Vizita te mjeku, konfidencialiteti
- Emergjencat
- Parandalimi dhe zbulimi i hershëm i sëmundjeve
- sigurimi i kujdesit infermieror

Për më shumë informacion në gjuhë të tjera, ju lutemi vizitoni  [Migrimi dhe shëndeti](#) .

Mirë për të ditur

Spitalet ofrojnë trajtim urgjent. Kjo do të thotë kur njerëzit janë të sëmurë rëndë ose të lënduar në rrezik për jetën. Për lëndime të lehta ose sëmundje, mund të shkoni në [zyrën e mjekut](#) . Aty do të merrni ndihmë të mirë.

Ju gjithashtu mund të keni nevojë për një mjek gjatë natës ose në fundjavë. Por nuk është gjithmonë një emergjencë. Pastaj mund të shkoni te [mjeku kujdestar](#) .

Nëse keni dhimbje dhëmbi, mund të shkoni te dentisti. Në fundjavë ka një [shërbim stomatologjik urgjent](#) .

Këtu mund të gjeni informacione për [farmacitë](#) dhe cilat janë të hapura gjatë natës ose në fundjavë.

Në rast emergjence

Jeni lënduar rëndë ju apo dikush i afërt me ju? Apo ka një tjetër urgjencë mjekësore? Më pas telefononi shërbimet e shpëtimit dhe urgjencës:

 [112](#)

Regjistri elektronik i pacientit (ePA)

Regjistri elektronik i pacientit (ePA)

Regjistri elektronik i pacientëve do të futet në Gjermani më 15 janar 2025. Kjo do të thotë që krijohet një skedar dixhital për çdo person me sigurim ligjor. Nëse nuk ka një kundërshtim, atëherë asnjë skedar nuk do të krijohet.

A është i detyrueshëm përdorimi i skedarit?

Jo, përdorimi është vullnetar. Para se të kundërshtoni, duhet të merrni parasysh avantazhet dhe disavantazhet e një skedari të tillë.

Çfarë thotë dosja?

Skedari ruan të dhëna të rëndësishme shëndetësore të një personi. Për shembull, gjetjet, letrat e mjekut, diagnozat, masat terapeutike, mjekimet. Sa herë që vizitoni zyrën e mjekut ose spitalin, mbahet një procesverbal për atë që është zbuluar për shëndetin tuaj, çfarë analizash keni bërë dhe çfarë medikamente jeni duke marrë.

E rëndësishme: Ju mund të vendosni në çdo kohë dhe në mënyrë të pavarur se cilat të dhëna ruhen dhe cilat të dhëna janë të kufizuara, të fshehura ose të fshira.

Kush tjetër sheh çfarë ka në dosjen time përveç meje?

Vetëm mjekët kurues kanë qasje në të dhënat. Duke skanuar kartën tuaj shëndetësore, të dhënat tuaja mund të shikohen për maksimum 90 ditë.

Kompania e sigurimeve shëndetësore nuk ka qasje në të dhënat.

E rëndësishme: Ju mund të vendosni në çdo kohë dhe në mënyrë të pavarur se kush mund t'i shikojë të dhënat dhe kujt duhet t'i mohohet qasja ose të drejtat e leximit.

Cilat janë avantazhet e të dhënave elektronike të pacientit (ePA) ?

- Siguri dhe saktësi më e madhe në përshkrimin e barnave, pasi mjekët kanë një pasqyrë më të detajuar të situatës tuaj aktuale të trajtimit.
- Komunikim më i lehtë ndërmjet zyrave të mjekut, spitaleve dhe objekteve të tjera mjekësore.
- Të dhënat nuk mund të humbasin ose dëmtohen.
- Komunikimi më i lehtë midis pacientit dhe mjekut në rast të pengesave gjuhësore.

Si mund ta shikoj dhe menaxhoj skedarin tim?

Mund ta shikoni dhe menaxhoni skedarin tuaj duke përdorur një aplikacion nga kompania juaj e sigurimit shëndetësor. Të dhënat e aksesit do t'i merrni nga kompania juaj e sigurimit shëndetësor.

☛ Sistemi përmes të cilit mund të menaxhoni të dhënat tuaja dhe të drejtat e aksesit është në gjermanisht.

Çfarë mund të bëj nëse nuk dua të krijohet një skedar për mua?

Ju mund të kundërshtoni krijimin e skedarit tuaj. Për personat e siguar që nuk janë në gjendje të kundërshtojnë vetë, kjo mund të bëhet me përfaqësim ligjor. Pyesni kompaninë tuaj të

sigurimit shëndetësor se si mund të paraqisni kundërshtimin tuaj.

E rëndësishme: Nuk ka afate fikse. Kundërshtimi mund të bëhet në çdo kohë, edhe në mënyrë retrospektive, edhe nëse dosja është përdorur tashmë. Në këtë rast, ai do të mbyllet dhe qasja do të çaktivizohet përgjithmonë.

Më shumë informacion:

 [Faqja e internetit e Ministrisë Federale të Shëndetësisë](#)

 [Faqja e internetit e Shoqatës Kombëtare të Mjekëve Statutore të Sigurimeve Shëndetësore](#)

Kam një pyetje:

 [Shëndeti Dyqan Munich eV](#)

 [089/772565](tel:089772565)

 mail@gl-m.de

Konsultimi është pa pagesë.

Parandalimi, higjiena, vaksinimi

Parandalimi, higjiena, vaksinimi

Ekzaminimet për parandalim dhe zbulim të hershëm

Shumë sëmundje dhe paaftësi mund të kurohen ose trajtohen nëse zbulohen herët. Kompania juaj e sigurimit shëndetësor do të paguajë për ekzaminimet e nevojshme. Problemet shëndetësore ose faktorët e rrezikut gjithashtu mund të identifikohen në një fazë të hershme. Cilat ekzaminime janë të rëndësishme për ju varet kryesisht nga mosha dhe gjinia juaj.

Informacion më të detajuar rreth provimeve mund të gjeni në broshurë  " [Shëndet për të gjithë](#) " ose në faqen e internetit të  [Ministria Federale e Shëndetësisë](#) . Ju gjithashtu mund të pyesni ofruesin tuaj të sigurimit shëndetësor se cilat janë këto teste.

higjienës

Higjiena e mirë ndihmon që të mos sëmureni vetë. Larja e shpeshtë e duarve është po aq e rëndësishme sa higjiena e pastër e tualetit.

Në faqen kryesore të Qendrës Federale për Edukimin Shëndetësor do të gjeni  [Këshilla për higjienën](#) .

Mbrojtja nga vaksinimi

Çdo ditë biem në kontakt me viruse, baktere ose kërpudha. Ky kontakt mund të çojë në sëmundje, por jo domosdoshmërisht. Shpesh trupi mund të përballet vetë me viruset, bakteret ose kërpudhat.

Sëmundjet ngjitëse mund të transmetohen nga personi në person ose, në disa raste, nga ushqimi ose sendet. Disa sëmundje transmetohen nga kafshët te njerëzit.

Ju mund të vaksinoheni për **të mbrojtur veten nga disa sëmundje infektive**, si gripi, shytat, lija e dhenve, fruthi ose rubeola. Mjeku juaj i familjes është më i miri për t'ju këshilluar se cilat vaksina janë të përshtatshme për ju. Disa vaksina duhet të përsëriten pas një periudhe të caktuar kohe për të siguruar që mbrojtja të mos humbasë.

 www.impfen-info.de

Rekomandimet aktuale të vaksinimit nga Instituti Robert Koch mund të gjenden në  [Kalendari i vaksinimit](#) në 20 gjuhë.

vizita te mjeku

vizita te mjeku

Mjek i përgjithshëm - specialist

Nëse jeni të sëmurë, mund të shkoni te mjeku i familjes. Ju mund të vendosni vetë se cilën praktikë dëshironi të vizitoni.

Mjekët e përgjithshëm zakonisht janë të hapur gjatë gjithë ditës të hënën, të martën dhe të enjten. Zyra e mjekut mund të jetë e mbyllur të mërkurën dhe të premten pasdite. Orari i hapjes përcaktohet nga vetë mjekët e përgjithshëm. Prandaj, lini një takim nëse keni nevojë për ndihmë mjekësore.

Mjekët e familjes janë pika juaj e parë e kontaktit nëse jeni të sëmurë. Ata kryejnë ekzaminime të rëndësishme dhe vendosin për mjekimet e nevojshme. Ata gjithashtu mund të përcaktojnë nëse një ekzaminim specialist është i nevojshëm.

Nëse është e nevojshme, do t'ju referohen më pas në një praktikë të specializuar. Aty mund të kryhen ekzaminime më specifike.

pediatër

Fëmijët zakonisht ekzaminohen nga pediatër. Kontrollat dhe vaksinimet e rregullta parandaluese janë të rëndësishme për shëndetin e çdo fëmije. Ekzaminimet parandaluese, të cilat janë të përcaktuara dhe të detyrueshme me ligj në Bavari, quhen "U-Untersuchungen". Ato zhvillohen në një kohë të caktuar dhe janë pa pagesë. Ju lutemi konsultohuni me një pediatër për informacion në lidhje me "[Ekzaminimet U](#)".

