

دعم ضد الكورونا جيران متضامنين في ميونخ

الجيران الأعزاء، الأصدقاء الأعزاء ، سكان ميونخ الأعزاء

تؤثر أزمة كورونا الصحية علينا جميعًا ، ولكن ليس بنفس الخطورة على الجميع: كبار السن والمصابون بأمراض سابقة معرضون لخطر هذا المرض بشكل خاص، بالنسبة لهم أفضل وقاية من خطر المرض هو البقاء في المنزل بشكل دائم. أيضا الأشخاص الذين يعانون مسبقا من ظروف صحية صعبة يتعرضون في الحجر الصحي بشكل أكبر تبعيات انتشار الوباء، بالتالي فإن تأمين الحماية والرعاية الصحية لهم صعب للغاية.

في مثل هذه الظروف من المهم جدا تحقيق التضامن والالتزام مع المحيط و بعضنا البعض في المدينة. اعتن بنفسك وبالآخرين! من الضروري أن يدرك الجميع مسؤولية احتواء هذه العدوى! نحن نبتعد في هذه الظروف عن بعضنا مكانيا، لكننا قريبون اجتماعيًا و معنويًا ولن نترك أحدا يسقط في وضع أكثر صعوبة!

الحصول على المساعدة الطوعية

سواء من أجل شراء المواد الغذائية، أو إخراج القمامة ، المساعدة في الأمور الطبية، الحصول على المشورة – حسب القدرة - ، أو تأمين دراجات هوائية، لإعادة توزيع الطعام والأواني ، تنظيم الدعم المالي ، اصطحاب كلب في نزهة وما إلى ذلك. اعتمادا على الوضع والاحتياج، يمكن الاتفاق عليه هنا و الحصول على الدعم من جيرانك

تقديم المساعدة الطوعية

من المهم مساعدة بطريقة غير مركزية لتجنب المسارات وجهات الاتصال غير الضرورية. ساعد عدد قليل من الناس ولكن بشكل مستمر على ان تساعد عدد كثير بشكل متقطع. بعده الطريقة يمكن القيام بعمل روابط شخصية بين المحتاجين والمساعدين.

ضع هذا الإعلان في بيت درج البناية أو في الشارع أو الحي ، وأدخل اسمك ورقم هاتف (الهاتف مهم لكبار السن) وبريد إلكتروني في الحقل المناسب. إذا كنت تعرف أشخاصا محتاجين أو يودون المساعدة و يصعب الوصول إليهم بهذا الإعلان، أعلمنا بذلك عبر قنواتنا.

أنا أريد ان أقدم المساعدة للأشخاص
المعزولين و المقيمين في الحجر الصحي. عند
الحاجة اتصل بي رجاء

أسمي	
تلفوني	
أيميلي	

مجموعتنا على التليغرام:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

مجموعتنا على الفيسبوك:

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

أيميلنا:

solidarischenachbarschaft@riseup.net

تلفون ميونخ للمساعدة: +4915172661858

من العاشرة صباحا حتى الثامنة مساء

باللغتين الألمانية و الإنكليزية

Telegram



Facebook



Корона Support

Солидарна подкрепа-

Съседи в помощ, Мюнхен

Скъпи съседи, скъпи приятели, скъпи жители на Мюнхен,

Коронарната здравна криза засяга всички нас, но не всички еднакво тежко: възрастните хора и тези с предишни заболявания са особено изложени на риск, за някои това е най-добрата защита да останат у дома. Освен това хората, които вече са в трудни обстоятелства, сега са особено силно засегнати, а защитата и грижите са особено трудни за тях.

Още по-важно е да намерим солидарност помежду си и да се придържаме заедно в града. Погрижете се за себе си и за другите! От решаващо значение е всички да са наясно с отговорността за овладяване на инфекциите! Дистанцираме се пространствено, но сме социално близки и не се оставяме един на друг да изпадне в още по-трудна ситуация!

Солидарна подкрепа и съседска помощ

Независимо дали пазарувате, изнасяте боклука, прибиране на Болничен лист, предлагане на съвети или съвети в зависимост от нивото на вашите умения, осигуряване на велосипеди поднаем, преразпределяне на храни и прибори, организиране на финансова подкрепа, разхождане на кучета и т.н. В зависимост от ситуацията и нуждите, може да се договори тук!

Ето как можете да помогнете

Важно е да помогнете от разстояние, за да избегнете ненужни контакти. Помогнете на малко хора, но непрекъснато. Ето защо е добра идея да създадете лични връзки между нуждаещите се и тези, които помагат. Закачете това известие на стълбището или вашата улица, въведете вашето име и телефонен номер (важно за възрастни хора) и имейл в съответното поле. Ако познавате хора в нужда или помощници, които сами не са онлайн, пишете ни по нашите канали.

