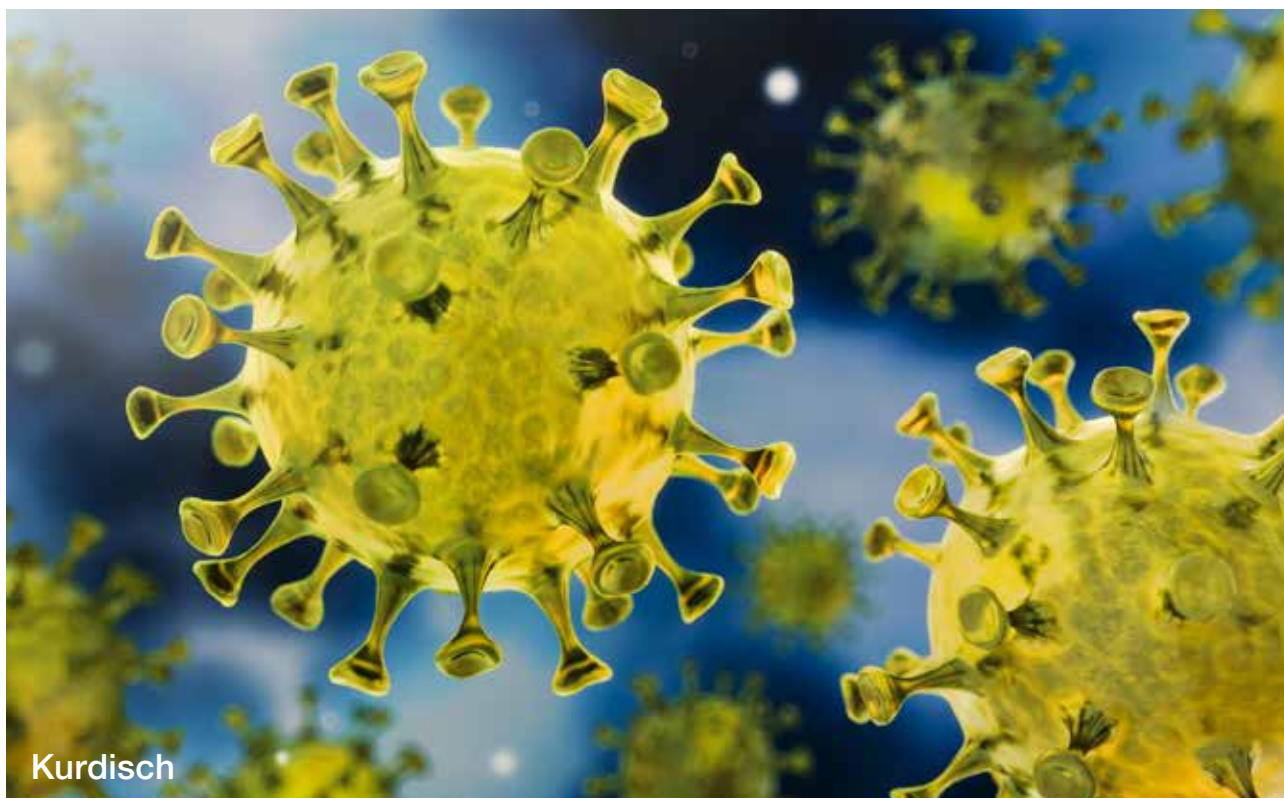


Şewba Koronayê SARS-CoV-2

Agahdarî û alîkarî



- Li Munîhê Perpûn
- Ji bo Perpûnê Pêşnîyar
- Ceribandina testê
- Bi têlefônê şêwirmendî
- Bi pir zimanan agahdarî
- Pêşnîyarên alîkarîyê li Munîhê

**Ethno-
Medizinisches
Zentrum e.V.**



im Auftrag der Landeshauptstadt München
Gesundheitsreferat



Landeshauptstadt
München

Alîkarî bikin, da ku pandemî bi dawî bê!

Perpûnlêdaneke rêk û pêk, parastina herî çêtir e li dijî rêveçûneke giran ya nexweşiyê.

Lê belê, mirovên perpûnkerî jî dikarin pêketî bibin. Ji ber vê yekê jî, divê em di jîyana rojane da hewlên baş bidin û tedbîrên herî girîng yê parastinê bişopînin.