Gjinekolog (gjinekolog)

Është e rëndësishme që gratë të ekzaminohen rregullisht nga një gjinekolog. Në këtë mënyrë, sëmundjet mund të zbulohen në kohën e duhur. Aty mund të diskutoni edhe kontracesionin.

Stomatologu

Nëse keni dhimbje dhëmbi, shkoni te një dentist. Ju mund të zgjidhni se në cilën praktikë dëshironi të shkoni.

Informacion mbi kujdesin shëndetësor përmes kompanisë së sigurimeve shëndetësore

Kur shkoni te mjeku, paraqitni kartën tuaj të sigurimit shëndetësor. Me këtë, shumica e ekzaminimeve janë pa pagesë për ju. Ju duhet të paguani vetë për disa ekzaminime. Ju do të duhet të paguani vetë një pjesë të kostos së terapive (p.sh. fizioterapia) dhe ndihmës (p.sh. fashat). Personat me të ardhura të ulëta mund të aplikojnë për të mos paguar këtë bashkëpagesë. Pyesni ofruesin tuaj të sigurimit shëndetësor.

Shpenzimet e trajtimit dentar paguhen nga kompania e sigurimit shëndetësor. Nëse një dhëmb duhet të rinovohet ose zëvendësohet, ju do të duhet të paguani vetë një pjesë të kostos.

Shpenzimet për trajtimin spitalor mbulohen gjithashtu nga kompania e sigurimit shëndetësor. Megjithatë, ju do të duhet të paguani nga 10 deri në 50 euro për çdo ditë në spital. Nga kjo mund të përjashtohen edhe personat me të ardhura të ulëta.

Ndihmë për viktimat e dhunës dhe abuzimit

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 martesa 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:+49(0)8945216350)

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

Këshillimore për vajza dhe të reja

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

Qendra e këshillimit IMMA ndihmon vajzat dhe të rejat 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

Këshillim dhe terapi traumatike për gratë

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 (parandalim dhe ndërhyrje).

Gratë* dhe vajzat* do të thotë: të gjithë personat që identifikohen si gra ose vajza.

Këtu punojnë vetëm gratë.

Ne mund t'ju ndihmojmë me telefon, email ose kur të vini tek ne.

Ju nuk duhet të na tregoni emrin tuaj dhe nuk keni pse të na tregoni se çfarë gjëje e tmerrshme ju ka ndodhur.

- Ju 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.
- Ju mund t'i nënshtroheni terapisë së traumës me ne nëse kemi një vend terapie falas.
- Ne ju mbështesim dhe ju shoqërojmë nëse dëshironi të paraqisni ose keni bërë një kallëzim penal.
- Ne ju shpjegojmë të drejtat tuaja.

Mësoni më shumë

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

 Përkthyesit janë në dispozicion sipas nevojës.

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.

Wildwasser München e. V.

Thomas-Wimmer-Ring 9

80539 München

 [089/60039331](tel:08960039331)

[@beratung@wildwasser-muenchen.de](mailto:beratung@wildwasser-muenchen.de)

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Fëmijëria, gjinia, përdhunimi, abuzimi, keqtrajtimi, e kaluara, stresi psikologjik, trauma

Këshillim për djem* dhe të rinj*

KIBS - Qendra kontaktuese, informuese dhe këshilluese për djem* dhe të rinj* në rastet e dhunës seksuale dhe/ose në familje

Ne ju ofrojmë këshilla personale. Ju mund të zgjidhni nëse dëshironi të këshilloheni nga një profesionist femër apo mashkull. Nëse dëshironi të merrni këshilla me telefon, është e mundur që numri juaj i telefonit të mbetet anonim. Ne ofrojmë mbështetje për traumën dhe familjen. Ekziston edhe një program në grup për djemtë* që kanë qenë dëshmitarë të dhunës në familje.

 Ky simbol do të thotë që përfshihen të gjithë njerëzit që identifikohen si djalë ose burrë: *

Për kë:

- Djem* dhe të rinj* deri në 27 vjeç të cilët janë të prekur nga dhuna seksuale
- Djem* 6 vjeç e lart që kanë qenë dëshmitarë të dhunës në familje

- Djem* nën 14 vjeç që sillen në mënyrë seksualisht abuzive
- Prindërit, të afërmit, miqtë dhe bashkëmoshatarët, kujdestarët dhe profesionistët e tjerë

Shërbimi është pa pagesë dhe, nëse dëshironi, anonim.

 Nga e hëna në të premte nga ora 10:00 - 17:00

KIBS - Beratung für Jungen und junge Männer

 [Landwehrstraße 34, 80336 München](#)

 mail@KIBS.de

 [+49 \(0\) 892317169120](tel:+49(0)892317169120)

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

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.

HEROJT – Kundër shtypjes në emër të nderit

HEROES - Kundër shtypjes në emër të nderit

Në projektin HEROES , të rinjtë nga mosha 15 deri në 21 vjeç trajnohen për t'u bërë shumëfishues për të drejta të barabarta. Në seancat tona të trajnimit javor, ne shqyrtojmë në mënyrë kritike shtypjen në emër të nderit. Ne ulemi së bashku dhe diskutojmë tema të tilla si nderi, identiteti, rolet gjinore, racizmi, paragjykimet, të drejtat e njeriut dhe barazia.

Seancat stërvitore zhvillohen të enjten nga ora 17:30. deri në orën 19:30.

Pas rreth nëntë muajsh ju quheni HERO . Si HERO , ju mund të zhvilloni seminare në shkolla dhe ambiente rinore së bashku me drejtuesit e grupit. Në këto punëtori, temat u prezantohen të rinjve të tjerë përmes lojërave me role dhe diskutimeve. Prandaj, pjesëmarrësit ua përcjellin të tjerëve idetë që kanë marrë.

[Mësoni më shumë](#)

Për kë: të rinj meshkuj me sfond migrimi midis 16 dhe 23 vjeç me aftësi të mira të gjuhës gjermane (të paktën niveli B2).

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Oferta është pa pagesë.

Kushdo që kryen një seminar do të marrë një kompensim shpenzimesh.

HEROES München

Goethestraße 53

80336 München

 [089/544247-39](tel:08954424739) / -40

 heroes@awo-muenchen.de

 E mërkurë ora 10:00 - 14:00

E enjte ora 17:00 - 20:00

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Djemtë, koha e lirë, vullnetarizmi

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

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

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

Ky tekst përmban informacion mbi temat e mëposhtëm të kërkimit:
Prostitucion, dhunë ndaj grave, dhunë seksuale, prostitucion të detyruar

Këshilla shëndetësore për njerëzit në strehimore

Këshilla shëndetësore për njerëzit në strehimore

A jeni duke qëndruar në akomodim dhe keni një pyetje në lidhje me shëndetin? Jeni shtatzënë apo sapo keni lindur një fëmijë? A ka nevojë fëmija juaj për diçka? Ne ofrojmë këshilla për çështje të lidhura me shëndetin. Konsultimi do të bëhet në banesën tuaj.

☎Mbështetja nga përkthyes është e mundur.

🌐[Mësoni më shumë](#)

Oferta gjatë shtatzënisë dhe periudhës pas lindjes:

- Mamitë e familjes ju këshillojnë për përgatitjen për lindje, kujdesin parandalues dhe higjienën
- Mamitë e familjes ju këshillojnë për FGM (prerja gjenitale femërore), HIV dhe hepatitin
- Ne ju mbështesim në lidhjen me mjekët dhe klinikat e maternitetit

Cili është ndryshimi midis një mamie dhe një mamie familjare?

Një mami është përgjegjëse për ekzaminimin fizik dhe këshillimin. Një mami e familjes ofron gjithashtu mbështetje psikosociale. Për shembull, kur ndiheni të pasigurt, të stresuar ose të mbingarkuar.

Oferta pas lindjes:

- Mamitë familjare ju këshillojnë për temat e mëposhtme: ushqyerja me gji, ushqyerja, kujdesi, gjumi, ndërveprimi midis prindërve dhe fëmijës
- Kontrolli i peshës
- Ne ju mbështesim në lidhjen me mjekët për fëmijë dhe adoleshentë

Mamitë e familjes do të vijnë tek ju derisa fëmija të jetë tre muajsh. Më pas mund t'ju referojmë në pozicione të tjera.

Oferta për fëmijë deri në 6 vjeç:

- Kujdestarët tanë mund t'ju vizitojnë ju dhe fëmijën tuaj direkt në banesë. Ka gjithashtu orë konsultimi dhe seanca trajnimi në grup në akomodime.
- Ne ju mbështesim në lidhjen me mjekët për fëmijë dhe adoleshentë

Ne ofrojmë këshilla për temat e mëposhtme: ushqyerja me gji, ushqyerja, gjumi, vaksinat, shëndeti i dhëmbëve, parandalimi i aksidenteve dhe FGM (gjymtimi i organeve gjenitale femërore).