Предлагам помощ за хора в изолация и / или карантина! При нужда можете да се свържете:

Име	
Телефон	
Е-мэйл	

Група във Telegram:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Група във Facebook:

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

Е-мэйл: solidarischenachbarschaft@riseup.net

Телефон за помощ в Мюнхен: +4915172661858

Ежедневно от 10:00 до 20:00 на немски и английски език

Telegram



Facebook



慕尼黑地区 新冠疫情 社区互助

亲爱的邻居，亲爱的朋友，亲爱的慕尼黑市民，

新冠病毒导致的健康危机影响到我们所有人，但并非所有人都遭到同等的打击：

老年人和患者的处境尤其危险，对于高风险人群来说，居家是最优保护方案。

此外，一些本就处于生存困境中的人们受到的威胁尤其严重，其健康安全和生计的保障变得愈加困难。

在此情境下，我们形成互助氛围，团结在一起尤其关键。

请照顾好自己并关照他人！每一个人有意识地防疫和阻断传染对情势的发展都至关重要！物理距离的保持不应意味着意识上的社交隔离 - 我们大家休戚相关，即便在更艰难的情况下也要彼此关照。

邻里互助

互助的事项包括而不限于：购物，处理垃圾，领取文书，提供交谈或咨询（根据个人能力），出借自行车，食品或日常用品的分配，资金支持，遛狗等。这些事项皆可视情况与需求在此平台商讨！

如何参与

互助行动中须以**去中心化**为原则，注意避免不必要的行程和接触。试着帮助**少量**的人并**坚持**下去。在此我们建议在助人者与寻求帮助者之间有效的个人联系。请将此帖贴在你们的楼道和街道，填写你们的姓名和电话联系方式（对于老年人尤其重要）以及电邮。若你们认识的助人者与寻求帮助者尚无线上连结方式，可以通过我们的频道联系。

我愿意为隔离中的人提供帮助！有需求请联系。

姓名	
电话	
电邮	

Telegram- 群组：

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Facebook- 群组：<https://facebook.com/groups/3167578723274760>

E-Mail: solidarischenachbarschaft@riseup.net

慕尼黑求助电话：+4915172661858
(早十点至晚八点，德英双语)

Telegram



Facebook



CORONA SUPPORT

SOLIDARISCHE NACHBARSCHAFT

MÜNCHEN

Liebe Nachbar*innen, liebe Freund*innen, liebe Münchner*innen,

die Corona-Gesundheitskrise trifft uns alle, aber nicht alle gleich hart: Ältere und Vorerkrankte sind besonders gefährdet, für manche ist es der beste Schutz, ganz zu Hause zu bleiben. Hinzu kommt, dass es Menschen in ohnehin schwierigen Lebensumständen nun auch besonders hart trifft und für sie Schutz und Versorgung besonders schwer werden. Umso wichtiger ist es, dass wir in der Stadt einen solidarischen Umgang miteinander finden und zusammenhalten. Achtet auf Euch und andere! Entscheidend ist, dass jede_r Einzelne sich der Verantwortung zur Eindämmung der Infektionen bewusst ist! Wir distanzieren uns zwar räumlich, doch sozial stehen wir eng zusammen, und lassen auch in einer noch weiter verschärften Situation einander nicht fallen!

SOLIDARISCHE NACHBARSCHAFTSHILFE

Ob Einkäufe erledigen, Müll wegbringen, Atteste abholen, Gesprächs- oder Beratungsangebote je nach Können, Fahrrad zur Verfügung stellen, Lebensmittel und Gebrauchsgegenstände umverteilen, finanzielle Unterstützung organisieren, Hund ausführen und so weiter. Je nach Situation und Bedürfnis kann sich hier abgesprochen werden!

SO KANNST DU HELFEN

Dabei ist es wichtig DEZENTRAL zu helfen, um unnötige Wege und Kontakte zu vermeiden. Hilfe WENIGEN Menschen aber KONTINUIERLICH. Es bietet sich somit an persönliche Verbindungen zwischen Hilfsbedürftigen und Helfenden einzugehen. Hänge diesen Aushang in euer Treppenhaus oder eure Straße, trage euren Namen und eine Telefonnummer (wichtig für ältere Menschen) und eine E-Mail in das entsprechende Feld ein. Wenn ihr Hilfsbedürftige oder Helfer kennt, die nicht selbst online vernetzt sind, schreibt uns über unsere Kanäle.

Ich biete Hilfe für in Isolation und/oder Quarantäne befindliche Personen! Bei Bedarf melden.

Name	
Telefon	
E-Mail	

Telegram-Gruppe:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Facebook-Gruppe:

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

E-Mail:

solidarischenachbarschaft@riseup.net

München-Hilfe-Telefon:

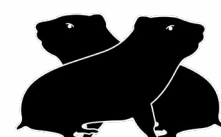
+4915172661858

(täglich von 10:00 bis 20:00 in deutscher und englischer Sprache)

Telegram



Facebook



SOLIDARITÄT
STATT HAMSTERKÄUFE

Υποστήριξη για τον κορονοϊό

Αλληλέγγυα Γειτονιά

Μονάχου

Αγαητοί/ες γείτονες/ισσες , αγαητοί/ες φίλοι/ες, αγαητοί κάτοικοι του Μονάχου,

η κρίση υγείας του κορονοϊού μας επηρεάζει όλους, αλλά όχι όλους εξίσου σκληρά: Οι ηλικιωμένοι και οι άνθρωποι που είναι ή ήταν ήδη ασθενείς κινδυνεύουν ιδιαίτερα, για ορισμένους, η καλύτερη προστασία είναι να παραμείνουν στο σπίτι. Επιπλέον, τα άτομα που αντιμετωπίζουν δύσκολες συνθήκες διαβίωσης έχουν πληγεί ιδιαίτερα και η προστασία και η φροντίδα τους είναι και γίνεται ιδιαίτερα δύσκολη.