Em, bi perpûnlêdanê ra, parastina herî mezin bi dest dixin.

Madda perpûnê, bi berfirehî têne ceribandin. Tu delîl tune, ku jin an jî zilam, wek mînak, ji ber perpûnê zarokên wan çênebin. Bi perpûnlêdan, pêkhatiya genetîkî ya mirovan nayê guhartin.

Jinên ducanî yê ku bi nexweşîya koronayê ketine û nehatine perpûnkinê, metirsîya wan ya giran a nexweşiyê heye.

Ji kerema xwe ji bijîşkê xwe agahdarîyên fireh werbigrin.

Ji bo hemû niştecihên bajarê Munîhê, derfetên wergirtina agahdarîyan, testkirin an jî perpûnkinê heye.

Jîyaneke bi tenduristî!

Li Munîhê Perpûn

Gelek awahîyên perpûnlêdanê li Munîhê hene: Li navendên perpûnlêdanê, çalakiya kampanyayên perpûnlêdanê, bijîşkên gelemperî, bijîşkên zarokan an bijîşkên kargehê.

Ji kerema xwe, ji bo perpûnlêdanê nasname an jî pasaportheke dirîst bi xwe ra bînin. Eger hebe, bi kerema xwe pasaporta perpûnlêdanê ya zer jî, bi xwe ra bînin.

Ger hebe, ji kerema xwe delîlên perpûnlêdanê xwe yê berê jî, bi koda QR bi xwe ra bînin.

Koda QRê, dibe sedema pir bi lez qeydkirinê û bi vî awayî demên bendemayîne kê mî dibe.

Ger nexweşîyeke dinê ya we hebe, ji kerema xwe belgeya bijîşkê bi xwe ra bînin, ger li ba we hebe.



Navendên perpûnlêdanê û kampanyayên perpûnlêdanê

Navenda perpûnlêdanê li Gasteig (Impfzentrum im Gasteig)

Rosenheimer Straße 5, 81667 München
Sêşem heya Şemî, ji saet 9an heta 18.30an.

Îstasyona S-Bahn: Rosenheimer Platz (nîşanên Gasteig bişopînin).

Perpûnlêdan û testên koronayê, li navenda perpûnlêdanê ya li Gasteig pêk tê.

Pêwîstiya randevûyê nîn e. Di înternetê da, berê jî randevû wergirtin çêdibe.

Ji bo qeydkirinê, bi kerema xwe kesek ku bi Almanî baş dizane, alîkarî werbigrin.

Malper: <https://impfzentren.bayern/citizen/>

Perpûnlêdan li Marienplatz, yekser li şaredariyê

Marienplatz 8 (Rathauseck/Weinstraße),
80331 München

Sêşem heya Şemî, ji saet 11an heta 20.30an.

Navenda perpûnlêdanê li Marienplatz (berê Sport Münzinger bû) li hêla rojava ya şaredariya li Weinstrasse ye.

Pêwîstiya randevûyê nîn e. Di înternetê da, berê jî randevû wergirtin çêdibe.

Ji bo qeydkirinê, bi kerema xwe kesek ku bi Almanî baş dizane, alîkarî werbigrin.

Malper: <https://impfzentren.bayern/citizen/>

Perpûnlêdan li Navenda Bazara Olympia (OEZ)

Hanauer Straße 68, 80993 München

Sêşem heya Şemî, ji saet 9an heta 18.30an.

Îstasyona S-Bahn: Olympia-Einkaufszentrum.

Pêwîstiya randevûyê nîn e. Di înternetê da, berê jî randevû wergirtin çêdibe.

Ji bo qeydkirinê, bi kerema xwe kesek ku bi Almanî baş dizane, alîkarî werbigrin.

Malper: <https://impfzentren.bayern/citizen/>

Di dermanxaneyan da perpûnlêdan

Di hîn dermanxaneyên Munîhê da, derfeta perpûnlêdanê heye. Navnîşanên wan dermanxaneyan, dikarin li ser malpera jêrin, li înternetê bibinin.

Malper: www.mein-apotheke.de

Di awahiyên bijîjkan da perpûnlêdan

Piranîya bijîjkên giştî, perpûnlêdanên koronayê pêşkêş dikin. Ji kerema xwe ji bijîjkên xwe bipirsin û randevûyekê werbigrin.

