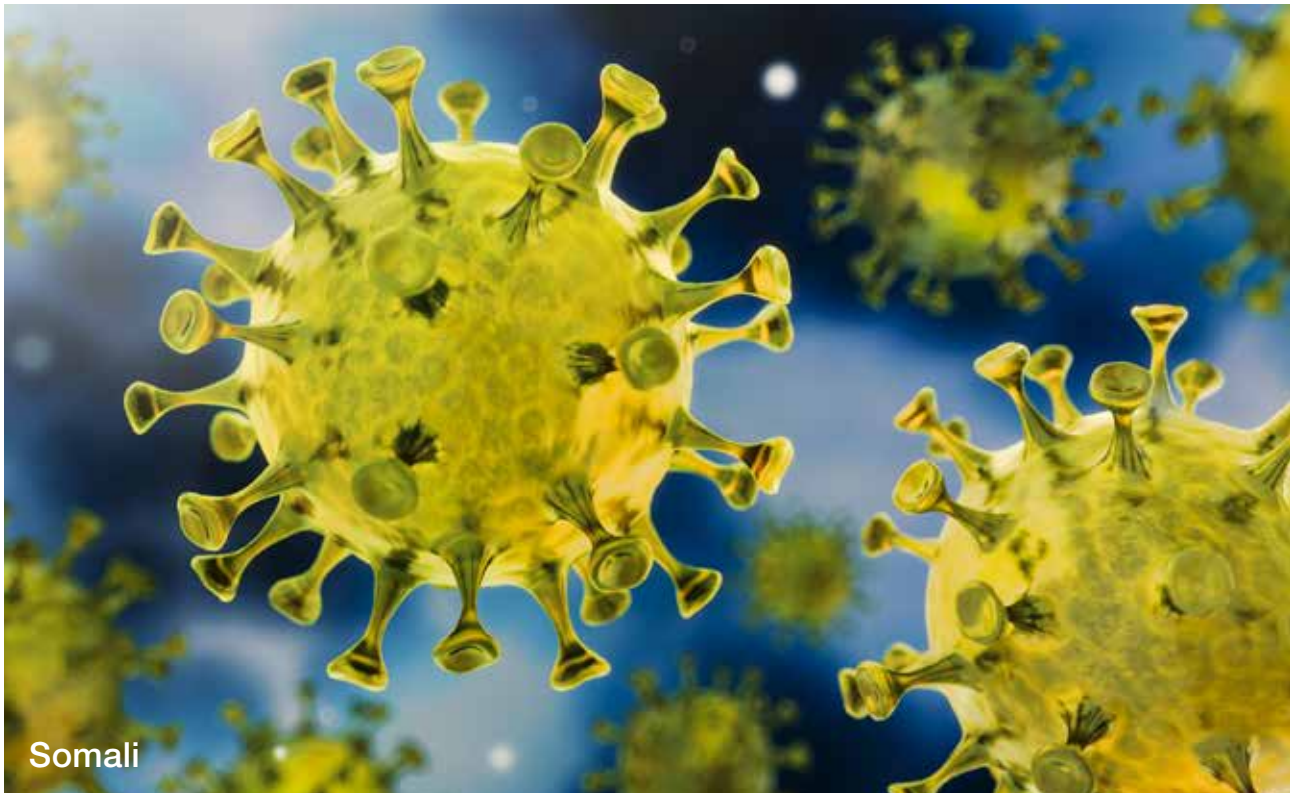


# Caabuqa Korona SARS-CoV-2 Xeerrarka iyo gargaarka



- Xeerka Caabuqa Karoona
- Fursadaha baaritaan
- Xeerarka Safarada
- Talaalka
- Fursadaha caawimaad
- Warqad ku socota dadka, baaritaan kadib laga helo caabuqa Corona
- Warqad ku socota dadka xiriirka dhow la lahaa qofka Caabuqa ku dhacay



# Xeerka Caabuqa Karoona ee München

Maaddaama uu sare u kacay faafitaanka caabuqa corona, guud ahaan dalka Jarmalka ayaa "bandow" la saaray ilaa 18-ka Abriil, kaas oo xadidaya isu socodka iyo xaddidaada xiriirka dadka.

Kaasi oo ay waajib kugu tahay inaad raacdo.

Dowladaha ayaa go'aamisay qorshe si isdabajoog ah loogu dabcinayo xayiraadaha corona-ha. Debcintan ayaa ku xiran heerka "dhacdooyinka 7-aad laha ah". Tan oo loola jeedo xaddiga infekshannada cusub ee 'coronavirus-ka' 100,000kii qof ee degaan ku nool 7dii maalmood ee la soo dhaafay.