Infermieret kujdesen për familjet me foshnja dhe fëmijë deri në 6 vjeç. Për fëmijët më të rritur, ne mund t'ju referojmë në vende të tjera.

Oferta për personat 6 vjeç e lart:

- Ne përcaktojmë se çfarë është e nevojshme
- Ne ju këshillojmë për tema shëndetësore, mjekësore dhe integruese
- Ne ju këshillojmë se si të merreni me sëmundjet dhe paaftësitë kronike
- Ne ju këshillojmë për të ushqyerit, terapitë ose marrjen e medikamenteve
- Ne ju mbështesim nëse dëshironi të kontaktoni një mjek ose klinikë

Oferta është pa pagesë.

 [089-23347322](tel:089-23347322)

 [@gvo14.gsr@muenchen.de](mailto:gvo14.gsr@muenchen.de)

 Nga e hëna në të premte nga ora 9:00 - 12:00, pas kësaj një aparat telefonik është aktiv.

Kujdesi shëndetësor për personat pa sigurim shëndetësor

Hapur.mjek

Hapur.mjek

Open.med është një pikë kontakti mjekësor dhe shërbim këshillimi social për personat që nuk kanë sigurim shëndetësor.

 [Mësoni më shumë](#)

Për kë: Persona pa sigurim shëndetësor ose me akses të kufizuar në kujdesin shëndetësor, persona të pastrehë.

 gjermanisht, bullgarisht, rumanisht, turqisht dhe anglisht.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Oferta është pa pagesë.

Ärzte der Welt e. V.
Dachauerstraße 161
80636 München

 [0177/5116965](tel:0177/5116965)

 Dachauerstrasse 161

Orari i hapur i konsultës mjekësore:

 E martë 16:00 - 19:00

 E premte ora 10:00 - 13:00

Orari i konsultimit për fëmijët:

🕒 Çdo të mërkurë 1 dhe 3 të muajit: 17:00 - 18:00

Orari i konsultimit për gratë:

🕒 Çdo të enjte të dytë dhe të katërt të muajit, ora 10:00 - 13:00

Orari i konsultimit për pacientët me sëmundje kronike:

🕒 Ju lutemi lini një takim.

Konsulta psikiatrike:

🕒 Ju lutemi lini një takim.

Orari i konsultimit psikoterapeutik:

🕒 Ju lutemi lini një takim.

Autobusi i trajtimit**Stacioni kryesor:**

📍 Bayerstraße 10, 80335 Mynih

🕒 E mërkurë 16:00 - 18:30

Mbrojtja gjatë natës:

📍 Helene-Wessel-Bogen 27, 80939 München (House 12)

nga 6 maj 2024: 📍 Lotte-Branz-Str. 5, 80939 München

🕒 Nga 1 tetor deri më 31 mars: e hënë 18:00 - 20:00

🕒 Nga 1 prilli deri më 30 shtator: e hënë 19:00 - 21:00

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

i pasiguruar, klering, statusi i sigurimit, kontracepsioni

Shërbimi i Ndihmës Malteser**Shërbimi i Ndihmës Malteser**

Ne ndihmojmë njerëzit që jetojnë në Mynih dhe nuk kanë sigurim shëndetësor. Mund të vini tek ne nëse sëmureni, lëndoheni ose shtatzënë papritur. Më pas një mjek do të kryejë ekzaminimin dhe do të ofrojë kujdes urgjent.

Ne do t'ju këshillojmë në detaje përpara ekzaminimit mjekësor.

Ne gjithashtu mbështesim njerëzit që duan të bashkohen ose të kthehen në sigurimin shëndetësor. Ne flasim me kompanitë gjermane të sigurimeve shëndetësore, zyrat dhe autoritetet e mirëqenies sociale dhe, nëse është e nevojshme, ju shoqërojmë në takimet me autoritetet.

[Mësoni më shumë](#)

Për kë: Për të gjithë personat pa sigurim shëndetësor

🗣️ Përkthyes për rumanisht dhe bullgarisht do të jenë në terren të martën dhe të enjten.

Fëmijët mund të sillen me vete.

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

Oferta është pa pagesë.

Mund të caktoni një takim ose të vini në orët tona të hapura të konsultimit. Ju nuk keni nevojë për një takim për orët tona të hapura të konsultimit.

📞 Orari i hapur i konsultimit :

Dentisti: e martë 9:30 - 12:30, e enjte 1:30 - 16:00

Për të rriturit: e martë 9:30 - 12:30, e enjte 13:30 - 16:00

Për fëmijët: Çdo të mërkurë të dytë të muajit 14:30 - 16:30.

Për femrat: Çdo të mërkurë 1, 3 dhe 5 të muajit 9:30 - 11:30

Malteser Hilfsdienst

Streitfeldstraße 1

81673 München

☎ [089/43608554](tel:08943608554)

@malteser-medizin-muenchen@malteser.org

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

kujdes mjekësor të pasiguruar, shëndetësi, të pasiguruar, status sigurimi, këshillim kontraceptiv

Pastrimi i Shëndetit

Pastrimi i Shëndetit

Nëse nuk keni sigurim shëndetësor ose nuk e dini nëse jeni të mbuluar, ne jemi këtu për ju. Ne ofrojmë ndihmë për njerëzit pa sigurim shëndetësor ose kur statusi i tyre i sigurimit është i paqartë. Ne ju këshillojmë për të gjitha çështjet që kanë të bëjnë me sistemin e kujdesit shëndetësor. Tek ne do të gjeni zgjidhje se si mund të merrni kujdes shëndetësor.

Ne do të sqarojmë se kush do të mbulojë kostot e trajtimit tuaj në mjekun ose spitalin. Nëse nuk keni para për trajtimin e nevojshëm mjekësor, është e mundur që në raste individuale të mbulohen shpenzimet.

Mbështetja jonë nuk varet nga shtetësia ose statusi i qëndrimit.

Për kë: Për njerëzit pa sigurim shëndetësor dhe ata që nuk kanë para ose shumë pak para.

Ka përkthyes

Shërbimi është pa pagesë dhe anonim.

Clearingstelle Gesundheit Condrobs eV

Corneliusstr. 2

80469 München

☎ [089/716717790](tel:089716717790)

@pastrimi.gesundheit@condrobs.de

📞 me termin telefonik

🌐 <https://www.condrobs.de/einrichtungen/clearingste...>

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

kujdes mjekësor, të pasiguruar, fondi shëndetësor, këshillim për kontraceptivë

Pill & Co - Këshilla dhe mbështetje financiare për kontracepsionin

Pill & Co - Këshilla dhe mbështetje financiare për kontracepsionin

Ne i mbështesim gratë në financimin e kontracepsionit. Qoftë kontraceptivë hormonalë apo johormonalë, mund të konsultoheni me mjekun tonë për atë që është e përshtatshme për ju. Ne gjithashtu mund të ofrojmë kontracepsion 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 hënën 08:30 - 13:00 dhe 14:00 - 18:00

🕒Të martën 9:00 - 13:00 dhe 14:00 - 17:00

🕒Të mërkurën 08:30 - 10:30 dhe 14:00 - 18:00

🕒Të enjten 9:00 - 13:00 dhe 14:00 - 17:00

🕒Të premten 9:00 - 15:00

Pro Familia e. V.

📍[Türkenstraße 103, 80799 München](#)

@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 kontraceptivët**

Takimet shëndetësore

GesundheitsTreffs

Dëshironi të flisni me një mjek? A keni pyetje në lidhje me ushqimin, shëndetin mendor, kujdesin për të afërmit apo një diagnozë? A keni pyetje në lidhje me një mjekim apo një vaksinim?

Ne jemi të lumtur t'ju përgjigjemi të gjitha pyetjeve tuaja në lidhje me shëndetin. Shëndeti i fëmijëve dhe të rinjve është veçanërisht i rëndësishëm për ne. Ne do t'ju ndihmojmë të gjeni zyrën e duhur të mjekut ose nëse dëshironi të lini një takim. Ne do t'ju këshillojmë dhe do t'ju ndihmojmë të gjeni ofertën e duhur. Ne ju mbështesim gjithashtu në plotësimin e aplikacioneve. Ne ju mbështesim gjatë shtatzënisë dhe pas lindjes.

Ne gjithashtu, për shembull, mund të masim presionin e gjakut dhe sheqerin në gjak ose të kryejmë një test dëgjimi/test të syve.

Ekipi ynë përbëhet nga mjekë, punonjës socialë, punonjës të kujdesit shëndetësor dhe infermierë pediatrik. Ne punojmë gjithashtu me mamitë, spitalet dhe institucionet sociale.

Të gjitha ofertat janë pa pagesë. Ju nuk keni nevojë të keni sigurim shëndetësor.

Konsultimi është anonim.