Çalakîya Tîma Perpûnlêdanê ya Munîhê

Randevûyên kampanyayên perpûnlêdanê yên li navçeyên bajêr, hûnê bi rêya e-mailê, werbigrin: impf_team@muenchen.de

Hûn dikarin ji vê e-mailê ra jî binivîsin. Wek nimûne: ji ber seqetiyê hûn nikaribin ji bo perpûnlêdanê werin, an jî pêdivîya we bi wergerek heye.

Ceribandina testê

Hûn dikarin li Munîhê bi awayekî lez û bez û bê astengî, ji bo şewba koronayê werin ceribandinê. Dikarin li ser înternetê, pêşniyara navnîşanan ji bo ceribandina testa koronayê, bibînin.

Malper: www.testen-muenchen.de



Bi rêya Corona-Warn-App ra, ger hun nêzîkî kesek bi enfeksiyon bibin, dikarin di demek kurt da û bi awayeke anonîm agahdarî werbigrin.
Serlêdan dikare ji [App Store](#)-ê û ji [Google Play](#) belaş were daxistin.

Bi telefon şêwirmendî

Dezgeha Tendûristîyê ya bajarê Munîhê (Gesundheitsreferat)

Tel. 089 233-96650

Duşemê heya Înê, ji saet 8:00an ta 18.00an.

Ji bo pirsên li ser erka îzolekirina kesane ya mirovên vegirtî, Dezgeha Tendûristîyê ya bajarê Munîhê, amade ye.

Perpûn-Telefon ya bajarê Munîhê

Tel. 089 90429 2222

Duşemê heya Înê, ji saet 8:00an ta 18.00an.

Bajarê Munîhê bi rêya telefonê li ser xeta Hotline li ser perpûnlêdanê şîretan dide. Li wir, bi taybetî niştecihên Munîhê yên ku xwedan înternetê nîn in, dikarin ji bo perpûnlêdanê xwe bi tîlefonê qeyd bikin.

Korona-Hotline ya Bavyerayê

Tel. 089 122220

Duşemê heya Înê, ji saet 8:00an ta 18.00an û her weha Şemî, ji saet 10:00an ta 15.00ê paş nîvro.

Xeta Hotline, di derbarê rewşa koronayê da agahdarîyan û bersîva pirsan dide. Mînak: li ser nexweşî û tenduristîyê, qaîdeyên koronayê, dibistan, navendên lênihêrîna rojane an jî piştgirî ji bo malbatan.

Hemwelatî-Hotline ya Bavyerayê

Tel. 09131 6808-5101

Duşemê heya Înê, ji saet 8:00an ta 18.00an û her weha Şemî, ji saet 10:00an 15.00ê paş nîvro.

Hemwelatî-Hotline, li ser pirsên bijîjkî, perpûnlêdan, pêdiviyên rêvîtiyê an qedexeyên tîkiliyê, şîretan dike.

BZgA – Şêwirmendîya telefonê li ser tenduristîya derûnî

Tel. 0800 2322783

Duşemê heya Pêncşem, ji saet 10:00an ta 22.00an û her weha Înê heya Şemî, ji saet 10:00an ta 18:00ê êvarê.

Li ser pirsgerêkên tenduristîya gîyanî, şêwirdarîya belaş.

Bi pir zimanan, agahdarî

Komîserê Hikûmeta Bavyerayê ji bo Integrasyonê

Li ser înternetê, bi gelek zimanan agahdarîyên li ser şewba koronayê, perpûnlêdanê û rêzikên taybetî yê Bavyera.

Malper: <https://integrationsbeauftragte.bayern.de>

Navenda Mirovnasî û Tendûristiyê (EMZ e.V.)

Li ser şewba koronayê, perpûnlêdanê û qaîdeyên tevgerê yê li Eyaleta Bayernê, tîma bi koçberan ji bo koçberan (MiMi), li onlinê bi 22 zimanan agahdarîyan dide.

Malper: <https://mimi.bayern/index.php/corona-info-bayern>

Daîra Dewletê ya Karûbarên Penaberan li Berlînê (LAF)

Bi gelek zimanan, Podcast (bi deng, ji bo guhdarîkirinê) li ser pirsgerêkên perpûn û karantînayê.