Είναι πολύ σημαντικό να βρούμε έναν αλληλέγγυο τρόπο συμπεριφοράς για το μεταξύ μας στην πόλη και για να αλληλοϋποστηρίζομαστε.

Φροντίστε τον εαυτό σας και τους άλλους!

Είναι ζωτικής σημασίας να γνωρίζει ο καθένας/καθεμία την ευθύνη του/της ώστε να περιορίσει τις λοιμώξεις! Απομακρυνόμαστε χωρικά, αλλά είμαστε κοινωνικά δίπλα δίπλα και δεν αφήνουμε ο ένας/μία τον άλλον/την άλλη να πέσει ακόμη και αν η κατάσταση δυσκολέψει και άλλο!

Αλληλέγγυα Βοήθεια Γειτονιάς

Είτε κάνοντας ψώνια, πετώντας τα σκουπίδια, πηγαίνοντας και παίρνοντας πιστοποιητικά, προσφορά Συζήτησης ή συμβουλευτική ανάλογα με την ικανότητα του καθενός/μίας, διαθέτοντας ένα ποδήλατο προς χρήση, αναδιανομή των τροφίμων και των αντικειμένων καθημερινής χρήσης, οργάνωση οικονομικής βοήθειας, βγάλσιμο του σκύλου για βόλτα κλπ. Ανάλογα με την κατάσταση και τις ανάγκες, μπορούν εδώ να γίνουν συννενοήσεις!

Έτσι μπορείς να βοηθήσεις

Είναι σημαντικό να βοηθήσετε αποκεντρωμένα, για να αποφευχθούν περιττές διαδρομές και επαφές. Βοήθησε λίγους ανθρώπους αλλά με συνέχεια. Είναι λοιπόν καλή ιδέα να δημιουργηθούν προσωπικές σχέσεις μεταξύ εκείνων που έχουν ανάγκη και εκείνων που βοηθούν.

Βάλτε αυτήν την ειδοποίηση στις σκάλες της πολυκατοικίας ή στο δρόμο σας, γράψτε το όνομά σας και έναν αριθμό τηλεφώνου (σημαντικός για τους ηλικιωμένους) και ένα E-Mail στο κατάλληλο πεδίο. Εάν γνωρίζετε ανθρώπους που έχουν ανάγκη ή άτομα που θέλουν να βοηθήσουν που δεν είναι οι ίδιοι μέσα κοινωνικά δίκτυα online, γράψτε μας μέσω των καναλιών μας.

Προσφέρω βοήθεια για άτομα σε απομόνωση ή / και καραντίνα!
Αν υπάρχει ανάγκη επικοινωνήστε.

Όνομα	
Τηλέφωνο	
E-Mail	

Telegram Γκρούπ:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Facebook Γκρούπ:

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

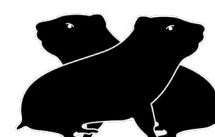
E-Mail:

solidarischenachbarschaft@riseup.net

Τηλέφωνο Βοήθειας Μονάχου:
+4915172661858

Καθημερινά 10:00 μέχρι 20:00 στα
γερμανικά και τα αγγλικά

Telegram



SOLIDARITÄT
STATT HAMSTERKÄUFE

Facebook



Corona Support

Neighborhood Solidarity

Munich

Dear neighbors, friends and people of Munich,

The Corona health crisis has affected all of us but not everyone to the same extent: The elderly and sick are particularly at risk and, for many, it is important for them to stay at home. It is equally problematic for people in already difficult situations, and help, as well as support, will be extremely difficult for them to acquire. It is therefore essential that we, as a city, offer a sense of solidarity and support. Take care of yourselves and of others! It is crucial that everyone is aware of their responsibility to contain this infectious disease! We have to distance ourselves physically, yet socially we can stand together and help prevent others from slipping into an even worse situation.

NEIGHBORHOOD HELP AND SOLIDARITY

Whether you need advice organizing financial aid, or you need somebody to help you do the shopping, throw away garbage, pick up medical certificates, provide a bike, or you have questions regarding redistribution of food or other useful things, please contact us and we will try to find a solution.

HOW YOU CAN HELP

It is important to help **LOCALLY**, avoiding unnecessary trips and points of contact. Help a few people **CONTINUOUSLY**. It makes sense for those in need, and for the helpers, to have a personal connection. Hang up this notice in your buildings or on your street, filling in your name, telephone number (important for old people) and email address in the appropriate field. If you know of any helpers or people in need who are not connected online, contact us via the following:

I offer help for isolated persons or those in quaran- tine! Get in touch if in need.