☑️Ka edhe njerëz që mund të përkthejnë. Ju lutemi na tregoni paraprakisht se cilën gjuhë dëshironi.

Ju mund të sillni fëmijët tuaj.

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

🌐 [Faqja e internetit](#)

📍 GesundheitsTreff Hasenberg
Wintersteinstraße 14
80933 München
☎️ [089/233772508](tel:089233772508)
@ gesundheit-hasenberg.gsr@muenchen.de
📱 [Fletushkë](#)

📍 GesundheitsTreff Riem
Willy-Brandt-Allee 44
81829 München
☎️ [089/233728720](tel:089233728720)
@ gesundheit-riem.gsr@muenchen.de
📱 [Fletushkë](#)

📍 Mobiler GesundheitsTreff Moosach
Dachauer Straße 270b
80992 München
☎️ [089/233772504](tel:089233772504)
@ gesundheit-moosach.gsr@muenchen.de

📍 GesundheitsTreff Neuperlach
Quiddestraße 15
81735 München
☎️ [089/45350018](tel:08945350018)
@ gesundheit-neuperlach.gsr@muenchen.de

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Edukimi, familja, sporti

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

Të jesh i shëndetshëm në shtëpi – shërbimi i kujdesit në shtëpi për fëmijët e sëmurë

Të jesh i shëndetshëm në shtëpi - shërbimi i kujdesit në shtëpi për fëmijët e sëmurë

Të jesh i shëndetshëm në shtëpi i ndihmon prindërit që nuk mund të qëndrojnë në shtëpi për shkak të angazhimeve të punës për t'u kujdesur vetë për fëmijën e tyre të sëmurë. Për këtë qëllim, ne ofrojmë një ndihmës vullnetar me një njoftim të shkurtër, i cili do të kujdeset dhe kujdeset me siguri për fëmijën e sëmurë në shtëpinë e njohur prindërore, në mënyrë që fëmija të shërohet në paqe.

Për këtë: Oferta u drejtohet prindërve që janë të punësuar ose në trajnim.

Kërkesat:

Ju jetoni në Mynih ose në rrethin e Mynihut.

Fëmija juaj i sëmurë është të paktën 6 muajsh dhe jo më shumë se 12 vjeç.

Jeni të punësuar ose në trajnim.

Ata kanë nevojë për kujdes të paktën 3 dhe maksimumi 6 orë në ditë.

Çdo orë kujdes kushton 6.50 euro. Përveç kësaj, ka kosto të udhëtimit MVG.

Në rast vështirësish financiare, shpenzimet mund t'i mbulojmë me donacione.

 Altheimer Eck 13, 80331 München

 [089/2904478](tel:0892904478)

 info@zhgw.de

 E hënë - e premte 9.00 - 13.00

 www.zhgw.de

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Kujdesi për fëmijët gjatë sëmundjes, Kujdesi për një fëmijë në rast sëmundjeje,

Kujdesi për fëmijët e sëmurë, Sëmundja e një fëmije, Fëmija im është i sëmurë

Barnat dhe farmacitë

Informacione të përgjithshme

Informacione të përgjithshme

Nëse keni nevojë për ilaçe, mund t'i blini në farmaci. Disa medikamente, të tilla si antibiotikët, kërkojnë një recetë. Kjo do të thotë që ju nuk mund t'i blini ato pa recetë. Ju do të merrni recetën nga mjeku juaj. Me këtë recetë mund ta merrni ilaçin në çdo farmaci. Edhe me recetë, jo të gjitha medikamentet zakonisht janë falas.

Shërbimi i urgjencës së farmacisë

Nëse keni nevojë për mjekim jashtë orarit normal të hapjes së farmacisë, mund të përdorni shërbimin e urgjencës së farmacisë. Farmacitë në qytet marrin me radhë për të siguruar akses në mjekim gjatë natës ose gjatë fundjavave.

Ju lutemi vini re se disa euro do t'i shtohen çmimit të zakonshëm të ilaçeve gjatë orarit të shërbimit të urgjencës.

Mund të zbuloni se në cilën farmaci në zonën tuaj është aktualisht në shërbim urgjent 

meinestadt.de zbuloni. Për ta bërë këtë, futni kodin postar (ZIP) të adresës së shtëpisë tuaj në

dritaren e dhënë.

Medikamente të lira - ndihmë mjekësore

Medikamente të lira - ndihmë mjekësore

A keni >> [Mynich Pass](#) ? Më pas mund të merrni medikamente që duhet t'i paguani vetë me një çmim të reduktuar në disa farmaci. Këto janë medikamente që mund të blihen pa recetë.

Nëse keni nevojë për një ilaç të tillë, ju lutemi flisni me mjekun tuaj. Më pas do t'ju lëshohet një e ashtuquajtur "recetë e gjelbër" ose një recetë private. Nëse e paraqisni këtë së bashku me lejen tuaj të Mynihut në një farmaci pjesëmarrëse, do ta merrni ilaçin me një çmim dukshëm më të ulët.

 [Informacione të mëtejshme](#)

Këtu do të gjeni  [Vendndodhja](#) e farmacive pjesëmarrëse.

Shëndeti mendor dhe trauma

Shërbim psikologjik për personat me prejardhje migrimi

Shërbim psikologjik për personat me prejardhje migrimi

Ky shërbim ofron këshillim të ndjeshëm ndaj kulturës dhe në gjuhën amtare për migrantët. Konsulentët kanë njohuri specifike për kulturën dhe shpesh përvojën e tyre në fushën e migracionit. Ata marrin parasysh prejardhjen kulturore dhe fetare dhe kuptojnë shqetësimet tuaja. Konsulentët do të punojnë me ju për të gjetur zgjidhje:

- nëse keni pyetje në lidhje me prindërimin
- nëse ka konflikte/probleme në martesën/partneritetin apo në familjen tuaj
- në raste sëmundjesh mendore, stresi apo krizash
- me probleme specifike të migracionit

Oferta është pa pagesë.

Konsultimi i nënshtrohet konfidencialitetit. Kjo do të thotë se askush nuk do të dijë se çfarë është diskutuar gjatë konsultimit.

Caritas München, Bayerstraße 73, 80335 München

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Për kë: Për emigrantët e rinj, qytetarët e BE-së dhe refugjatët

 Konsultimi do të bëhet në gjuhën tuaj amtare. Ose konsulenti mund të flasë gjuhën tuaj ose ka dikë që të përkthejë.

Ju mund të sillni fëmijët tuaj.

☎ [089/23114960](tel:08923114960)

@ pda@caritasmuenchen.org

🌐 [faqe interneti](#)

Orari i hapur i konsultimit - nuk keni nevojë për një takim:

🕒 E hënë, e mërkurë, e enjte dhe e premte ora 10:00 - 12:00

🕒 E martë ora 12:00 - 13:00

📍 Arbeiterwohlfahrt München, Goethestraße 53, 80336 München

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Për kë: Fëmijë, adoleshentë dhe të rritur që jetojnë në Mynih.

Ju lutemi lini një takim:

☎ [089/54424753](tel:08954424753)

🗣 turqisht, gjermanisht, anglisht

🕒 Nga e hëna në të premte 11:00 - 12:00

☎ [089/4424762](tel:0894424762)

🗣 boshnjake, kroate, serbe, gjermane

🕒 Nga e hëna në të enjte 11:00 - 12:00

@ psiko.migration@awo-muenchen.de

🌐 [Faqja e internetit](#)

Psikoterapi dhe këshillim social për personat me përvojë refugjate

Psikoterapi dhe këshillim social për personat me përvojë refugjate

Ne mbështesim njerëzit që kanë ikur nga lufta, persekutimi dhe torturat. Njerëzit shpesh kanë përjetuar gjëra të tmerrshme dhe ende vuajnë nga pasojat sot. Ne punojmë me metoda të ndryshme. Terapia mund të bëhet individualisht ose në grup. Sigurimi shëndetësor nuk është i nevojshëm.

Oferta është pa pagesë.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Për kë: Për personat 18 vjeç e lart.

🗣 Ka përkthyes.

Ofertë speciale për fëmijë dhe të rinj

Ne ofrojmë terapi individuale ose grupore për fëmijët dhe të rinjtë që vuajnë nga përvojat e tyre në vendin e tyre të origjinës ose gjatë arratisjes. Terapia zakonisht zhvillohet për një orë në javë me përkthyes. Ne ofrojmë gjithashtu këshillim social-edukativ. Sigurimi shëndetësor nuk kërkohet!

Për kë: Për fëmijët dhe të rinjtë deri dhe duke përfshirë 17 vjeç (përfshirë refugjatët e mitur të pashoqëruar). Statusi i vendbanimit nuk ka rëndësi.

Numri i vendeve të terapisë është i kufizuar.

Regjistrimi është  [nëpërmjet formularit të regjistrimit](#) ose me telefon.

 Ka përkthyes.

Oferta është pa pagesë.