Malper: www.berlin.de/laf/leistungen/gesundheitsinfektionsschutz

Komîserê Hikûmeta Federal ji bo Koçberî, Penaberî û Integrasyonê

Li ser şewba korona û parastina perpûnê, bi 22 zimanan agahdarîyan dide.

Malper: www.integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona

Înstituta Robert Koch (RKI)

Li ser perpûnlêdana COVID-19 a bi madda perpûna mRNA, hûn dikarin ji Înstituta Robert Koch (RKI) bi gelek zimanan agahdarîyên herî nûjen bidest bixin.

Malper: www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html

Înstituta Robert Koch (RKI)

Agahdarî, li ser karantîna, qeydkirin, ceribandî û pêdivîyên belgekirinê, ji bo kesên ku rêvîtiya Almaniyayê dikin. Ev agahdarî bi gelek zimanan hene.

Malper: www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Transport/Info_Reisende_Tab.html

Navenda Mirovnasî û Tendûristiyê (EMZ e.V.)

Bi 26 zimanan, serîşteyên dijî stresê li jîyana rojane bi koronayê di nav malbatê da.

Malper: <https://mimi-gegen-gewalt.info-data.info/>

Bi zimanê Almanî Agahdarî

Bajarê **Munîhê** ku paytexta eyaletê ye, li ser înternetê, di derbarê şewba koronayê û pêşniyarên perpûnlêdanê dide.

Malper: <https://stadt.muenchen.de/infos/corona-infoportal-muenchen.html>

Wezaretê Tendûristî û Lênihêrinê ya Bayernê, di derbarê qaîdeyên şewba koronayê li Bayern, li ser înternetê, agahdarîya nûjen diweşîne.

Malper: www.stmgp.bayern.de/coronavirus/haeufig-gestellte-fragen/#Schnellsuche

Navenda Federal ya Perwerdehiya Tendûristiyê (BZgA)

di derbarê şewba koronayê da, bi Almanîyek têgihîştî û sade (zimanek hêsan) agahdarî pêşkêş dike.

Malper: www.infektionsschutz.de/leichte-sprache/informationen-zum-corona-virus/

Agahdarî û alîkarî li Munîhê

Psîkatrîya Xizmetgûzarîya Krîzê ya Bayerna Jor

Alîkarî ji bo kes û xizmên wan, yên ku pirsgirêkên derûnî rûbirû bûne. Ji bo her tîlefonkirine, mûçeya herî bilind 0.60 EUR ye. Rojê 24 saetan mumkun e. Tel. 0180 6553000

Isar-Amper-Klinikum, Klînîka Rojavayê Munîhê

Ji bo kesên ku pêdivîya çûyîna nexweşxaneyek derûnî ne. Randevûyên bi tîlefonê: 089 45620. Malper: kbo-iak.de/index.php?fs=0

Bi tîlefon, şewirdarîya derûnî

Xem, pirsgirêk, an ramanên xwekujîyê? Şewirdarên derûnî, bi rêya tîlefonê guhdarîya we dikin. Tel. 0800 1110111 an 0800 1110222.

Her weha hûn dikarin e-mailek binivîsin an jî sohbetek bikar bînin. Tomarbûna li ser Internetnetê: online.telefonseelsorge.de
Bi zimanên din, agahdarî li ser şewirdarîyê: telefonseelsorge.de/international-helplines/

München Insele

Bi Almanî û Înglîzî, şewirmendîya krîzî û jîyanê bi tîlefonî, her weha bînavkirin. Ji nivê meha Çile sala 2021an, şewirmendî bi vîdeoyê jî heye. Di rewşên acîl da, piştî randevû wergirtinê, di cîh da dikare civînek bête çêkirin. Tel. 089 220041 an 089 21021848

Tîlefona alîkarîyê dijî şîdeta jinan

Alîkarîya jinên ku pirsgirêkên wan bi şîdetê hene. Şewirmend, di heman demê da ji bo peydakirina stargeheke jinan, dibin alîkar. Belaş û anonîm, 24 saet, şewirmendî bi 17 zimanan. Rojê 24 saetan heye. Tel. 08000 116 016
Malper: hilfetelefon.de/das-hilfetelefon.html

