



LeTRA

BERATUNGSSTELLE
& ZENTRUM DES
LESBENTELEFON e.V.

QUEER PEOPLE OF COLOR

AVANTUR

HARMONIE

GEIST

GÄNZLICH

WEB

MICHT-BIN-JÄR



LeTRa ist Beratungsstelle, Treffpunkt und Veranstaltungsort für lesbische, bisexuelle, transidente und alle interessierten Frauen mit und ohne Migrationserfahrung.

Die Mitarbeiterinnen unterliegen der Schweigepflicht.
Persönliche Daten werden vertraulich behandelt und nicht an andere (staatliche) Stellen weitergegeben.

Unsere Angebote

- Informationen und Unterstützung rund ums lesbische Leben
- Einzel- und Paarberatung
- Coming Out Gruppen
- Fortbildungen zu gleichgeschlechtlichen Lebensweisen
- Veranstaltungen, z.B. Vorträge, Lesbisches Angertorstraßenfest, Christopher Street Day
- Freizeitangebote / LeTRaktiv
- Deutsch-Konversationskurse für Migrant*innen und Geflüchtete aus aller Welt
- Öffentlichkeitsarbeit gegen Gewalt und Diskriminierung



Sie können sich an uns wenden wenn

- Sie sich fragen, ob Sie lesbisch sind
- Ihre Partnerin Sie verlassen hat
- Sie Kontakt zu anderen Lesben suchen
- Ihre Familie ihr lesbisches Leben nicht akzeptiert
- Sie in der Szene rassistisch beleidigt wurden
- Freizeitangebote / LeTRaktiv
- Sie in ihrer Beziehung Probleme haben
- Sie neu in München sind
- ... und weitere Themen

Refugees Welcome

Wir bieten Beratung, Unterstützung und Hilfen für geflüchtete Lesben und Bisexuelle.

Mehr Informationen // www.letra.de/letra/refugees.html



إن ليترا (LeTRa) هي مركز للإستشارة ومكان لنشاطات النساء المثليات وذوات الميول الجنسية المزدوجة وغيرهن من النساء. تخضع النساء العاملات بالمركز إلى واجب كتمان السر. تعامل البيانات الخاصة بسرية كاملة ولن تُرسل إلى أية مراكز (حكومية) أخرى.

إننا نعرض ما يلي:

- المعلومات والمساعدة بما يتعلق بالحياة المثلية
- استشارة فردية وزوجية
- المعلومات والإستشارة باللغة التركية أيضاً
- مجموعات تصرّح عن ميولها
- مجموعات بمواضيع أخرى، مثل: المثليات الأكبر سنًا، الأمهات المثليات والمثليات الأجنبيات
- النشاطات، مثل: المحاضرات، احتفالات الشارع، احتفال يوم كريستوفر ستريت (CSD)
- عروض لأوقات الفراغ/نشاطات ليترا (LeTRaktiv)
- العمل لمواجهة العنف والتمييز
- العمل لتوعية العلانية
- دورات تعليمية عن طرق حياة المثليات



يمكنك الاتصال بنا إن:

- كنتِ تسائلين نفسك، عما إن كنت مثالية
- كانت شريكتك قد هجرتك
- كنتِ تبحثن عن مثيلات للاتصال بهن
- كانت عائلتك لا تتقبل حياتك المثلية
- كان قد تم إهانتك عنصرياً في إطار الحياة المثلية
- كنتِ تعانين من المشاكل بعلاقتك مع شريكتك
- كنتِ جديدة في ميونيخ
-وبسبب غيرها من المواضيع أيضا

إن ليترا (LeTRA) هي مركز للإستشارة ومكان لنشاطات النساء المثليات وذوات الميول الجنسية المزدوجة وغيرهن من النساء. تخضع النساء العاملات بالمركز إلى واجب كتمان السر. تعامل البيانات الخاصة بسرية كاملة ولن تُرسل إلى أية مراكز (حكومية) أخرى



LeTRa to poradnia, punkt spotka i miejsce imprez dla lesbijek, kobiet biseksualnych i innych zainteresowanych kobiet. Nasze pracownice są zobowiązane do zachowania tajemnicy. Dane osobowe są traktowane poufnie i nie są przekazywane do innych (pastwowych) placówek.