 Nga e hëna në të premte 9:00 - 16:00

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Refugio München

 [Rosenheimer Straße 38, 81669 München](#)

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

 [+49 \(0\) 899829570](tel:+49(0)899829570)

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

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Tortura, PTSD, kthim prapa, çrregullimi i gjumit, terapia e sjelljes, psikologjia e thellësisë, terapia sistematike, terapia e të folurit, trauma

Shërbimet e këshillimit për shëndetin mendor

Shërbimet e këshillimit për shëndetin mendor

Shërbimi social psikiatrik

Shërbimet psikiatrike sociale (SPDi) janë qendra këshillimi për personat me probleme mendore dhe sëmundje mendore, si dhe për të afërmit ose kujdestarët e tyre. Janë gjithsej dhjetë nga këto shërbime në Mynih. Zbuloni se ku janë vendet dhe kur janë të hapura  [këtu](#).

Ato ofrojnë ndihmë në krizat e jetës, me pyetje për sëmundjet dhe shëndetin mendor, me strehimin dhe përbalimin e jetës së përditshme, me çështje të tilla si puna dhe jetesa, me probleme në marrëdhënie dhe me aktivitete kuptimplota të kohës së lirë.

Konsultimi mund të jetë personalisht ose me telefon. Këshilltarët gjithashtu mund t'ju referojnë në shërbime të mëtejshme mbështetëse ose t'ju vizitojnë në shtëpi.

 [Mësoni më shumë](#)

Për kë: Për personat e moshës 18 deri në 60 vjeç që kanë jetuar në Gjermani për të paktën 15 muaj. Duhet të jetë i disponueshëm një status i qartë i vendbanimit.

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

Fëmijët mund të sillen me vete.

Oferta është pa pagesë.

Nëse keni ndonjë pyetje në lidhje me aksesin, ju lutemi kontaktoni zyrat individuale.

Neuhausen-Nymphenburg

Leonrodstraße 54

80636 München

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

☎ [089/126991452](tel:089126991452)

@ spdi-neuhausen@diakonie-muc-obb.de

🕒 Nga e hëna në të premte 9:00 - 12:30

E martë 14:00 - 18:00

E mërkurë dhe e enjte 14:00 - 16:00

🌐 <http://www.spdi-neuhausen.de/>

Qendra e qytetit

🗣 gjermanisht, anglisht, frëngjisht, suedisht.

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

Paul-Heyse-Straße 20

80336 München

☎ [089/23347234](tel:08923347234)

@ socialpsychiatrischerdienst.rgu@muenchen.de

🕒 Nga e hëna në të enjte 9:00 - 12:00 dhe 13:30 - 15:30

E premte 9:00 - 12:00

🌐 www.muenchen.de/sozialpsychiatrischer-dienst

Shërbimi Gerontopsikiatrik

Gerontopsikiatria është e përshtatur për nevojat e veçanta të të moshuarve. Shërbimi psikiatrik ambulator ofron konsultime individuale, seanca në grup, korrespondencë, bashkëpunim me agjenci të tjera të përfshira, mjekë, klinika, këshilltarë ligjorë dhe shërbime infermierore.

Për kë: Për personat 60 vjeç e lart me probleme mendore ose sociale dhe të afërmit ose kujdestarët e tyre.

🗣 Mund të organizojmë që dikush të përkthejë. Ju lutemi na tregoni paraprakisht se çfarë gjuhe flisni.

Kujdesi për fëmijët është i disponueshëm. 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.

Mynih-Lindje

Schwanseestraße 16

81539 München

☎ [089/32805656](tel:08932805656) , [089/6914802](tel:0896914802)

@gpdi.ost@projekteverein.de

🌐 www.projekteverein.de

🕒 E hënë, e mërkurë dhe e premte ora 10:00 - 15:00

Të martën dhe të enjten 10:00 - 16:00

Janë gjithsej katër nga këto shërbime në Mynih. Mund të gjeni lokacione të tjera 🌐 [këtu](#) .

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Psikiatria ambulatorë, mbështetje psikosociale për të moshuarit, kujdesi ambulator për të moshuarit Mynih

Këshillimi për krizat dhe parandalimi i vetëvrasjeve

Këshillimi për krizat dhe parandalimi i vetëvrasjeve

☎ Policia [110](tel:110)

☎ Thirrja e urgjencës [112](tel:112)

Shërbimi i krizës në Bavari

☎ [0800/6553000](tel:08006553000)

🕒 24 orë në ditë

☎ Këshilla telefonike në 120 gjuhë

🌐 [faqe interneti](#)

Arche eV

“Die Arche” ofron këshilla për personat në kriza jetësore, me mendime vetëvrasëse apo pas tentativës për vetëvrasje, si dhe për personat që kanë humbur një person të afërt për vetëvrasje.

Për kë: Për të rriturit dhe adoleshentët 14 vjeç e lart

☎ Nëse është e nevojshme, ne mund të organizojmë një person për të përkthyer. Ju lutemi na tregoni se cilën gjuhë flisni disa ditë përpara takimit.

Fëmijët mund të sillen me vete.

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

Oferta është pa pagesë.

🕒 Nga e hëna në të premte 9:00 e mëngjesit - 13:00. dhe ora 14:30. - ora 17:00

Die Arche e. V.

📍 [Saarstraße 5, 80797 München](#)

✉ [@info@die-arche.de](mailto:info@die-arche.de)

☎ [+49 \(0\) 89334041](tel:+49089334041)

🌐 <http://www.die-arche.de/>

**Ky tekst përmban informacion në lidhje me temat e mëposhtëm të kërkimit:
Vetëvrasje, depresion, traumë, vetëvrasje, vetëvrasje, pikëllim**

Aleanca e Mynihut kundër Depresionit e. V.

Aleanca e Mynihut kundër Depresionit e. V.

Depresioni është një sëmundje e rëndë që mund të trajtohet shumë mirë. Ne mbështesim njerëzit që vuajnë nga depresioni dhe familjet e tyre. Gama jonë:

- Ne informojmë dhe përcjellim njohuri për depresionin
- Ka takime të hapura për të prekurit, të afërmit dhe të interesuarit
- Ne do t'ju ndihmojmë të gjeni shërbime të mëtejshme këshillimi
- Ne ju këshillojmë personalisht dhe me telefon

Çdo të hënë nga ora 18:30 deri në 19:30 shkojmë së bashku 🎧 [vrapoj](#) . Ne takohemi këtu:

📍 Veterinärstr. 1, 80539 München

Çdo të premte nga ora 13:30 deri në 14:30 shkojmë së bashku 🎧 [shëtitje](#) . Ne takohemi këtu:

📍 Glyptothek, Königsplatz 3, 80333 München

🎧 [Mësoni më shumë](#)

Oferta është pa pagesë.

Münchner Bündnis gegen Depression e. V.

Luisenstraße 43

80333 München

☎ [089/54045120](tel:08954045120)

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

🕒 Çdo ditë 8:30 - 15:30

📷 [@aktion_depression](#)

ANAD e. V. Ndihmë me çrregullimet e të ngrënit

ANAD e. V. Ndihmë me çrregullimet e të ngrënit

ANAD e. V. mbështet njerëzit që kanë një problem ose çrregullim me të ngrënit. Rreth tonë 🎧
Ne ofrojmë këshilla për të prekurit dhe familjet e tyre [në portal](#) . Ne mund të japim këshilla me email, telefon ose video. Ne ofrojmë informacion në lidhje me opsionet e disponueshme. Për shembull, ne ofrojmë informacion mbi klinikat, këshillimin mbi ushqimin, grupet rezidenciale dhe psikoterapinë ambulatorë. Ne gjithashtu mund t'ju referojmë në vende të tjera. Ndoshta

ka edhe një vend në një nga projektet tona të strehimit.

Për kë: Për njerëzit me çrregullime të të ngrënit dhe familjet dhe miqtë e tyre.

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

Konsultimi është pa pagesë.

Konsultimi është anonim.

ANAD e. V. Versorgungszentrum Essstörungen

Poccistraße 5

80336 München

 [089/2199730](tel:0892199730)

 [@info@anad.de](mailto:info@anad.de)

 Çdo ditë 9:00 - 17:00

Ky tekst përmban informacion mbi temat e mëposhtëm të kërkimit:

Situatat e krizës, anoreksia, bulimia, ngrënia e tepruar, kufiri, problemet e të ngrënit, imazhi i trupit

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

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

 Nga e hëna në të premte 8:00 - 14:00

Ky tekst përmban informacion mbi temat e mëposhtëm të kërkimit:

Varësia ndaj sportit, varësia ndaj ushqimit

Qendra e Këshillimit Psikosocial për Kancerin Mynih të Shoqatës Bavareze të Kancerit e. V.

Qendra e Këshillimit Psikosocial për Kancerin Mynih të Shoqatës Bavareze të Kancerit e. V.

Ne ofrojmë këshilla për të gjitha pyetjet në lidhje me sëmundjen. Ne ndihmojmë me integrimin. Ne ju mbështesim me stres psikologjik në jetën e përditshme.