Trauma Hilfe Zentrum München e.V. (THZM)

Bi ezmûnên xirab ra bibin alîkar. Mirov, di qursan da fêr dibin, ku bi ezmûna xirab ra çêtir bijîn. Tomarbûna li ser Internetê: thzm.de/ressourcenorientierte-stabilisierungsgruppen/

Refugio München

Alîkarî ji bo zarok, ciwan û temen mezin, yên ku neçar mane welatê xwe biterkînin. Pêşniyar: Psîkoterapî, piştgirîya pêvajoya penaberîyê û sazkirina qursên ziman. Piştgirî ji bo peydakirina kar, perwerdeya pişeyî an jî xanî. Tel. 089 982957 0
Malper: www.refugio-muenchen.de

Xizmetgûzarîya derûnî ji bo bîyanîyan ya Caritas

Şewirmendîyên belaş, bi zimanê zikmakî ji bo koçberên ji Îtalya, Yewnanîstan, Spanya, Portekîz, Amerîqa Latînî, Xîrvatîstan, Sîrbîstan, Bosna, Rûsya û Tirkîye. Li ser pirsên perwerdebûn, hevaltî, ji hev cihêbûn û berdanê pêşkêş dike. Her weha şewirmendîya derûnî ya civakî û şewirmendîya jîyanê. Bi rêya tîlefon an jî online. Tel. 089 2311490

E-Mail: pds@caritasmuenchen.de

Xizmetgûzarîya derûnî ya Arbeiterwohlfahrt (AWO) Munîh

Şewirmendîyên belaş, bi destê psîko terapîstan, bi zimanê Bosnî, Xîrvatî, Sîrbî û Tirkî. Şewirmendîya takekesî û bi komî, li ser pirsên perwerdekirinê, zewac, malbat û rewşên kirîza kesane, têne pêşkêş kirin. Agahdarî li ser pêşniyar û broşurên pîrzimanî: E-Mail: psych.migration@awo-muenchen.de
Malper: awo-muenchen.de/migration/psychologischer-dienst

Donna Mobile

Şewirmendîya ji bo jinan, zarok û ciwanan, di derbarê pirsên tendûristî û karkirina bîyanîyan (Bi tîlefonê jî)

- Şewirmendîya sozîyal-pedagojîk, bi Almanî û bi Tirkî
- Şewirmendîya psîkolojîk, wek mînak bi takekesî, cot û terapîya malbatî bi zimanên Elmanî, Polonî, Macarî, Rûsî, Spanyolî, Yewnanî, Bulgarî, Îtalî û Înglîzî.
- Şewirmendîya bijîşkî bi Almanî û Tirkî.

Tel. 089 505005, Malper: donnamobile.org

Ärzte der Welt e.V. – open.med

Alîkarîya tendûristî û şewirmendîya civakî, ji bo kesên bê bîmeya nexweşîyê. Wegirtina randevûyê ji saet 9:30 ta 17:00
Tel. 0177 5116965
Malper: aerztederwelt.org/wem-wir-beistehen/hilfe-fuer-patientinnen

Navnîşan:

- Dachauer Str. 161, 80636 München.
- Behandlungsbüro am Hauptbahnhof, Eingang Nord, Arnulfstr. 1-3., 80335 München.
- Bayernkaserne, Haus 12, Heidemannstr. 50., 80939 München

Xizmetgûzarîya Malteser/Tendûristîya Malteser ji bo kesên bê bîmeya nexweşiyê

Kesên bê bîmeya nexweşiyê jî dikarin li vir, ji bijîşk an pisporên bijîşkî alîkarîya tedawîyê werbigrin. Mînak di rewşên acîl, birîndar, ducanî. Bijîşkên zarokan, bijîşkên diranan, bijîşkên gelemperî û her weha ji bo jinan saetek şêwrê heye. Ji kerema xwe randevûyek werbigrin: Tel. 089 43608411

Navnîşan: Streitfeldstr. 1, 81673 München
malteser.de/fileadmin/Files_sites/Fachbereiche/Migranten-Medizin/Downloads/Flyer_MMM.pdf

Navenda Refugee Stairway ya Diakonie Münih û Oberbayern (Mîsyona navxwe)