Nasza oferta:

- Informacje i wsparcie w zakresie życia lesbijek
- Doradztwo dla osób indywidualnych i par
- Grupy comming out
- Grupy tematyczne, jak starsze lesbijki, matki-lesbijki i imigrantki
- Imprezy, np. odczyty, lesbijski festyn uliczny Angertor, festyn uliczny Christopher Street Day
- Oferty zaj w czasie wolnym/LeTRaktiv
- Działania przeciwko przemocy i dyskryminacji
- Public relations
- Dokształcanie w zakresie homoseksualnego stylu życia



Mo_esz się do nas zwroci tak_e, gdy:

- zadajesz sobie pytanie, czy jesteś lesbijk
- Twój partnerka Ci opuściła
- szukasz kontaktu z innymi lesbijkami
- Twój rodzinie nie zaakceptowała faktu, że jesteś lesbijk
- została potraktowana nietolerancyjnie w rodowisku
- masz problemy w swoim związku
- jesteś nowa w Monachium
- ... i wiele innych spraw

Izbjeglice Dobrodošli

W LeTRA spotyka się grupa lesbijek-imigrantek

Informacje // www.letra.de/letra/refugees.html



LeTRa is a consulting centre, meeting place and venue for lesbian, bisexual, transgender and all interested women with and without a migration background. The staff members are subjected to professional secrecy. Personal data are treated confidentially and not passed to other (public) institutions.

Our offers

- Information and support in all areas of lesbian life
- Single and relationship counselling
- Coming-out groups
- Trainingcourses in same-sex modes of life
- Events
- Leisure time facilities / LeTRaktiv
- German conversation courses for migrants and refugees from all over the world
- Public relations against violence and discrimination



You can contact us if

- you ask yourself if you are a lesbian
- your partner has left you
- you are looking for contact to other lesbians
- your family does not accept your lesbian life
- you have experienced racist taunts in the lgbt scene
- you have relationship problems
- you are new in Munich
- ...and other issues

Refugees Welcome

We offer consultation, support and help for lesbian and bisexual women who have fled their homeland.

Further information // www.letra.de/letra/refugees.html





LeTRa est un centre de consultation et un lieu de rencontre et d'événements pour des femmes lesbiennes, bi- et transsexuelles et toutes les femmes intéressées, qu'elles soient issues de l'immigration ou non.

Les collaboratrices sont soumises au secret professionnel. Les données personnelles sont traitées de manière confidentielle et ne sont transmises à aucune institution (publique ou non).

Notre offre

- Information et soutien en matière de vie lesbienne
- Consultation individuelle et de couples
- Groupes de coming out
- Cours de formation sur les modes de vie homosexuelles
- Événements
- Animations / LeTRaktiv
- Cours de conversation en allemand pour les émigrantes et réfugiées des quatre coins du monde
- Relations publiques/ campagnes de sensibilisation contre la violence et la discrimination



Contactez nous si

- vous vous demandez si vous êtes lesbienne
- votre partenaire vous a quittée
- vous voulez prendre contact avec d'autres lesbiennes
- votre famille n'accepte pas votre homosexualité
- vous avez été exposée à des agressions racistes (verbales ou autre) dans le milieu lesbien
- vous avez des problèmes de couple
- vous êtes nouvelle à Munich
- ...ou si d'autres sujets en lien avec l'homosexualité vous préoccupent

Refugees Welcome

Nous offrons de la consultation, du soutien et de l'aide pour les femmes bisexuelles et lesbiennes réfugiées.

Informations complémentaires // www.letra.de/letra/refugees.html



Στο LeTRa θα βρείτε ένα συμβουλευτικό χώρο κι ένα χώρο συνάντησης για λεσβίες γυναίκες, αμφιψυλόφιλες ή ακόμα και για γυναίκες με ενδιαφέρον σε αυτόν τον τομέα. Οι συνεργάτιδές μας υποβάλλονται σε συμφωνίες εχεμύθειας. Τα προσωπικά σας στοιχεία θα μεταχειρίζονται αυστηρώς εμπιστευτικά και δεν θα προωθούνται σε άλλες (κρατικές) υπηρεσίες.