Name	
Phone	
Email	

Telegram group:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Facebook group: <https://facebook.com/groups/3167578723274760>

Email:

solidarischenachbarschaft@riseup.net

Munich-helpline: +4915172661858

(every day from 10 a.m. to 8 p.m., in German and English)

Telegram



Facebook



CORONA SUPPORT

Vecindario Solidario

Munich

Querid@s vecin@os, amig@os y gente de Munich:

La crisis de salud por el coronavirus golpea a todos, pero no por igual. L@s ancian@s y las personas con enfermedades pre-existes están particularmente en riesgo por lo que la mejor recomendación es que se queden en casa. Cuidar a personas que ya tienen condiciones de vida duras se vuelve difícil. Por estas razones, como ciudad encontremos formas de ser solidarios y mantenernos unidos. ¡Cuidate a ti mism@ y a l@s demás! Es crucial que cada individuo sea consciente de la responsabilidad de contener infecciones. Nos distanciamos espacialmente, pero socialmente estamos cerca. Nuestra cercanía no cambiará, aún en una situación más difícil.

Ayuda del Vecindario Solidario

Ya sea comprando, sacando la basura, recogiendo certificados, conversando o aconsejando ofertas, poniendo a disposición bicicletas, redistribuyendo alimentos y productos básicos, organizando apoyo financiero, paseando al perro y así sucesivamente. ¡Dependiendo de la situación y las necesidades se puede encontrar una solución!

CÓMO PUEDES AYUDAR

Es importante ayudar a descentralizar en este sentido para evitar caminos y contactos innecesarios. Ayudar a pocas personas, pero de forma continua. Por lo tanto, es una buena idea establecer conexiones personales entre los necesitados y l@s que ayudan. Cuelgue este aviso en su escalera o calle, escriba su nombre y un número de teléfono (importante para las personas mayores) y un correo electrónico en el campo correspondiente. Si conoces a gente que necesita ayuda o ayudantes que no están conectados en línea, escríbenos a través de nuestro@s canales.

¡OFREZCO AYUDA A LAS PERSONAS EN AISLAMIENTO Y/O CUARANTENA! INFORME SI ES NECESARIO

Nombre	
Teléfono	
Correo electrónico	

Grupo de Telegram:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Grupo de Facebook: <https://facebook.com/groups/3167578723274760>

Correo electrónico:

solidarischenachbarschaft@riseup.net

Teléfono de ayuda de Múnich: +4915172661858
(en alemán e inglés, diariamente de 10 a.m. a 8 p.m.)

Telegram



Facebook



اتحاد همسایگان در مبارزه با کورونا

همسایگان عزیز، دوستان عزیز و مونیخی‌های عزیز،

بحران کورونا زندگی همه ما را تحت تاثیر خود قرار میدهد اما نه به یک میزان. سالمندان و افرادی که پیشین بیماری دارند قشر آسیب پذیر را تشکیل میدهند و برای بعضی از افراد بهترین راه حل ماندن در خانه است. علاوه بر این در شرایط نه مساعد زندگی تهیه مواد غذایی و بهداشتی نیز برای مردم سخت میشود.

از این رو بسیار مهم است که ما در شهرمان با هم یک پارچه و متحد باشیم. مراقب خودتان و دیگران باشید! مهم این است که هر فرد از وظیفه خود برای مقابل با ویروس کورونا آگاه باشد. درست است که به شکل فیزیکی یز هم فاصله میگیریم اما از لحاظ اجتماعی کنار هم ایستاده ایم و همدیگر را حتا در شرایطی سخت تر هم تنها نمیگذاریم.

من مایل به کمک به افرادی که در
ایسولاسیون و یا قرنطینه هستند میباشم

نام	
تلفن	
ایمیل	

گروه تلگرم:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

گروه فیسبوک:

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

ایمیل:

solidarischenachbarschaft@riseup.net

تلفن کمکی مونیخ: +4915172661858

هر روز از ساعت ۱۰ صبح تا ۸ شب به آلمانی و انگلیسی

Telegram



Facebook



اتحاد همسایگان در مبارزه با کورونا

هر موضوعی مثل خرید کردن، اشغال دور ریختن، گواهی پزشک را از مطب دکتر گرفتن، بسته به تخصص مشاوره دادن، دوچرخه در اختیار دیگران گذاشتن، مواد غذایی و عقم مصرفی پخش کردن، جمع کردن کمک مالی، سگ حرا برای گردش بیرون بردن و غیره را می‌توان در اینجا مطرح کرد.

چگونه میتوانی کمک کنی

برای آنکه از مسیرها و تماشای غیر ضروری پرهیز کنیم، مهم است که به شکل غیر متمرکز به کمک دیگران به پردازیم. به افراد کمی کمک کنیم اما پیوسته کمک کنیم. به همین دلیل میبایست تماس مستقیم بین افرادی که نیاز به کمک دارند و افرادی که به آنها کمک میکنند برقرار شود.

این برگ را در راه پله خانه تان و یاد در خیابان محل زندگیتان آویزان کنید. نام، تلفن و آدرس ایمیل خود را نیز در این برگ وارد کنید. اگر افرادی را می‌شناسید که نیاز به کمک دارند و یا علاقه ماند به کمک هستند اما دسترسی به اینترنت ندارند از طریق کانال‌های ما به ما خبر بدهید.

CORONA SUPPORT

Voisinage solidaire

Munich

Chères*chers voisin*es, chères*chers ami*es, chères*chers Munichois*es,

La crise de santé liée au coronavirus nous touche tous, mais pas tout le monde avec la même ampleur: Les personnes âgées et les personnes à risque sont particulièrement en danger. Pour certain*es, la meilleure façon de se protéger est de rester chez soi. De plus, les personnes qui vivent dans des conditions difficiles sont également touchées davantage puisque leur protection et leur approvisionnement deviennent plus compliqués. Il est donc d'autant plus important que nous trouvions une façon d'agir portée par la solidarité et la cohésion sociale. Veillez sur vous-mêmes et sur les autres! Il est essentiel que chacun*e soit conscient*e de sa responsabilité face au confinement du virus! Nous prenons nos distances spatiales mais nous sommes proches socialement et nous tenons compte les uns des autres, même dans une situation aggravée!

Aide solidaire entre voisins

Faire des achats, sortir les poubelles, aller chercher des médicaments sur ordonnance, offrir la possibilité de discussion et de dialogue, service de conseil (en relation avec les compétences individuelles), prêt de vélos, redistribution de produits alimentaires et de biens durables, organisation de soutien financier, aller promener le chien. Vous pouvez vous coordonner en réponse à vos besoins!

Comment aider ?

Il est important d'aider de manière décentralisée afin d'éviter des distances et des contacts supplémentaires. Il s'agit d'aider plutôt un nombre RÉDUIT de personnes mais ceci de manière CONTINUE. Il est donc souhaitable de construire des relations personnelles entre personnes nécessiteuses et volontaires.

Affichez cette annonce dans votre cage d'escalier ou dans votre rue. Notez-y votre nom, votre numéro de téléphone (important pour les personnes âgées) et votre adresse mail. Si vous connaissez des personnes nécessiteuses ou des personnes qui seraient prêtes à aider et qui ne sont pas connectées dans les réseaux sociaux, écrivez nous sur nos réseaux.

Je propose de l'aide aux personnes en isolation ou en quarantaine! Contactez-nous si besoin.

Nom	
Numéro	
Courriel	

Groupe Telegram:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

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

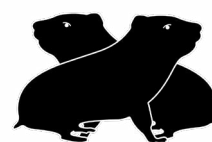
Adresse courriel:

solidarischenachbarschaft@riseup.net

Numéro d'aide à Munich: +4915172661858

(en allemand et en anglais, chaque jour, de 10 à 20h)

Telegram



SOLIDARITÄT
STATT HAMSTERKÄUFE

Facebook



תמיכה בזמן הקורונה

שכונה סולידרית

מינכן

שכנים/ות יקרים/ות, חברים/ות יקרים/ות במינכן,

מגפת הקורונה משפיעה על כולנו, אך במידות חומרה שונות: קשישים והסובלים ממחלות רקע נמצאים בקבוצת סיכון גבוה, ובשבילם ההגנה הטובה ביותר היא להישאר בבית. בנוסף, אנשים אשר בין כה וכה מתמודדים עם תנאי חיים קשים נפגעים במיוחד מן המצב ועבורם ההגנה והטיפול הם קשים עד מאוד. לכן, חשוב מאוד שאנו, תושבי העיר, נגלה סולידריות ונתמוך זה בזה. שימרו על עצמכם ועל אחרים! מודעות ואחריות אישית לצמצום ההדבקה בורוס היא חיונית! נשמור על מרחק פיזי אחד מהשני, אך חברתית נעמוד יחדיו, ולא ניתן למצב להחריף!

אני מציע/ה עזרה לאנשים הנמצאים בבידוד. אנא צרו קשר במקרה הצורך.

שם	
טלפון	
אימייל	

קבוצת טלגרם:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

קבוצת פייסבוק:

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

אימייל:

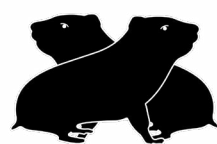
solidarischenachbarschaft@riseup.net

קו סיוע במינכן: +4915172661858

מדי יום בשעות 10 בבוקר עד 8 בערב.

בגרמנית ובאנגלית.

Telegram



SOLIDARITÄT
STATT HAMSTERKÄUFE

Facebook



סיוע וסולידריות בשכונה

קניות, פינוי פסולת, איסוף מסמכים מהרופא, שיחה וייעוץ, סיוע, השאלת אופניים, אספקת מצרכים ואוכל, עזרה כספית, הוצאת הכלב לטיול ועוד. לכל סיטואציה וצורך ניתן לתת מענה!