 [Mësoni më shumë](#)

Për kë: Për pacientët e rritur me kancer dhe familjet e tyre si dhe të interesuarit

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

Oferta është pa pagesë.

Psychosoziale Krebsberatungsstelle München der Bayerischen Krebsgesellschaft e. V.

Nymphenburger Straße 21a

80335 München

 [089/54884021](tel:089/54884021) / -22 / -23

@kbs-muenchen@bayerische-krebsgesellschaft.de

 Nga e hëna në të premte 9:00 - 13:00

 Të mërkurën 9:00 - 16:00

Ndihmë për Traumën

Ndihmë për Traumën

Ikja dhe shpërngulja për shkak të luftës dhe shpërnguljes i vendosin njerëzit në situata të padurueshme. Shumë prej tyre vuajnë nga pasojat për pjesën tjetër të jetës së tyre. Megjithatë, shumica e njerëzve të traumatizuar marrin ndihmë terapeutike vetëm vonë në jetë. Këtu vjen ndihma jonë për traumën. Ne ju mbështesim që të mësoni të jetoni me pasojat e traumës.

Mbështetja jonë për traumën bazohet në ushtrime fizike të kuptueshme lehtë dhe në metoda të thjeshta njohëse për të forcuar burimet tuaja.

Informacione të mëtejshme dhe regjistrimi mund të gjenden në faqen tonë  [Faqja e internetit](#), shikoni atë!

1. A njihni dikë apo keni nevojë për ndihmë pas një traume? merrni kontakt  [këtu](#).
2. Ne do të gjejmë një ndihmës të parë të përshtatshëm të traumës për ju sa më shpejt të jetë e mundur. Edhe në gjuhën tuaj amtare.

3. Ndhmësi i parë do t'ju kontaktojë personalisht ose në internet. Qëllimi është të reduktohen ankesat individuale dhe të përmirësohet qëndrueshmëria psikologjike.

Për këtë: Për shtetasit e vendeve të treta, refugjatët ose personat me mbrojtje shtesë ose leje.

Oferta është pa pagesë.

☎️Ka përkthyes për arabisht, farsi, frëngjisht, anglisht, rusisht, ukrainisht dhe urdu.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Detyrat bëhen në zyrën tonë, në shtëpinë tuaj ose online. Ka qasje pa pengesa në ndërtesa dhe dhoma.

Ringseisstraße 11a

80337 München

☎️089/55871688

@traumahilfe@arivalaid.org

🕒Nga e hëna në të premte 9:00 - 16:00

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Ndihma e parë, ndihma e traumës, trajnimi për traumën, mbështetje për shëndetin mendor, arratisje, traumatizimi, vullnetarizëm

shëndetin e grave

Grupi për vetë-ndihmë për kancerin e grave në Mynih

Grupi për vetë-ndihmë për kancerin e grave në Mynih

Për këtë: 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@zimmerlei-deischl.de

☎️081249099522

☎️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 qendrës 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 Gjermani e. V.

Kanceri i gjirit Gjermani e. V.

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

- Ju mund të [porosisni](#) fletushka dhe broshura mbi këtë temë.
- Nëse keni ndonjë pyetje në lidhje me diagnozën, sëmundjen, trajtimin, efektet anësore dhe 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 për ngjarjet dhe aktivitetet. Ne gjithashtu raportojmë për tema aktuale në mjekësi dhe politikë.

Oferta të tjera:

- [Paketë falas për të ndier mirë](#)
- Ndihma financiare për pacientët që kanë probleme financiare për shkak të sëmundjes
- [Ligjërata dhe seminare](#)

Për kë: Pacientët me kancer gjiri dhe familjet e tyre.

Oferta është pa pagesë.

 Anglisht gjermane

Brustkrebs Deutschland e. V.

Lise-Meitner-Straße 7

85662 Hohenbrunn

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

@online@brustkrebsdeutschland.de

 Nga e hëna në të enjte nga 9:00 deri në 14:30

Konsulencë gjinekologjike për gratë dhe vajzat me kufizime në lëvizje

Konsulencë gjinekologjike për gratë dhe vajzat me kufizime në lëvizje

Konsultimi është një konsultë normale gjinekologjike me gjinekologët e Mynihut:

- Ekzaminimet për parandalimin, diagnostikimin dhe trajtimin e ankesave dhe sëmundjeve gjinekologjike
- Mbështetja e shtatzënisë
- Këshilla për seksualitetin, dëshirën për të pasur fëmijë dhe kontracepsionin
- Mbështetje gjatë menopauzës

Në rastin e pyetjeve dhe procedurave mjekësore shumë të vështira, mjeku do t'ju drejtojë në një institucion ambulator ose spitalor. Mjeku do ta vendosë këtë së bashku me ju.

Mjekët gjinekologë mbështeten nga një infermiere me përvojë dhe një asistent mjekësor. Ju nuk keni pse të sillni shoqëruesin tuaj ose personin e besuar, por sigurisht që jeni të mirëpritur ta bëni këtë nëse dëshironi.

Për kë : Për gratë në Mynih me lëvizshmëri të kufizuar. Për shembull, nëse keni një karrige me rrota. Jeni gjithashtu të mirëpritur të vini nëse keni disa aftësi të kufizuara.

☎ Nëse dëshironi që dikush të përkthejë, ju lutemi na njoftoni paraprakisht.

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

Oferta është pa pagesë.

Për të gjitha pyetjet:

☎ [089/23347836](tel:08923347836)

@ gyn-praxis.gsr@muenchen.de

🌐 [Faqja e internetit](#)

Kur dhe ku zhvillohet konsultimi:

📅 Të mërkurën pasdite

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

Ju mund të merrni pjesë në orët e konsultimit vetëm me takim. Ju mund ta rregulloni këtë këtu:

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

🕒 E hënë dhe e premte 8:00 - 12:00

🕒 E enjte ora 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 kontrceptivë 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

 [+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 kontraktivët**

paaftësia

Shërbimi ambulator

Të mësojmë të jetojmë së bashku e. V. - Shërbimi ambulator

Ne mbështesim dhe këshillojmë personat me aftësi të kufizuara dhe familjet e tyre. Ne u mundësojmë personave me aftësi të kufizuara të marrin pjesë në jetën në shoqërinë tonë – në shkollë, në kohën e lirë dhe në kulturë.

 [Mësoni më shumë](#)

Për kë: Për personat me aftësi të kufizuara dhe familjet e tyre

Oferta të ndryshme janë pa pagesë:

- Ne ju këshillojmë
- Ne ofrojmë mundësi arsimimi
- Ka mundësi për t'u takuar
- aktivitete sportive

Ka kosto për asistencë individuale gjatë kohës së lirë dhe shoqërim individual në çerdhe dhe shkollë. Ne do të jemi të lumtur t'ju ndihmojmë me aplikimin tuaj për rimbursimin e kostove.

Gemeinsam leben lernen e. V.
Goethestraße 8
80336 München

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

 [089/89055980](tel:089/89055980)

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

 Nga e hëna në të premte nga ora 8:00 deri në 17:00

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Lehtësim familjar

Për fëmijët dhe të rinjtë

Kujdesi dhe integrimi i fëmijëve dhe të rinjve me aftësi të kufizuara - BiB eV

- A keni pyetje të përgjithshme në lidhje me aftësinë e kufizuar?
- Keni nevojë për mbështetje në trajtimin e fondit të sigurimit të kujdesit infermieror?
- A keni pyetje në lidhje me shërbimet e mbështetjes financiare?
- Dëshironi të dini se ku dhe si të aplikoni për asistencën e integritetit ose përfitimet bazë të sigurimeve shoqërore?
- Nuk dini më si të siguron kujdesin e ardhshëm dhe keni nevojë urgjente për mbështetje?
- Jeni duke kërkuar për një vend të kujdesit afatshkurtër?
- Keni nevojë për informacion për “Buxhetin Personal”?

Shoqata për Kujdesin dhe Integrimin e Fëmijëve dhe të Rinjve me Aftësi të Kufizuara (BiB) ofron këshilla për këto dhe shumë çështje të tjera në lidhje me aftësinë e kufizuar. V. Këshilla. Jemi të lumtur t'ju ofrojmë informacione të përgjithshme përmes telefonit, por gjithashtu mund t'ju këshillojmë individualisht në një takim personal në zyrën tonë. Këshilla në BiB. e. V. është konfidenciale dhe pa pagesë. Ne marrim kohën tonë dhe dëgjojmë!

 [Mësoni më shumë](#)

Për kë: Familjet me fëmijë dhe të rinjtë me aftësi të kufizuara.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

BiB e. V.