Τι προσφέρουμε

- Πληροφορίες και υποστήριξη γύρω από τη λεσβιακή πραγματικότητα
- Ομάδες υποστήριξης σχετικά με τη δημόσια εκδήλωση των σεξουαλικών προτιμήσεων
- Ομάδες υποστήριξης για ηλικιωμένες λεσβίες, μητέρες λεσβίες ή και λεσβίες μετανάστριες
- Εκδηλώσεις, όπως για παράδειγμα ομιλίες, το λεσβιακό «Angertorstrassenfest», Christopher Street Day
- Δραστηριότητες αναψυχής/LeTRaktiv
- Ενέργειες κατά της βίας και του ρατσισμού
- Κοινωνικές εργασίες
- Επιμορφωτικά σεμινάρια με θέμα την ομόφυλη συμβίωση



Μπορείτε να απευθυνθείτε σε μας εάν

- αναρωτιέστε, εάν είστε λεσβία
- σας εγκατέλειψε η σύντροφός σας
- αναζητάτε επαφές με άλλες λεσβίες
- η οικογένειά σας δεν αποδέχεται την λεσβιακή σας ταυτότητα
- σας προσέβαλαν με ρατσιστικά σχόλια στα πλαίσια ενός ομοφυλοφιλικού κύκλου
- έχετε προβλήματα με τη σχέση σας
- είστε νέες στο Μόναχο
-σας απασχολεί οτιδήποτε άλλο σχετικό

Οι πρόσφυγες καλωσορίζουν

Στο LeTRA συναντιέται ομάδα λεσβιακών μεταναστριών.

Για περισσότερες πληροφορίες // 089/ 7254272



LeTRa è un centro di consulenza, un ritrovo e una sede per eventi dedicato a donne lesbiche, bisessuali o diversamente interessate. Le collaboratrici sono sottoposte al segreto professionale. I dati personali vengono trattati con la massima riservatezza e non trasmessi ad altri centri (statali).

Cosa offriamo

- informazioni e sostegno sul mondo lesbico
- consulenza individuale e di coppia
- informazioni e consulenza anche in turco
- gruppi di coming out
- gruppi tematici, quali lesbiche più anziane, madri lesbiche e migranti
- eventi quali conferenze, festa lesbica Angertorstras-senfest, Christopher Street Day
- proposte per il tempo libero/LeTraktiv
- attività contro la violenza e la discriminazione
- attività di pubbliche relazioni
- corsi di formazione incentrati sulla vita di coppia omosessuale



Potete rivolgervi a noi nei seguenti casi

- avete il sospetto di essere lesbiche
- la vostra compagnia vi ha lasciato
- volete entrare in contatto con altre donne lesbiche
- la vostra famiglia non accetta la vostra omosessualità
- siete state oggetto di offese razzistiche
- avete problemi nella vostra relazione
- siete nuove a Monaco
- ... e altri argomenti

Rifugiati Benvenuti

Da LeTRa si riunisce un gruppo di migranti lesbiche.

Informazioni // www.letra.de/letra/refugees.html



LeTRa to poradnia, punkt spotka i miejsce imprez dla lesbijek, kobiet biseksualnych i innych zainteresowanych kobiet. Nasze pracownice s z obowi zane do zachowania tajemnicy. Dane osobowe s traktowane poufnie i nie s przekazywane do innych (pa stwowych) placówek.

Nasza oferta

- Informacje i wsparcie w zakresie ycia lesbijek
- Doradztwo dla osób indywidualnych i par
- Informacje i doradztwo tak e w jzyku tureckim
- Grupy comming out
- Grupy tematyczne, jak starsze lesbijki, matki-lesbijki i imigrantki
- Imprezy, np. odczyty, lesbijski festyn uliczny Angertor, festyn uliczny Christopher Street Day
- Oferty zaj w czasie wolnym/LeTRaktiv
- Działania przeciwko przemocy i dyskryminacji
- Public relations
- Dokszałcanie w zakresie homoseksualnego stylu ycia



Możesz się do nas zwrócić także, gdy

- zadajesz sobie pytanie, czy jesteś lesbijką
- Twoja partnerka Cię opuściła
- szukasz kontaktu z innymi lesbijkami
- Twoja rodzina nie zaakceptowała faktu, że jesteś lesbijką
- została potraktowana nietolerancyjnie w rodowisku
- masz problemy w swoim związku
- jesteś nowa w Monachium
- ... i wiele innych spraw

Witamy uchodźców

W LeTRA spotyka się grupa lesbijek-imigrantek.