Alîkarîya sîdwergirtina ji pêşniyarên entegrasyonê. Mînak: Peywendî bi cîgehên pispor, dezgehên pêşwaziyê û awahiyên komunal ra têkilî daynin. Randevû: Tel. 089 1269915102.
E-Mail: rsc@im-muenchen.de

Klînîka koçberiyê (LMU), klînîk ji bo derûnnasî û psîkoterapî li Zanîngeha Münihê

Alîkarî ji bo kesên xwedan paşerojek koçberiyê, bi pirsgerêkên nefsi û derûnî. Îmkanên şewirdariyê bi çend zimanan heye. Tedawiyên:

- Depresyon, manî, psîkoz
- Nexweşîya stresê ya piştî trawmatîk
- Bêserûberbûnên verastkirinê û nexweşiyên fikarê
- Nexweşiyên tiryakê

Randevû: Tel. 089 440053307

E-Mail:

Migrationsambulanz.LMU@med.uni-muenchen.de

Navnîşan: Nussbaumstraße 7, 80336 München

IN VIA KOFIZA

Pêşniyar, tevger, çalakî û alîkarî li cem rayedaran. Ji bo jinên koçber, yê temen ji 18 salî mezintirîn, yê ku ji Afrîqa, Asya, Ewropa û Amerîqa Latînî tên. Ji kîjan netewe, ol û zimanê dibin, şewirdarî jo bo hemû jinan tête kirin.

Tel. 089 5488895 0

E-Mail: kofiza@invia-muenchen.de

Xizmeta Civakî ya Jinên Katolik (SkF)

Piştgirî û şewirdarî ji bo jinên pêdivîkar, şewirdarîya ji bo ducanîyên temen piçûk, malbatên ciwan, xaniyên dayikûzarokan û hêwirandina ji bo jinên bêmal.

Tel. 089 55981-0

Malper: skf-muenchen.de/

Katholischer Männerfürsorgeverein e.V. (KMFV)

Alîkarî û şewirdarîya kesane li ser bêmalîyê, li ser nexweşîya tiryak û li ser bêkarîyê.

Malper: kmfv.de/einrichtungen-und-dienste/einrichtungssuche/index.html

DIE ARCHE – Şîret ji bo di xetera xwekujiyê

Şewirdarî ji bo ciwan û kesên temen mezin yê ku êdî nikarin jîyana xwe birêva bibin, ku nema dixwazin bijîn. Şewirmendên ARCHEyê, bi kesên xwedî ramanên xwekujî û xizmên wan ra alîkarî dikin.

Randevûyan werbigrin: Tel. 089 334041

Malper: die-arche.de/

Tiryak Online, şewirdarîya bi tîlefônê ji bo pirsgerêkên tiryakê

Şewirdarî li ser tiryak, wek mînak; tiryakîya alkol. Ji bo kesên bandor û malbatên wan, bi Almanî, Înglîzî, Fransî, Spanî û Îtalî. Şewirdarîya bi tîlefônê an e-mailê.

Tel. 089 282822,

E-Mail: kontakt@suchthotline.info

Malper: suchthotline.info

Impressum

Herausgeber*in:

Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.
MiMi Zentrum für Integration in Bayern
80337 München
E-Mail: bayern@mimi.eu

im Auftrag von:

Landeshauptstadt München
Gesundheitsreferat
80335 München
E-Mail: gvo4.rgu@muenchen.de

Stand: 01.05.2022 | Version 019

Layout: eindruck.net, 30175 Hannover

Titelbild: peterschreiber.media/stock.adobe.com

Online: muenchen.corona-mehrsprachig.de

Sprachen: Verfügbar in verschiedenen Sprachen

URL-Verweise: Für Inhalte externer Seiten, auf die hier verwiesen wird, ist der jeweilige Anbieter verantwortlich.

Quellen: Gesundheitsreferat der Landeshauptstadt München, Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege, BMG, RKI, BZgA, KVB, StMUK, StMI, StMAS, StMWI, Covid Alliance

Übersetzungen: Dolmetscherdienst
Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.

Presseanfragen:

Pressestelle Gesundheitsreferat München
presse.gsr@muenchen.de

Anfragen MiMi Bayern
bayern@mimi.eu
www.mimi.bayern

V.i.S.d.P.: Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.



Landeshauptstadt
München

Unterstützt von:

