

حظر التجوال بسبب فايروس كورونا:

لمدة أسبوعين، من الواحد والعشرين من آذار وإلى غاية الرابع من أبريل على الأقل يوجد حظر تجول على جميع الناس في كافة أنحاء ولاية بافاريا. وبهذه الطريقة ستتباطأ سرعة انتشار المرض بشكل كبير.

هذا يعني، أنه يجب عليك عدم مغادرة المسكن/ المنزل ما لم يكن لديك سبب مهم. أهم الاستثناءات هي:

- الذهاب إلى العمل
- الذهاب إلى الطبيب والصيدلية
- التسوق والذهاب إلى مكتب البريد أو البنك
- المشي والرياضات الخارجية، ولكن فقط بمفردك أو مع الأشخاص الذين تعيش معهم) على سبيل المثال: مع العائلة في نفس المنزل، زملاء السكن (. الامتناع عن التجمعات
- زيارة المستشفى، فقط في حالات وفاة أحد الأصدقاء أو أحد أعضاء العائلة وعند الولادة
- زيارة المسنين والمرضى والمحتاجين، مثلا: تستطيع تقديم المعونة أو إحضار شيء لهم. عليك الاخذ بالاعتبار أنه لا يمكنك الذهاب الى المستشفيات وزيارة كبار السن والمرضى، لان هذا الفيروس يمثل خطرا كبيرا على حياتهم
- تستطيع زيارة الشركاء أو أطفالك، الذين لا يعيشون معك

للوفاية من المرض، سيطلب من جميع الأشخاص البقاء في المنزل ان أمكن. سوف تراقب الشرطة الشوارع وفي حال مخالفة القوانين يوجد غرامات مالية عالية. يجب أن تكون قادرا على اخبار وشرح أسبابك للشرطة.

اعتن بنفسك ولتبقى بصحة جيدة!

دعم كورونا / تضامن الجوار في مدينة ميونيخ

إذا كانت لديكم مشاكل بسبب القانون الجديد أو تحتاجون إلى دعم غير طبي بسبب أزمة فايروس كورونا يمكنكم الاتصال بنا على الرقم:

هاتف المساعدة في ميونيخ: **+4915172661858** (يوميا من الساعة العاشرة صباحا إلى الساعة الثامنة مساء باللغة الإنكليزية والألمانية)

Facebook: <https://fb.com/groups/3167578723274760>

Telegram: <https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Corona-Ausgangssperre,

Für 2 Wochen – vom 21. März bis mindestens 3. April – gibt es in ganz Bayern jetzt eine Ausgangssperre für alle Menschen. So soll die Ausbreitung der Krankheit weiter verlangsamt werden.

Das heißt, Du darfst die Unterkunft/das Haus nicht verlassen, außer Du hast einen besonderen Grund. Die wichtigsten Ausnahmen sind:

- Zur Arbeit gehen
- Zum Arzt und in die Apotheke gehen
- Einkaufen und zu Post oder Bank gehen
- Spazieren und Sport im Freien, aber nur alleine oder mit Menschen mit denen Du zusammen wohnst (z.B.: Familie im selben Haus, Mitbewohner_innen). Kein Treffen in anderen Gruppen.
- Besuch im Krankenhaus, nur wenn Freunde oder Familie im Sterben liegen und bei Geburten.
- Alte, Kranke und Hilfsbedürftige besuchen. Du kannst ihnen zum Beispiel helfen oder ihnen etwas bringen. Denkt aber daran, dass Ihr nicht in Krankenhäuser könnt und Ihr Alte und Kranke wenn möglich besser nicht besuchen solltet, weil für sie die Corona-Krankheit besonders gefährlich ist.
- Partner oder eigene Kinder besuchen, die nicht mit Dir zusammen wohnen.

Zum Schutz vor der Krankheit werden alle Menschen gebeten, wenn möglich bitte zu Hause zu bleiben.

Die Polizei kontrolliert auf den Straßen und es gibt hohe Strafen (Bußgelder). Ihr müsst der Polizei Euren Grund sagen und erklären können.

Es soll immer – wenn möglich – ein Abstand von mindestens 1,5m zu anderen Menschen eingehalten werden (gesundheitlich besser: 2m).

Besonders Gruppen werden kontrolliert, aber auch Menschen, die alleine draußen sind. Aus gesundheitlicher Sicht sollte man möglichst mit wenigen, aber immer denselben Menschen zusammen sein.

Passt auf Euch auf und bleibt gesund!

Corona-Support – Nachbarschafts-Solidarität München

Wenn Ihr Probleme wegen der neuen Regel habt oder andere nicht-medizinische Unterstützung wegen der Corona-Krise braucht, könnt Ihr uns hier kontaktieren: München-Hilfe-Telefon: +4915172661858 (täglich von 10:00 bis 20:00 in deutscher und englischer Sprache)

Facebook: <https://fb.com/groups/3167578723274760>

Telegram: <https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Corona curfew

For two week—from March 21 till at least April 3—there is a curfew for all people in Bavaria. The curfew shall slow down the spread of the Corona disease.

You are not allowed to leave the camp or house you live in, except for special reasons. The most important exceptional reasons are:

- Going to work
- Going to the doctor or to the pharmacy
- Going out for shopping or to the post office or the bank
- Going for a walk or doing sports outside, but only alone or together with your room or flat mates or the people you live with. Meeting in other groups are not allowed.
- Visiting others in hospitals are only allowed if your family member or friend is going to die or gives birth to a child.
- Visiting the elderly, the sick and people in need of support. So you can help them or bring them something for example. However, do not forget that you cannot visit hospitals and that visits to the elderly and the sick should be avoided, since the Corona disease is especially dangerous for them.
- Visiting your partner or your own children, if you do not live together.

For protection against the disease all people are encouraged to stay at home whenever possible.

The police stops and checks people on the streets and there are high penalties (Bußgelder).

Be prepared to tell and explain the police your reason for being outside.

If possible you must keep a minimum distance of 1,5m to other people (2m are even more recommended).

Especially groups are checked by the police, but also people who are outside alone. From the point of view of health you should stay together with few people, but always the same people, if possible.

Take care and stay healthy!

Corona-Support—Neighborhood Solidarity Munich

If you have problems because of the new rules or need non-medical support because of the Corona crisis, you can contact us:

Munich-helpline: +4915172661858 (every day from 10 a.m. a 8 p.m., in German and English)

Facebook: <https://fb.com/groups/3167578723274760>

Telegram: <https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

منع عبور و مرور بخاطر شیوع کرونا

برای دو هفته (از تاریخ 21 مارس تا حداقل سوم آوریل) در کل ایالت بایرن ممنوعیت عبور و مرور برای همه مردم وضع شده است. از این طریق میتوان جلوی گسترش سریع ویروس کرونا را گرفت.

این به این معنی است که در آینده هیچکس اجازه خروج از خانه را ندارد، بجز افرادی که دلیل خاصی داشته باشند. مهمترین آن‌ها موارد زیر می باشد:

- رفتن به کار
- رفتن به دکتر و داروخانه
- رفتن برای خرید، به اداره پست و بانک
- پیاده روی و ورزش در فضای آزاد، اما تنها و یا با کسانی که با آن‌ها در یک خانه زندگی می کنید (برای مثال: خانواده و یا همخانه هایتان). جمع شدن در گروه های بزرگ ممنوع میباشد.
- ملاقات خانواده و دوستان در بیمارستان، فقط در صورتی که آنها محتمل به فوت هستند و یا برای زایمان.
- برای ملاقات مسن ها، بیماران و نیازمندان. شما میتوانید برای مثال به آنها کمک کنید و برای آنها خرید کنید. اما در نظر داشته باشید که نمیتوانید وارد بیمارستان ها شوید و بهتر است که افراد مسن و بیمار را ملاقات نکنید، زیرا بیماری کرونا برای آنها بیشتر از سایرین خطرناک است.
- برای بازدید از همسران و یا فرزندان که با شما زندگی نمیکنند.

برای حفاظت از شما در برابر بیماری کرونا از شما درخواست می شود که در صورت امکان در خانه بمانید.

پلیس رعایت ممنوعیت عبور و مرور را کنترل میکند و برای کسانی که این مقررات را رعایت نکنند، جریمه های سنگینی تعیین شده است. در صورت کنترل شدن توسط پلیس باید بتوانید دلیل رفت و آمد خود را توضیح دهید.

از افراد نزدیکتان باید حداقل ۱.۵ متر (۲ متر ایدال می باشد) فاصله بگیرید.

بیشتر افرادی که گروهی در خیابان هستند کنترل میشوند اما حتا بعضا افرادی که تنها بیرون هستند نیز کنترل میشوند. به خاطر مسائل بهداشتی میبایست تا آنجا که ممکن است با افراد کمتری در تماس باشید و همیشه ترجیحا با همان افراد تماس داشته باشید.

مواظب خودتان باشید و سالم و سلامت بمانید!

پشتیبانی-کرونا _ همبستگی محله مونیخ (Corona-Support – Nachbarschafts-Solidarität München)

در صورتی که بخاطر قوانین جدید دچار مشکلاتی شده اید و یا نیاز به کمک در مورد مسائل غیر مرتبط با کرونا دارید، با ما تماس بگیرید: (روزانه از 10:00 تا 20:00 به زبان آلمانی و انگلیسی)

München-Hilfe-Telefon: +4915172661858

Facebook: <https://fb.com/groups/3167578723274760>

Telegram: <https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Couvre-feu en temps du coronavirus,

Le couvre-feu a été décrété pour toute la population dans la totalité de la Bavière pour un minimum de deux semaines, du 21 mars au 3 avril, le but étant de ralentir l'extension de la maladie.

Ceci signifie que tu n'as plus le droit de quitter ton hébergement/ta maison, sauf en cas de raison particulière. Les exceptions les plus importantes sont les suivantes :

- Aller au travail.
 - Aller chez le médecin ou à la pharmacie.
 - Aller acheter des produits alimentaires, aller à la poste ou à la banque.
 - Aller se promener ou faire du sport à l'extérieur - mais uniquement tout seul ou avec les personnes avec qui tu vis ensemble (famille, colocataires...). Interdiction de se réunir/de se rencontrer en groupe.
 - Rendre visite à quelqu'un à l'hôpital dans la mesure où il s'agit de tes amis ou de ta famille à l'agonie ou en cas d'accouchement.
 - Rendre visite à des personnes âgées, faibles ou malades nécessitant ton aide.
- N'oubliez pas que vous ne pouvez pas entrer dans les hôpitaux et que le contact physique avec les personnes âgées et malades et à éviter, parce que l'infection corona est particulièrement dangereux pour eux.
- Rendre visite à ton partenaire ou à tes enfants si vous ne vivez pas ensemble.

La police fait des contrôles dans les rues et applique de fortes sanctions en cas d'infraction.

En cas de contrôle, vous devez donner une raison à la police et être en mesure de vous justifier.

Il faut prendre une distance d'au moins 1,5m des autres personnes autant que possible (2m sont recommandés).

La police fait surtout des contrôles des groupes, mais aussi des individus dans les rues. D'un point de vue de la santé il est recommandé de rester toujours avec le même petit nombre des personnes.

Prenez soin de vous et restez en bonne santé !

Corona support—Voisinage solidaire à Munich

Si vous avez besoin de soutien (non-médical) à cause de l'imposition des règles nouvelles ou de la situation générale en face de la crise corona, vous pouvez nous contacter :

Numéro d'aide à Munich: +4915172661858 (en allemand et en anglais, chaque jour, de 10 à 20h)

Groupe Telegram: <https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Groupe Facebook: <https://fb.com/groups/3167578723274760>

کورونا ده باندی وتلو بندیز

گرانو لوستونکو،

لبرترلره د دوه اونيو لپاره د مارچ له ۲۱ څخه تر ۳ اپریل ۲۰۲۰ میلادی کال پورې.

اوس په باویریا کې د ټولو خلکو لپاره باندی وتلو بندیز ټاکل شوی دی. پدې توگه، د ناروغی خپرېدل نور هم ورو شی، پدې معنی چې تاسو باید خپل استوگنځي/کورنه څخه و نه وزی پرته لدې چې تاسو مشخص دلیل ولری.

استثناوي په لاندې ډول دي:

- بانک، کار، پوستي دفتر، ډاکټر او درملتون ته تگ او یا هم خوراکیټوگو اخیستل
 - قدم وهل او بیروني سپورتونه په یوازي توگه یا د هغه خلکوسره چې تاسو سره اوسېږئ (د مثال په توگه کورنۍ او هغه څوک چه تاسو سره ژوندکوی) په نورو ډلو کې ناسته اجازی نشته
 - د روغتون لیدنه کله چې ملگري یا کورنۍ مره کیري او د زیرون پرمهال
 - زاره، ضعیف او ناروغ لیدنه امکان لری که تاسو د دوی سره مرسته کول غواری
 - میره/بنځه یا خپلو ماشومانو سره لیدنه کولی شی څوک چې تاسونه بیل ژوند کوي.
- که امکان ولري، نو باید لبرترلره ۱،۵ متره د نورو خلکو څخه فاصلی مراعت وکی (مطلوب روغتیا لپاره: ۲ متره).