כך תוכלו לעזור

חשוב לעזור באופן מקומי ולהימנע כמה שיותר ממגע מיותר עם אחרים. עזרו למעט אנשים אבל באופן רציף. מומלץ ליצור קשרים אישיים בין הזקוקים לעזרה לבין היכולים לעזור. תלו מודעה זו בבניין או ברחוב, כתבו את שמכם, מספר הטלפון (חשוב עבור קשישים) ואת כתובת האימייל שלכם. אם אתם מכירים אנשים שזקוקים לעזרה או כאלה שיכולים לעזור, כתבו לנו.

Corona Support

Vicinanza Solidale

München/Monaco

Cari vicini, cari amici, cari abitanti di Monaco,

la crisi sanitaria del corona virus ci colpisce tutti, però non tutti nello stesso modo: Anziani e persone con patologie pre-esistenti sono particolarmente in pericolo e per loro la prevenzione migliore è di restare isolati nel proprio appartamento. Inoltre si peggiora la situazione per chi già stava in difficoltà prima e tutela e alimentazione diventano difficili per loro. Perciò è importantissimo che troviamo rapporti solidali tra di noi e che ci aiutiamo. Prendete cura di voi e degli altri. Non dimenticate che la cosa più importante è di interrompere la catena della diffusione del virus, per cui per favore sentitevi responsabili! Al momento è arrivato il tempo in cui ci distanziamo spazialmente, socialmente però stiamo assieme e non lasceremo nessuno solo in questi tempi difficili.

AIUTO SOLIDALE NEL VICINATO

Fare la spesa, svuotare i rifiuti, ritirare degli attestati, offerte di conversazione e consultazione a seconda delle capacità, mettere a disposizione la propria bicicletta, ridistribuire prodotti alimentari e oggetti d'uso, organizzare supporto economico, portare a spasso il cane e così via. A seconda della situazione e delle esigenze si può accordarsi.

COSÌ PUOI AIUTARE!

Importante sarebbe di organizzare tutto in modo DECENTRALE per evitare distanze e contatti superflui. Conviene aiutare a POCHE persone però CONTINUAMENTE. È quindi opportuno creare dei legami personali tra chi aiuta e chi è in difficoltà. Metti quest'avviso nella scala del condominio o nella tua strada, inserisci il tuo nome e un numero di telefono (importante per persone più anziane) e un indirizzo mail nell'apposito campo. Se conosci delle persone che vogliano aiutare o della gente che ha bisogno d'aiuto, che però non sono connessi on line, scrivici sui nostri canali.

Offro aiuto per persone che si trovano in isolamento o quarantena. In caso di bisogno chiama:

Name	
Telefon	
Mail	

Gruppo di Telegram:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Gruppe di Facebook:

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

Mail:

solidarischenachbarschaft@riseup.net

Telefono di aiuto:

+4915172661858

(tutti i giorni dalle 10:00 alle 20:00 in tedesco e inglese)

Telegram



Facebook



WSPARCIE CORONA

SOLIDARNE SĄSIEDZTWO

W MONACHIUM

Drogi sąsiedzie, droga sąsiadko, drogi przyjacielu, droga przyjaciółko, drodzy monachijczycy,

kryzys zdrowotny związany z koronawirusem uderzył w nas wszystkich - ale nie wszystkich z taką samą mocą. Ludzie starsi, schorowani są szczególnie narażeni. Kompletne pozostanie w domu jest dla nich często najlepszą ochroną. Do tego dochodzi, że trafia to szczególnie mocno osoby, które i tak znajdują się w trudnych warunkach życiowych i wzrasta dla nich problem z zaopatrzeniem w podstawowe produkty. Dlatego tak ważne jest, żeby w naszym mieście zakwitła solidarność sąsiedzka i żebyśmy pokazali, że trzymamy się razem i że los tych osób nie jest nam obojętny. Uważajcie na siebie ale także na innych, tych słabszych. Najważniejsze jest, żebyśmy zdawali sobie sprawę z tego, jak wiele znaczy postawa każdego z nas i że wszyscy ponosimy odpowiedzialność w zwalczaniu wirusa. Co prawda fizycznie musimy być od siebie oddaleni - ale mimo to jesteśmy sobie bliżsi niż kiedykolwiek i nikt nie pozostanie sam!

Solidarna pomoc sąsiedzka

Wszystko jedno przy czym potrzebujecie pomocy: Czy przy zakupach, wyniesieniu śmieci, odbiorze recepty, rozmowę doradczą, opiekę nad dziećmi, pożyczanie roweru, wyjście z psem, zorganizowanie pomocy finansowej itd. Zależnie od sytuacji i potrzeby dużo można załatwić i pomóc!

Tak możesz pomóc

Ważne jest, żeby to była pomoc indywidualna i decentralistyczna, aby obejść się bez niepotrzebnych dojazdów i kontaktów. Pomagaj mniejszej ilości osób ale za to stale. Możliwa jest osobista więź między potrzebującym pomocy a pomocnikami. Wywieś ten tekst na klatce schodowej bądź na ulicy, podając swoje imię oraz numer telefonu (ważne dla osób starszych) lub email. Jeżeli znacie kogoś, kto potrzebuje pomocy bądź może ją dać a nie jest aktywny w internecie, zgłóście się u nas.

Oferuję pomoc dla osób znajdujących się w izolacji/kwarantannie. Przy potrzebie proszę się zgłosić.

Nazwa	
Telefon	
Mail	

Grupa na telegramie:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Grupa na facebook: <https://facebook.com/groups/3167578723274760>

Mail: solidarischenachbarschaft@riseup.net

Telefon pomocy Monachium: +4915172661858
(czynny od godziny 10:00 do 20:00, po niemiecku i angielsku)

Telegram



Facebook



Corona Suport

Vecinătate solidară

München

Dragi vecini și prieteni, dragă lume din München,

criza de sănătate provocată de virusul Corona ne afectează pe toți, chiar dacă nu în aceeași măsură. Sunt în pericol mai ales persoanele în vârstă sau cu afecțiuni preexistente. Sfatul pentru cei mai mulți dintre ei este să rămână în casă. De asemenea, situația actuală le este cu atât mai gravă persoanelor, pentru care condițiile de viață sunt deja dificile și pentru care protecția și întreținerea vor fi greu de organizat. Cu atât mai important este să fim solidari și uniți. Fiți atente/aenți la ceilalți!

Cel mai important este ca fiecare să fie conștient/ă de responsabilitatea ei/lui pentru limitarea virusului Corona! Deși vom lua spațial distanță unii față de ceilalți, comunitatea va rămâne unită și nu ne vom lăsa la nevoie în nicio situație, când ceilalți au nevoie de ajutorul nostru.

Sprijin solidar în comunitatea în care locuim

Dacă sunt cumpărături de făcut, gunoi de aruncat, rețete de luat, dacă este nevoie de comunicare sau consiliere (după calificare), o bicicletă de luat cu împrumut, redistribuirea de alimente sau de obiecte de uz zilnic, un sprijin financiar de organizat, de cineva care să plimbe câinele ș.a.m.d.. Orice situație și nevoie poate fi comunicată aici.

Cum poți ajuta

Este foarte important să ajutăm în mod decentralizat pentru ca drumurile nenecesare să fie evitate. Ajută puține persoane, dar ajută-le în mod repetat. Astfel, este o bună idee să stabiliți o legătură personală între persoana ajutată și cea care ajută. Afișați acest anunț în holul casei sau undeva pe stradă, completați tabelul cu numele și numerele voastre de telefon (important pentru persoanele în vârstă) și o adresă de mail. În cazul în care cunoașteți persoane care au nevoie de ajutor sau vor să ajute și nu folosec internetul, anunțați-ne pe grupurile noastre.

Ofer ajutor pentru persoane în izolare sau/și carantină

Nume	
Telefon	
Adresă mail	

Grup telegram:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Grup facebook: <https://facebook.com/groups/3167578723274760>

Mail: solidarischenachbarschaft@riseup.net

Telefon de ajutor în München: +4915172661858
(în germană și engleză, zilnic, de la 10:00 la 20:00)

Telegram



SOLIDARITÄT
STATT HAMSTERKÄUFE

Facebook



Поддержка во времена Короны. Солидарное Добрососедство в Мюнхене.

Дорогие соседи, друзья, мюнхенцы,

кризис связанный с распространением коронавируса затрагивает нас всех, но в разной степени тяжести: старые и больные подвержены большему риску. Оставаться дома для них является лучшей защитой. В теперешней ситуации их жизненные обстоятельства, которые и так были не просты, стали еще тяжелее.

В данной ситуации нам очень важно найти солидарный подход друг к другу и держаться вместе. Заботьтесь о себе и о других! В борьбе с вирусом ключевую роль играет собственная ответственность и сознательность. Мы должны держаться на расстоянии друг от друга, но в социальном плане мы держимся вместе и не оставим друг друга!

Солидарная помощь соседям

Сходить за покупками, выбросить мусор, сходить за справкой к врачу, посоветоваться, одолжить велосипед, поделиться продуктами и предметами, организовать финансовую поддержку, погулять с собакой итд. Здесь можно договориться об этом исходя из конкретных ситуации и нужд!

Так ты можешь помочь

Очень важно помогать рассредоточено, что позволит избежать лишних контактов и ненужного пути. Лучше помогать малому количеству людей, но делать это продолжительно! Это позволит создать личную связь между помогающим и нуждающимся в помощи!

Повесьте этот лист в своем подъезде, или на улице. Внесите в него ваше имя и номер телефона. Если вам известно о людях нуждающихся в помощи, или о тех кто хочет помочь, то свяжитесь с нами.

Я предлагаю помощь людям
находящимся в изоляции или на
карантине! Свяжитесь со мной.

Имя	
Телефон	
Мэйл	

Telegram-группа:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Фэйсбук-группа:

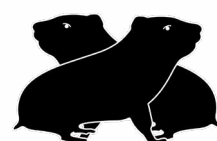
<https://fb.com/groups/3167578723274760>

Мэйл: solidarischenachbarschaft@riseup.net

Телефон помощи Мюнхен: +4915172661858

Ежесуточно с 10:00 до 20:00. Язык общения немецкий и английский.

Telegram



SOLIDARITÄT
STATT HAMSTERKÄUFE

Facebook



Corona Support

Solidarno susjedstvo

Minhen

Dragi susjedi, dragi prijatelji, dragi sugrađani u Minhenu,

Corona-kriza nas je sve pogodila, ali ne sve nas istom težinom: starije osobe i osobe sa već postojećim bolestima su naročito ugrožene, za većinu od njih najbolja je zaštita da ostanu kod kuće. Za one osobe koje već imaju druge zdravstvene probleme veoma je teško u ovoj kriznoj situaciji naći zaštitu i opskrbu.

Zbog toga je veoma važno da u gradu razvijemo solidarnost jedan prema drugom i da ostvarimo zajedništvo. čuvajte sebe i druge! Odlučujuće je da svatko/a bude svjestan svoje osobne odgovornosti u borbi protiv corona-infekcije. Fizički smo možda odvojeni, ali socijalno smo zajedno i nećemo dopustiti da nitko u ovoj ili još ozbiljnijoj situaciji ostane sam!

Solidarna pomoć susjedima

Bez obzira o vrsti pomoći koju trebate/ nudite: radilo se o tome da se ide u kupovinu, iznosi smeće, ide po potvrde, ponudi razgovor ili savjetovanje, iznajmi bicikla, oragnizira prehrana i ostale svakodnevne stvari, organizira financijska pomoć, ide u šetnju sa psom itd. Ovisno o situaciji i potrebi ovdje se može sve dogovoriti i organizirati!

Ovako možeš pomoći

Važno je da se pomogne **DEZENTRALIZIRANO**, da bi se smanjili nepotrebni putevi i kontakti. Pomognite **MANJEM BROJU LJUDI** ali zato **KONTINUIRANO**. Na taj način stvoriti će se lični i prisni odnos između ljudi koji trebaju pomoć i onih koji pomažu.

Objesi ovaj plakat u tvom stepeništu ili u tvojoj ulici, stavi svoje ime, broj telefona (važno pogotovo za starije ljude) i tvoju e-mail adresu u odgovarajuće polje.

Ako znaš ljude kojima treba pomoć ili koji nude pomoć, a nisu online, kontaktiraj nas preko naših kanala.

Pružam pomoć osobama u izolaciji/karanteni. Slobodno se javite ako Vam treba pomoć!

Ime	
Telefon	
E-mail	

Telegram-grupa:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Facebook-grupa: <https://facebook.com/groups/3167578723274760>

E-mail: solidarischenachbarschaft@riseup.net

Telefon za pomoć u Minhenu: +4915172661858

*Dnevno od 10 ujutro do 8 navečer na njemačkom
I engleskom jeziku*

Telegram



SOLIDARITÄT
STATT HAMSTERKÄUFE

Facebook



Corona Destek Semt Dayanışması Münih

Değerli komşular, değerli dostlar, değerli Münihliler,

Corona sağlık krizi hepimizi ilgilendiriyor. Ama ne yazık ki yaslı ve ön hastalıkları mevcut olan insanların daha büyük risk altında olduğu biliniyor. Bu yüzden onların evde durmaları daha güvenli. Günümüzde maalesef bu grup insanların yaşam koşulları ve geçimleri daha da zorlaştı.

Bu sebepten dolayı toplumsal dayanışmayı artırmak çok önemli. Çevrenize ve kendinize dikkat edin! Hastalığın yayılmasını önlemek hepimizin sorunluluğu altında! Aramızda bedensel mesafeleri korumamız gerek. Ama toplumsal olarak tek yüreğiz ve kimseyi unutmuyoruz.

SEMT DAYANIŞMASI

Alışveriş, çöp çıkarma, rapor alma, imkâna göre danışma, bisiklet paylaşımı, gıda ve eşya değişim ve dağıtım, maddi yardım organizasyonu, köpek gezdirme ve benzeri.

Durum ve ihtiyaca göre iletişim kurulabilir.

Yardım etme imkânları

Gereksiz yol ve teması önlemek için, en başta önemli olan **YAKIN CEVREYE** yardım etmek. Az kişiye **SÜREKLİ** yardım et. Böylelikle yardım eden ve yardım alan arasında kişisel bir bağlantı kurulabilir.

Bu yazıyı ev girişine ya da sokağa as. İsmi, telefon numaranı (yaşlılar için önemli) ve e-posta adresini belirlenen yere yaz. İnternet ve sosyal medyadan uzak tanıdığınız yardımsever ve yardıma muhtaç olanlar varsa, bize alta belirtilen kanallarımızdan ulaşabilirler.

İzolasyon ve Karantina altında olanlara yardım ediyorum! İhtiyaç duyduğunuzda arayın.

İsim	
Telefon	
E-posta	

Telegram grubu:

<https://t.me/solidarischenachbarschaftmuc>

Facebook grubu:

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

E-posta: solidarischenachbarschaft@riseup.net

Münih-Yardım-Telefonu: +4915172661858

Her gün saat 10:00 ve 20:00 arası. Almanca ve İngilizce.

Telegram



Facebook