Informacje // www.letra.de/letra/refugees.html



LeTRa является консультационным пунктом и местом встречи лесбиянок, бисексуалок и других заинтересованных женщин. Наши сотрудницы дают обязательство неразглашения конфиденциальной информации. Личные данные засекречены и не передаются другим (государственным) учреждениям.

Сфера наших услуг охватывает следующее

- Информация и поддержка во всех сферах лесбийской жизни
- Индивидуальные консультации и консультации пар
- Группы психологической поддержки Coming Out «раскрытие»
- Тематические группы: пожилые лесбиянки, лесбиянки-матери и эмигрантки
- Мероприятия, например, доклады, Лесбийский парад Christopher Street Day
- Программы для отдыха/LeTRaktiv
- Борьба с насилием и дискриминацией
- Работа с общественностью: оказать развитие и усовершенствование всех жизненных аспектов людей с однополой сексуальной ориентацией



Вы можете обратиться к нам, если

- Вы задаетесь вопросом, являетесь ли Вы лесбиянкой
- Вы переживаете расставание с подругой
- Вы хотите познакомиться с другими женщинами лесбийской ориентации
- Ваша семья не принимает Вас и Вашу лесбийскую ориентацию
- Вы подверглись расистским оскорблением в лесбийских кругах
- Вам нужна помощь в решении проблем, касающихся личных отношений
- Вы недавно в Мюнхене
- ...и по другим вопросам

Беженцы приветствуются

В пункте LeTRa проводятся встречи группы мигранток с однополой ориентацией.

Информация по телефону // 089/ 7254272





LeTRa es un consultorio y un centro de contacto para todas mujeres interesadas,

lesbianas, bisexuales, transexuales y / o procedentes de la migración.

Las empleadas están obligadas al secreto profesional. Datos personales son tratados de manera confidencial y no serán entregados a otras instituciones (estatales).

Nuestras ofertas

- informaciones y apoyo a todo lo que atañe la vida lesbiana
- asesoramiento de individuales y parejas
- grupos de coming out
- formaciones en el modo de vivir homosexual
- eventos
- actividades de ocio / LeTRaktiv
- clases de conversación alemana para migrantes y refugiad@s de todo el mundo
- proyectos contra la violencia y discriminación



Puedes ponerte en contacto con nosotras, si

- te preguntas, si eres lesbiana
- tu pareja te ha abandonado
- buscas contacto a otras lesbianas
- tu familia no acepta tu vida lesbiana
- tuviste que sufrir un acto de ofensa racista
- tienes problemas en tu relación
- eres nueva en München
- ... tienes otro asunto

Bienvenidos refugiados

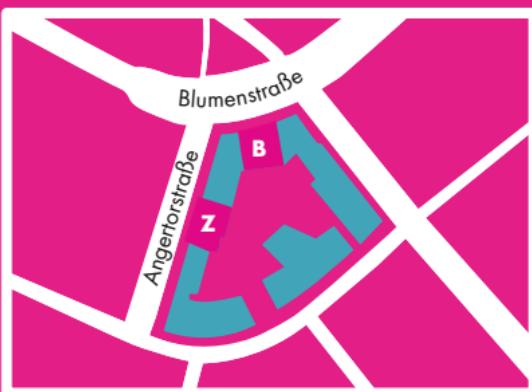
Ofrecemos asesoramiento, apoyo y ayuda para mujeres refugiadas lesbianas y bisexuales.

Mas informaciones // www.letra.de/letra/refugees.html



Angertorstraße 3 • D – 80469 München
Phone: 0049 (0)89 -725 42 72
e-mail: info@letra.de, www.letra.de

phone hours: 089-7254272
Monday & Wednesday 14.30 – 17.00



Gefördert von der



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat

Stadtjugendamt

Mitglied im Wohlfahrtsverband



DER PARITÄTISCHE
BAYERN