Seeriederstraße 25

81675 München

 [089/12479693-0](tel:089/12479693-0)

 [@info@bib-ev.org](mailto:info@bib-ev.org)

 E hënë 9:30 - 15:00

 E martë 9:30 - 15:00

 E mërkurë 9:30 - 15:00

 E enjte 9:30 - 13:00

dhe me takim

Zyra e Komisionerit për Personat me Aftësi të Kufizuara dhe Zyra e Specialistëve

Departamenti për Këshillim dhe Kundër Diskriminimit në Zyrën e Komisionerit për Personat me Aftësi të Kufizuara

Këshilla dhe mbështetje në temën e aftësisë së kufizuar:

- Kërkesë dhe kundërshtim për letërnjoftim të invalidit të rëndë
- Niveli i kujdesit
- Siguria bazë në rast paaftësie për punë
- Informacion mbi shërbimet për personat me aftësi të kufizuara
- Sigurimi bazë në rast paaftësie për punë dhe në pleqëri
- Aplikim dhe këshilla për një apartament pa pengesa
- Këshillim dhe mbështetje në rastet e diskriminimit për shkak të aftësisë së kufizuar

Këshilla është e pavarur nga autoritetet. Ai është konfidencial dhe, nëse kërkohet, anonim.

[Mësoni më shumë](#)

Për kë: Banorët me aftësi të kufizuara të Mynihut dhe familjet e tyre

 Keni nevojë për një përkthyes për intervistën? Kur të caktoni një takim, ju lutemi na tregoni në cilën gjuhë. Pastaj do ta organizojmë. Nuk do të ketë kosto për ju.

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.

Konsultimi është pa pagesë.

Në  [Në këtë faqe interneti](#) do të gjeni përgjigje për shumë pyetje në lidhje me temën e aftësisë së kufizuar.

Ju lutemi lini një takim:

 Burgstraße 4, 80331 München

 [089/23321977](tel:08923321977)

 @backertenbeauftragter.soz@muenchen.de

 Nga e hëna në të enjte nga ora 9:00 deri në 15:00

**Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kerkimit:
pa pengesa, diskriminim**

Ndihma e Aftësisë

Ndihma e Aftësisë

Ne këshillojmë personat me prejardhje refugjatësh që kanë një paaftësi ose sëmundje kronike. Konsultimet bëhen me telefon ose në zyrën tonë. Ne ofrojmë gjithashtu kurse kompjuteri (përfshirë Word, Excel, Internet) dhe kurse praktike gjermane.

Për kë: Personat me aftësi të kufizuara ose sëmundje kronike dhe familjet e tyre.

Oferta është pa pagesë.

☑Mbështetja nga përkthyes është e mundur.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Ju lutemi lini një takim për një konsultë.

📍ArrivalAid, Dachauer Straße 21a, 80335 München

☎[089/59998823](tel:08959998823)

@ability@arivalaid.org

🕒Nga e hëna në të premte nga ora 9:00 deri në 17:00

🌐[Mësoni më shumë](#)

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Kurse praktike, kurse bisede

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

☎[+49 \(0\) 8945992427](tel:+495992427)

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

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

iluminizmi

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 mbeten 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. Eksperienat e dhunës seksuale mund të jenë gjithashtu një problem.

 [Mësoni më shumë](#)

Të mbeten shtatzënë

Si mbetesh shtatzënë? 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 kërkonit 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 kontracepsionit

Mbulimi i kostove të kontracepsionit

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 kontracepsionin. 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 mirëgenies 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 hënë, të martë dhe të enjte 08:30 - 12:00 dhe 13:00 - 16:00

Të mërkurë 8:30 - 12:00 dhe 13:00 - 17:00

Të premte 08:30 - 12:00

- Nëse jeni të shurdhër, aplikoni këtu:

[Shërbimi social për të shurdhërit](#)

Sëmundjet seksualisht të transmetueshme (IST)

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

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

Anonim - Falas - Nuk kërkohet takim

Ne jemi këtu për ju:

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

[Mësoni më shumë](#)

Për kë: të gjithë qytetarët e Mynihut

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Oferta është pa pagesë.

☎ Është e mundur që një person të interpretojë.

Gesundheitsreferat - Sachgebiet Beratungsstellen
Bayerstraße 28a
80335 München

☎ [089/23323333](tel:08923323333)

@aids-sti-beratung.gsr@muenchen.de

🕒 E hënë 08:00 - 11:00

🕒 E martë 14:00 - 18:00

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

Qendrat e këshillimit psikosocial për AIDS

Qendrat e këshillimit psikosocial për AIDS

Caritas Munich

HIV mund të ndryshojë papritur jetën e të prekurve. Por HIV mund të trajtohet mirë këto ditë. Me mjekimin e duhur, është e mundur të bëni një jetë pothuajse normale dhe të plakeni me infeksionin. Nëse e merrni ilaçin rregullisht, nuk mund të infektoni më njerëz të tjerë.

Qendra e Këshillimit Psikosocial për AIDS këshillon dhe mbështet personat me HIV/AIDS. Mund të na telefononi ose të vini në qendrën tonë të këshillimit. Konsultimi është konfidencial dhe i nënshtrohet sekretit profesional.

Për kë: Për të prekurit, ata që kërkojnë këshilla, profesionistë

Fëmijët mund të sillen me vete.

Oferta është pa pagesë.

🕒 Nga e hëna në të enjte 9:00 - 17:00

🕒 Të premten ora 9:00 - 14:00

AIDS-Beratungsstelle Caritas

📍 [Schrenkstraße 3, 80339 München](#)

@aidsberatung@caritasmuenchen.org

☎ [+49 \(0\) 8950035520](tel:+4908950035520)

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

Mynih AIDS Help e. V.

Ekipi ynë do t'u përgjigjet pyetjeve tuaja në lidhje me HIV/AIDS dhe infeksione të tjera seksualisht të transmetueshme dhe gjithashtu do të diskutojë problemet individuale në konsultime personale - në mënyrë konfidenciale, me kompetencë dhe në mënyrë anonime

nëse dëshironi.

Për kë: Për personat me HIV

● Ne flasim gjermanisht, anglisht dhe frëngjisht. Ne mund të kërkojmë përkthyes për të gjitha gjuhët e tjera.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Oferta është pa pagesë.

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

🕒 E hënë, e martë, e mërkurë 10:00 - 12:00 dhe 13:00 - 16:00

🕒 E enjte ora 13:00 - 16:00

🕒 E premte ora 10:00 - 12:00

Münchner Aids-Hilfe e. V.

📍 [Lindwurmstraße 71, 80337 München](#)

✉ [@info@muenchner-aidshilfe.de](mailto:info@muenchner-aidshilfe.de)

☎ [+49 \(0\) 89543330](tel:+49089543330)

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

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Shëndeti, IST, Kujdesi

Varësia - alkooli, ilaçet, bixhozi dhe droga

Këshillim për varësinë e qytetit të Mynihut

Këshillim për varësinë e qytetit të Mynihut

Në këshillimin për varësinë, do të merrni ndihmë për problemet që kanë të bëjnë me drogat e ligjshme dhe të paligjshme dhe lojërat e fatit. Oferta është për personat që janë të prekur vetë dhe për të afërmit e personave me varësi. Konsultimi është konfidencial.

● [Mësoni më shumë](#)

● Nëse na njoftoni paraprakisht, ne mund të organizojmë që dikush të përkthejë.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Oferta është pa pagesë. Konsultimi është konfidencial dhe, nëse dëshironi, anonim.

Gesundheitsreferat
Suchtberatung
Paul-Heyse-Straße 20
80336 München

[Faqja e internetit](#)

[089/23347200](tel:08923347200)

@suchtberatung.gsr@muenchen.de

të hënë, të martën, të enjten 9:00 - 12:00 dhe 13:00 - 17:00

të mërkurën 13:00 - 17:00

të premten 9:00 - 12:00 dhe 13:00 - 15:00

Shërbimi i këshillimit për varësinë ofron orë të hapura konsultimi pa takim paraprak:

të martën ora 15:00 - 17:00

të premten ora 10:00 - 12:00

Qendrat e këshillimit të varësisë Condrobs

Condrobs e. V. - Këshillim për varësinë në Mynih

Këshillim ambulator për varësinë (alkool, medikamente, duhan dhe substanca të paligjshme, lojëra dhe varësi ndaj kompjuterit) në të gjitha situatat. Nëse është e nevojshme, ekipi ynë do të sigurojë informacione të mëtejshme dhe do të ndihmojë në sqarimin e kostove. Nëse është e nevojshme, ne mund të vijmë edhe në shtëpinë tuaj.

Shërbimet tona përfshijnë gjithashtu rehabilitimin ambulator dhe kujdesin pasues. Ju nuk duhet t'i paguani vetë shpenzimet. Jetesa e asistuar është gjithashtu pjesë e ofertës sonë. Kjo do të thotë që ne ju mbështesim në shtëpinë tuaj ose në një apartament të përbashkët terapeutik.

Konsulentët tanë flasin gjuhë të ndryshme. Ju lutemi na tregoni paraprakisht në cilën gjuhë dëshironi të konsultoheni.

Oferta është pa pagesë.

Condrobs e. V., Konradstraße 2, 80801 München

[089/38837670](tel:08938837670)

@drobsmuenchen@condrobs.de

[Faqja e internetit](#)

Orari i hapur i konsultimit:

Të hënë 14:00 - 15:30 dhe të enjten 10:00 - 11:30

Aksesueshmëria:

e hënë 10:00 - 13:00 dhe 14:00 - 17:00

E martë ora 14:00 - 17:00

E mërkurë 10:00 - 13:00 dhe 14:00 - 17:00

E enjte ora 10:00 - 17:00

E premte ora 10:00 - 13:00

Condrobs e. V., Bäckerstraße 4, 81241 München

[089/82075680](tel:08982075680)

@passing@condrobs.de

Orari i hapur i konsultimit:

Të hënën dhe të enjten nga ora 15:00 - 16:30

 **Emërimet me marrëveshje:**

E hënë dhe e enjte ora 14:00 - 19:00

E martë, e mërkurë dhe e premte 9:00 - 14:00

 Condrobs e. V., Therese-Giehse-Allee 69, 81739 München

 [089/18923210](tel:08918923210)

 @pedro.beratung@condrobs.de

 Nga e hëna në të premte 9:00 - 18:00 dhe me termin

Kryqi Blu Mynih e. V. – Ndihmë për të varurit

Kryqi Blu Mynih e. V. – Ndihmë për personat e varur dhe familjet e tyre

Shoqata mbështet njerëzit që vuajnë nga varësia dhe njerëzit që janë në rrezik për të zhvilluar një varësi. Ne ofrojmë "ndihmë për vetë-ndihmë". Ne mbështesim edhe të afërmit.

Ne organizojmë grupe në të cilat anëtarët ndihmojnë njëri-tjetrin. Këtu do të gjeni njerëz që kanë të njëjtin problem. Ata i dinë vështirësitë dhe dëshpërimin e përditshëm me të cilët përballen të prekurit. Për shembull, si ndihet dikush kur po kalon një tërheqje. Së bashku keni mundësinë të shpëtoni nga varësia.

Grupet tona janë të lidhura me konfidencialitet. Kjo do të thotë se askush nuk lejohet t'i tregojë askujt atë që u tha në grup.

Grupet janë të hapura për të gjithë, pavarësisht besimit apo origjinës.

Ne ofrojmë gjithashtu ngjarje informacioni, ndihmë urgjente për të prekurit dhe diskutime për të prekurit dhe të afërmit e tyre.

[Mësoni më shumë](#)

Për kë: Për personat në rrezik të varësisë dhe ata që vuajnë nga varësia, si dhe familjet e tyre; Kërkuesit e informacionit

Oferta është pa pagesë. Vizita në grup zhvillohet çdo javë dhe zgjat afërsisht 1 orë e gjysmë.

Ju lutemi lini një takim.

Blaues Kreuz München e. V.

Hesselohstraße 1

80802 München

 [089/38888873](tel:08938888873)

 @office@blaues-kreuz-muenchen.de

Mësimet në grup shih  [Faqja kryesore](#)

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:

Mbështetja e varësisë, alkooli, parandalimi i varësisë

Qendra këshillimore për personat e varur dhe ata që janë në rrezik të varësisë

Qendra këshillimore për ata që janë në rrezik të varësisë dhe vartësit

Këshilla 24-orëshe për të gjitha pyetjet në lidhje me varësinë në ☎ [089/282822](tel:089/282822)

Shërbimet e konsulencës në vend: 🌐 [Mësoni më shumë](#)

Për kë: Për të varurit e rritur dhe ata në rrezik të varësisë dhe familjet e tyre

Oferta është pa pagesë.

Përkthyesit janë në dispozicion.

Fëmijët mund të sillen me vete.

Tal 19 am Harras

Albert-Roßhaupter-Straße 19

81369 München

☎ [089/2420800](tel:089/2420800)

@tal19@deutscher-orden.de

📅 E hënë 9:30 - 13:00 dhe 14:00 - 17:00

E martë 9:30 - 13:00 dhe 14:00 - 17:00

E mërkurë 9:30 - 13:00 dhe 14:00 - 17:00

E enjte ora 14:00 - 17:00

E premte 9:30 - 13:00

Ky tekst përmban informacion mbi temat e mëposhtëm të kërkimit:

Këshillimi për varësinë, varësia ndaj alkoolit, varësia nga droga, varësia nga media, varësia nga nikotina

Alkoolistët Anonim

Alkoolistët Anonim

Alkoolistët Anonim është një bursë mbarëbotërore për njerëzit që e kanë kuptuar se kanë një problem me alkoolin.

Të njëjtin problem kanë edhe anëtarët. Kjo është arsyeja pse ata e kuptojnë njëri-tjetrin dhe mund ta mbështesin mirë njëri-tjetrin. Ata ndihmojnë njëri-tjetrin të qëndrojnë të matur. Së bashku, rruga për të dalë nga varësia është më e lehtë.

Kërkesa e vetme është dëshira për të ndaluar pirjen.

Ka shumë grupe të ndryshme në Mynih. Çdo javë ne flasim për përvojat tona me pirjen. Dhe për përvojat e lënies së duhanit dhe të jetuarit pa alkool. Bisedat japin forcë dhe kurajo.

Mund të gjeni vendndodhjet dhe oraret e grupeve 🌐 [këtu](#) .

Oferta është pa pagesë.

☎ [089/555685](tel:089/555685)

@aa-muenchen@anonyme-alkoholiker.de

📱 **Këshilla telefonike:**

Nga e hëna në të enjte 8:00 - 21:00

E premte deri të dielën 8:00 - 18:00

🌐 www.anonyme-alkoholiker.de

Ky tekst përmban informacion mbi termat e mëposhtëm të kërkimit:
Varësia, alkoolizmi, çrregullimi i varësisë, sëmundja e varësisë

Qendra për vetëndihmë

Qendra për vetëndihmë

Qendra e Vetë-Ndihmës së Mynihut është një pikë kontakti për grupet e vetë-ndihmës dhe të gjithë njerëzit që kërkojnë ose dëshirojnë të krijojnë një grup vetë-ndihme.

Çfarë është një grup vetëndihmës?

Vetë-ndihma do të thotë:

Njerëzit me një temë ose problem të përbashkët bashkohen për të formuar grupe ose shoqata (gjithashtu: iniciativa). Anëtarët e këtyre grupeve dhe iniciativave mbështesin njëri-tjetrin dhe këshillojnë njerëzit e tjerë për këtë temë apo problem.

Aktivitetet dhe qëllimet mund të jenë të rëndësishme vetëm për grupet e vetë-ndihmës ose iniciativat e vetë-ndihmës. Por ato mund të jenë gjithashtu të rëndësishme për një komunitet më të madh: për shembull, njerëz të tjerë me të njëjtin problem ose lagje, rreth ose qytet.

Si organizohet një grup për vetëndihmë?

Grupet e vetëndihmës ose iniciativat për vetëndihmë mund të organizohen në mënyra shumë të ndryshme.

Pjesëmarrja në një grup vetë-ndihme ose iniciativë vetëndihme është zakonisht vullnetare dhe pa pagesë. Grupet ose iniciativat janë të pavarura. Ata vendosin vetë se çfarë dhe si bëjnë diçka. Të gjithë anëtarët mund të thonë fjalën e tyre. Nuk ka asnjë linjë që vjen nga jashtë. Mund të ndodhë gjithashtu që profesionistët të udhëheqin një grup vetë-ndihme ose një iniciativë vetëndihme. Ata vendosin se çfarë dhe si bëjnë diçka dhe paguhet për të. Në këtë rast, flasim për një grup apo iniciativë të udhëhequr profesionalisht që i përket punës sociale apo fushës terapeutike.

Ku mund të takohet grupi?

Grupet e vetëndihmës mund të përdorin dhomat dhe burimet e punës (p.sh. kompjuterë dhe internet) të qendrës së vetëndihmës.

Për shembull, ju lutemi na telefononi nëse keni pyetjet e mëposhtme:

- Cilat grupe të vetë-ndihmës ekzistojnë?
- Cili grup i vetë-ndihmës është i duhuri për mua?
- Çfarë bën saktësisht një grup vetëndihmës?
- A mund të më ndihmojë një grup mbështetës?
- A mund të më ndihmojë një ofertë tjetër më mirë?
- Çfarë oferta të tjera ka në Mynih?
- Kur dhe ku është grupi im i mbështetjes?
- Si mund të krijoj grupin tim të vetë-ndihmës?

Mund të na kontaktoni personalisht, me telefon ose me email. Ne do t'ju këshillojmë në mënyrë konfidenciale dhe, nëse dëshironi, në mënyrë anonime.

☎Përkthyes sipas kërkesës

Ka qasje pa pengesa në ndërtesë dhe dhoma.

Selbsthilfezentrum München

Westendstraße 68

80339 München

 [089/53295611](tel:08953295611)

 info@shz-muenchen.de

 www.shz-muenchen.de

 E hënë dhe e martë ora 14:00 - 18:00

Të mërkurën dhe të enjten ora 10:00 - 13:00