د ناروغی پروراندې د ساتنې لپاره، له ټولو خلکونه غوښتنه کیری چې که امکان ولري نو خپل کور کې پاتې شی.

په ځانگړي توگه دلیر کسان کنټرول کیری او هم هغه کسان چه یوازه د باندی زی. که امکان ولري کوښښ وکی خپل روغتیا لپاره یوازی اوسی، او یا هم خپل فامیل او هغه کسان چه تاسو سره ژوندکوی تماس ولری.

پولیس په لارو او کوڅو کې تاسونه باسخاص کوی او ده قانون ده سرغرونی په دلیل تاسو جریمه کیری.

تاسو باید ور اوسی چې پولیسو ته خپل دلایل بیان او تشریح یی کری.

پاملرنه وکړئ او صحتمند اوسی

د کورونا ملاتړ—Nachbarschafts-Solidarität München

که تاسو د نوي قاعدې سره ستونزې لری یا د کورونا بحران لپاره نور غیر طبي مرستې ته اړتیا لری، تاسو کولی شی دلته له مور سره اړیکه ونیسی:

د میونخ مرستې تلیفون: +۴۹۱۵۱۷۲۶۶۱۸۵۸

(هره ورځ د سهار له ۱۰:۰۰ څخه تر ماښام ۲۰:۰۰ بجو پورې په جرمني او انگلیسی کې)

فېسبوک: <https://fb.com/groups/3167578723274760>

تلیگرام: <https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

ኮሮና - ናይ ምስቅሰቻስ ገደብ፣

ን 2 ሰሙን - ብውሕዱ ካብ ዕለት 21. መጋቢት ክሳብ 3. ምያዝያ ኣብ ምሉእ ዞባ ባየርን ናይ ምስቅሰቻስ ገደብ ክግበር እዩ። በዚ ኣገባብ ኣዚ ድማ ቀጻሊ ምልባዕ ናይቲ ሕግም ብተወሳኺ ክቕንስ ንምባል እዩ።

ኣዚ ማለት፣ ንስኻ ካብ ኣትነብረሉ ቦታ/ ገዛኻ ክትወጽእ የብልካን፣ ኣገዳሲ ምኽንያት ኣንተዘይበልካ ማለትዩ።

እተን ኣገዳሲ ምኽንያታት እዘን ዝስዕባ እየን።

- ናብ ሰራሕ ምኽድ
- ናብ ሓኪም ወይ ናብ ፋርማሲ ምኽድ
- ክትሸምት ምኽድ፣ ናብ ኣንዳ ፖስት ወይ ናብ ባንክ ምኽድ
- ኣብ ደገ ባይንኻ ወይ ምስ መናብርትኻ (ንኣብነት፣ ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኩም) ምዝዋርን ስፖርት ምግባርን። ምስ ካልኣት ሰባት ዝግበር ርክባት ምቁራጽ።
- ኣብ ሆስፒታላት ዝግበር ምብጻሕ፣ ብጻይኩም ኣንተድኣ ኣብ ኣፈ-ሞት ሃልዩ ወይ ኣብ ሕርሲ ጥራይ።
- ምብጻሕ ኣረግቶት፣ ሕሙማት ወይ ደለይቲ ደገፍ። ነዚኦም ንኣብነት ክትሕግዞም ወይ ነገራት ከተምጽኣሎም ትኸእል ኢኻ። ግን ኣስተውዕል ናብኦም ክትኣትው ኣይፍቀደካን እዩ፣ ዓባይትን ሕሙማትን ኣውን ኣንተዘይበጻሕኩም ተመራጺ እዩ፣ ምኽንያቱ ንዕኡም ሕግም ኮሮና ሓደገኛ ስለ ዝኾነ።
- ምሳኻ ዘይቅመጡ ደቕኻ ወይ መጻምድትኻ ምብጻሕ።

ካብቲ ሕግም ክንድሕን ኩሉ ሰብ ኣብ ገዝኡ ክኸውን ንምሕጻን።

ፖሊስ ብኸመይ ኣገባብ ከምዘሰርሑ ዛጊት ፍሉጥ ኣይኮነን። ኣንተኹን ግን ፖሊስ ኣብ ጎደናታት ኮይኖም ክሰርሑን ክብድ ዝበለ መቐጻዕትታት(ቡስገልድ) ክህቡ እዮም። ንፖሊይስ ምኽንያትኩም ክትነግሩን ክትገልጹ ክትክእሉ ኣለኩም።

ተጠንቀቐ ከምኡውን ጥዕናኹም ሓልዉ!

Corona-Support – Nachbarschafts-Solidarität München

በዚ ሓደሽ ሕግታት ትጽገሙ ኣንተደኣ ኮይንኩም ወይክኣ ሓደሽ ሓበሬታ ብዛዕባ ናይ ኮሮና ቀውሲ የድልየኩም ኣንተደኣ ኮይኑ፣ በዚ ዝስዕብ ንዓና ክትውከሱና ትኸእሉ ኢኹም።

München-Hilfe-Telefon: +4915172661858 (መዓልታዊ ካብ ሰዓት 10:00 ክሳብ ሰዓት 20:00 ብ ቋንቋ ጀርመንን ኣንግሊዝን)
Facebook: <https://fb.com/groups/3167578723274760>
Telegram: <https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

کورونا کرفیو

21 مارچ سے کم سے کم 3 اپریل تک دو ہفتے کے لئے ، باویریا (Bavaria) میں تمام لوگوں کے لئے کرفیو ہے۔ کرفیو سے کورونا بیماری کے پھیلاؤ میں کمی آئے گی۔

خصوصی وجوہات کے علاوہ ، آپ کو رہائش پذیر کیمپ یا مکان چھوڑنے کی اجازت نہیں ہے۔ سب سے اہم غیر معمولی وجوہات یہ ہیں:

- کام پر جانا
- ڈاکٹر کے پاس جانا یا فرمیسی جانا
- خریداری کے لئے یا ڈاکخانہ یا بینک جانے کے لئے باہر جانا
- سیر کے لئے جانا یا باہر کھیل کھیلنا ، لیکن صرف اپنے کمرے یا فلیٹ ساتھیوں یا ان لوگوں کے ساتھ جو آپ کے ساتھ رہتے ہیں۔ دوسرے گروپوں میں ملاقات کی اجازت نہیں ہے۔
- ہسپتالوں میں دوسروں سے ملنے کی اجازت صرف اس صورت میں دی جاسکتی ہے جب آپ کے کنبہ/فیملی کے ممبر یا دوست کی موت واقع ہو یا وہ بچے کو جنم دے۔
- معمر افراد ، بیماروں اور وہ لوگ جن کو مدد کو ضرورت ہے، آپ ان کی مدد کرسکتے ہیں یا مثال کے طور پر انہیں کچھ لا کے دے سکتے ہیں۔ تاہم ، یہ نہ بھولیں کہ آپ ہسپتالوں میں نہیں جاسکتے ہیں اور بوڑھوں اور بیماروں سے ملنے سے گریز کیا جانا چاہئے ، کیونکہ کورونا بیماری خاص طور پر ان کے لئے خطرناک ہے۔
- اگر آپ ساتھ نہیں رہتے ہیں تو اپنے ساتھی یا اپنے بچوں سے ملنے کی بھی اجازت ہے۔

اس بیماری سے بچاؤ کے لیے تمام لوگوں کو جب بھی ممکن ہو گھر پر رہنے کی ترغیب دی جاتی ہے۔

پولیس سڑکوں پر لوگوں کو روک راہی ہے اور چیک کر رہی اور اس پر بہت زیادہ جرمانہ (Bußgelder) ہے۔ پولیس سے باہر ہونے کی وجہ بتانے اور سمجھانے کے لئے تیار رہیں۔

اگر ممکن ہو تو ، دوسرے لوگوں سے کم سے کم 1.5 میٹر کا فاصلہ ہمیشہ برقرار رکھنا چاہئے (بہتر صحت: 2 میٹر)۔ خاص طور پر گروپوں کو کنٹرول کیا جاتا ہے ، بلکہ وہ لوگ بھی جو باہر سے اکیلے ہوتے ہیں۔ صحت کے نقطہ نظر سے ، آپ کو ممکن ہو تو کچھ ، لیکن ہمیشہ ایک ہی لوگوں کے ساتھ رہنا چاہئے۔

دیکھ بھال کریں اور صحت مند رہیں!

کورونا سپورٹ — پڑوسی یکجہتی میونخ

اگر آپ کو نئے قواعد کی وجہ سے پریشانی کا سامنا کرنا پڑتا ہے یا کورونا بحران کی وجہ سے غیر طبی مدد کی ضرورت ہے تو ، آپ ہم سے رابطہ کرسکتے ہیں:

میونخ - ہیلپ لائن:

+ 4915172661858

(ہر روز صبح 10 بجے سے رات 8 بجے تک ، جرمن اور انگریزی میں)

فیس بک: <https://fb.com/groups/3167578723274760>

ٹیلیگرام: <https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>