Xeerarka ansaxa ah waxay ku xiranyihiin qiimaynta dhacdooyinka 50 ama 100. Qiimaha dhacdooyinka ka hooseeya 100 (infekshannada cusub), xeerar ka duwan ayaa lagu dabaqayaa marka loo eego qiimaynta dhacdooyinka ka hooseeya 50.

Meelaha uu kororka 7-da maalmood kor u dhaafo 100 (in ka badan 100 caabuqa corona oo cusub 100,000 oo qof todobadii cisho ee ugu danbeysay), bandoo ayaa ka dhaqan galaya 10 fiidnimo ilaa 5 aroornimo.

Marka qiimaynta 7 maalmood ee dhacdooyinka uu ka hoosmaro 100, waxaa si isdabajoog ah u imanaysa debcinta.

Qiimaynta todobaadlaha ah ee xiligan caasimadda gobolka München waxaa laga heli karaa boggeeda rasmiga ah ee internetka.

Halkaas waxaad ka heli doontaa shax jaale ah oo dhanka midig ah, taas oo lagu muujinayay qiimaynta kororka dhacdooyinka hadda taagan.

[www.muenchen.de/rathaus/Stadinfos/Coronavirus-Fallzahlen.html](http://www.muenchen.de/rathaus/Stadinfos/Coronavirus-Fallzahlen.html)

Macluumaadka muddada uu soconayo iyo xeerarka dhaqangalka ah waxaad ka helaysaa Wasaaradda Caafimaadka iyo Daryeelka ee Bayern.

[www.stmgp.bayern.de/coronavirus](http://www.stmgp.bayern.de/coronavirus)

## Waajibaadka af-xirka

Af-xirka waa in had iyo jeer lagu xidho 9 aroornimo bis 9 fiidnimo goobaha soo socda: Magaalada qadiimka ah/aagga dadku ku lugayaan, Sendlinger-Tor-Platz, Rosental oo u dhexeeya Sendlinger Straße iyo Rindermarkt, Rindermarkt, Viktualienmarkt, Dienerstraße, Schrammerstraße, Landschaftstraße, Schützenstraße, dooxada iyo Stachus-Untergeschoss.

Calaamado ayaa muujinaya waajibaadka Af-xirka.

Af-xirka FFP2-Maske waa in lagu xidho dhammaan Meheradaha, Xarumaha dawaynta, Xxarumaha dadkada'da ah iyo inta cibaadaysanayo, sidoo kale

Tareennada U-Bahn-ka, S-Bahn-ka, tareennada waawayn, taraamyada iyo basaska.

Dadka saboolka ah, waxaa bilaash lagu siinayaa af-xirka FFP2. Fadlan kala xiriir hoygaaga ama waydii xarunta bulshada (Sozialbürgerhaus).

## Xayiraadaha xiriirka

Shuruucda kulammada gaarka ahi waxay ku xiran yihiin "dhacdooyinka 7 todbaad laha ah".

Haddii dhacdadu ka sarreyso 100, waxa ansax noqonaya:

Kulamada gaarka ah, waxaa lagu soo koobay xubnaha qoyskaaga iyo ugu badnaan hal qof oo dheeraad ah iyo carruurta, illaa saddex jirka ah.

Haddii dhacdadu ka hoos maraan 100:

Ugu badnaan 5 qof oo ka kala socda laba guri iyo carruurtooda inta ka yar 14 sano ayaa loo oggol yahay.

Tani waxay khuseysaa guriga iyo meelaha caamka ah.

Sidoo kale, is waydaarsiga daryeelka carruurta ka yar 14 sano ayaa loo oggol yahay, marka anaayn kulmayn in ka badnan laba qoys.

Ku ciidida goobaha caamka ah iyo xadiiqaduhu waa mamnuuc iyada oon loo eegin dadka goobta jooga.

## Xayiraada bixidda

Bayern oo idil, waxa kaliya oo ka bixida guriga ama hoyga la oggol yahay marka ay jiraan sababo muhiim ah. Inta lagu guda jiro xaddidaadda xiriirka, waxaa xeer ah sababo shaqo ama ujeedooyin daryeel iyo tababar, dukaameysi, booqasho ama isboorti iyo jimicsi.

Wixii macluumaad intaa dheer waxaad ka heli karaysaa Wasaaradda Arimaha Gudaha ee Bayern. [stmi.bayern.de/miniwebs/coronavirus/faq/](http://stmi.bayern.de/miniwebs/coronavirus/faq/)



## Booqashada guryaha waayeelka iyo kuwa daryeelka

Dhammaan dadka soo booqanaya waa inay keenaan caddeyn nagatiif ah ee baaritaanka hadda loo yaqaan 'coronavirus test' ama isla goobtaas, in iyada oo la korjoogtaynayo lagu maro istijaabinta Antigen-ka.

Soo-booqduhu waa inuu xidhaa **Af-xir FFP2** ah.

Wehelka iyo taageerada dadka dhimanaya xili kasta waa la ogol yaha.

## Meheradaha iyo Khamriga

Makhaayadaha, goobaha cunada, baararka iyo goobaha wax lagu cabo ayaa sii xirnaan doona. Balse, cuntada waa la geyn karaa ama la qaadi karaa.

Cunto-bixinta banaanka ayaa la ogolaanayaa marxaladda xigta.

Waxaa laga mamnuucay cabitaanka khamriga goob kasta oo ay qasab tahay in la xidho af-xirka FFP2. Tani waxay saamaynaysaa tusaale ahaan magaalada qadiimka iyo Viktualienmarkt.

## Dugsiyada iyo daryeelka carruurta

Xarumaha xanaanada iyo xarumaha xanaano-maalmeedka (Kita) ayaa furan, haddii 7-maalmoood aanu kororku ka badnaan 100 dhacdo.

Casharo fogaan ama casharo fool-ka-fool ah ayaa loo ogol yahay dugsiyada hoose, dugsiyada baahida gaarka ah iyo dhammaan fasallada ugu dambeeya.

Haddii dhacdadu u dhexeyso 50 iyo 100, dhammaan ardayda waxaa la sinaiyaa Waxbarasho isku dhaf ah.

Haddii qiimaha uu ka hooseeyo 50, waa in Waxbarasho fool-ka-fool ah la siiyaa dhammaan dugsiyada aasaasiga ah iyo kuwa baahiyaha gaarka ah iyo ardayda kale waxbarasho isku dhaf ah.

Waa in la ilaaliyaa xeerarka fogaanta ee ah ugu yar (1.5 mitir).

Waxbarashada talantaalliga ah ayaa **ardaydu** si is waydaar ah casharada, ugu dhiganayaan dugsiyada iyo guryahoodaba oo ay wax ku baranayaan masafo fog.

Wasaaradda Waxbarashada Dhaqanka ee Bayern waxay kuu diyaarisay macluumaad guud oo ku saabsan shaqada iskuulka 2021 oo luuqado kala duwan ah.

[www.km.bayern.de/allgemein/meldung/7011/informationen-zum-schuljahr-202021-in-anderen-sprachen.html](http://www.km.bayern.de/allgemein/meldung/7011/informationen-zum-schuljahr-202021-in-anderen-sprachen.html)

Jaamacadaha kama soconayaan casharo fool-ka-fool ah.

Iskuulada muusikada iyo kuwa barashada wadista ayaa furanaanays, inta ay kororku 100 ka hooseeyo. Waxbarashada internetka ayaa suuragal ah.

## Munaasabada iyo xilliga firaaqada

Munaasabada kala duwan waa mamnuuc. Marka laga reebo banaanbaxyada iyo cibaadada (dhamaan diimaha).

Fadlan u hogaansanow xeerarka soo socda:

- **Cibaadada:** Ilaali masaafada dadka kale ugu yaraan 1.5 mitir. Xidho af-xir ku habboon. Xitaa marka aad fadhidid! Heesaha wadajirka ah lama ogola.
- **Banaanbaxyada:** Ka fogow ugu yaraan 1.5 mitir dadka kale. Xidho af-xirka ku habboon.
- **Goobaha dhaqanka iyo kuwa madadaalada:** Matxafyada, Carwooyinka, Xadiiqadaha Xayawaanka, iyo Goobaha xuska waxay furi karaan marka dhacdooyinku ka hoos maraan 100. Si kastaba ha noqotee, waxaa lagama maarmaan ah in ballan laga sii qabsado khadka tooska ah (internetka).  
Maktabadaha, Kaydka Buugta ayaa furan inta dhacdooyinku 100 ka hooseeyaan.  
Xarunta waxbarashada dadka waaweyn ee ku taal Munich waxaa laga filayaa inay mar labaad casharro bixiso si toos ah laga bilaabo Isniinta, Abriil 12, 2021.
- **Goobaha isboortiga:** Goobaha isboortiga iyo istuudiyaha jimicsiga ayaa qaarkood xiranyihiin. Ciyaaraha kooxaha ayaa la ogolyahay inta dhacdooyinkun 100 ka hooseeyaan. Balse waxaa mar walba lagu oggol yahay inaad jimicsato kaligaa, labo labo ama gurigaaga oo hawada furantahay inaad kun jimicsato.
- **Kulamada Xirfadlayda isboortiga:** Tusaale, ciyaaraha kubada cagta waxay ku dhacayaan daawasho la'aan.
- **Carwooyinka ganacsiga, kulamada iyo shirarku:** ma dhacayaan.
- **Dalxiiska:** Ma jiraan wax habeen dhax ah oo loogu talagalay ujeedooyin dalxiis ama hawo gedis.

Macluumaad dheeri ah waxaad ka dhelaysaa Wasaarada Arimaha gudaha ee Bayern.  
[www.corona-katastrophenschutz.bayern.de](http://www.corona-katastrophenschutz.bayern.de)

## Dukaamada iyo Meheradaha adeega

Dukaamada Munchen badankood wxaay furayaan ka dib marka ballan laga sii qabsado.

libka Onlayn-ka ee goobta laga soo qaadanayo ayaa la ogolyahay, iyadoo la raacayo xeerka nadaafadda (click-and-collect/call-and-collect).

Qayb ka mid ah meheradaha adeega, gaar ahaan daryeelka jirka ayaa dib loo furay.

Hadda waxaa furan:

- Dukaanada iibiyaha raashinka iyo alaabada maalin walba la isticmaalo iyo adeegyada kale ee muhiimka ah (Tusaale ahaan. Dukaamada alaabta caruurta lagu gado, farmasiyada, adeegyada dayactirka baabuurta iyo bangiyada). Ganacsiga Jumlada waa furnaan doonaa.
- Furitaanka suuqyada (bacadlaha) ee iibiyaha cuntada ayaa la ogol yahay.
- Dukaamada rahmada.
- Dukaamada beeraha iyo qalabka dhismaha, daryeelka geedaha iyo dukaamada ubaxa.
- Dukaamada buugaagta.
- Timajarayaasha, daryeelka cagaha, manicures iyo daryeelka wajiga. (Meheradaha masaajada iyo kuwa Taatuga ayaa iyagu sii xirnaan doona)

Daaweynta caafimaad ee lagama maarmaanka ah ee xarumaha, takhaatiirta iyo dhaqtarka ilkaha iyo xarumaha kale ayaa la oggol yahay. Sidoo kale Fisatarabiga, taraabiyada shaqeynta, taraabiyada hadalka iyo taraabiyada lugaha.

Inta lagu jiro xayiraada, xafiisyada maamulka magaalada Munich ayaa si xadidan loo heli karaa. Xarumahan waa inaad had iyo jeer xidhataa Afg-xirka kugu habboon. Ilaali masaafadadadka kale ee ugu yaraan 1.5 mitir. Si looga badbaado infekshinka, waa in xarumaha laga ilaaliyaa dadka badan.



Abka kaaga digaya Kanoonaha (Corona-Warn-App) wuxuu si dhaqso leh oo qarsoodi ah kugu wargelinayaa, hadii aad ku dhowaatay qof cudurka qaba.

Abkani waa lacag la'aan waxaadna ka heli karaysaa App Store-ka iyo Google Play-ga.

## Fursadaha tijaabada ah / Kulanka qof cudurka qaaday

Haddii aad booqato xafiiska dhakhtarka ama goobaha kale ee baaritaanka, waa inaad xirataa Af-xirka FFP2. lilaali masaafada dadka kale ee ugu yaraan 1.5 mitir.

Waxyaabaha aad u baahan tahay inaad ka ogaato baaritaanka caabuqa-corona ee magaalada Munich:

- **In aad xarumaha dhakhaatiirta ayaa** isaga baarto Caabuqa-corona ayaa suurtagal ah. Dadka ay ka muuqato astaamaha (calaamadaha jirrada) sida qandhada, qufaca, iyo neefta oo gaabata waxay heli karaan baaritaan dhaqtarkooda. Baaritaanka ayaa waxa sidoo kale helaya dadka aan caymiska caafimaadka lahayn. Waa inaad hore balan taleefan uga qabsatid. Kadib waxaad aadi kartaa xarunta dhakhtarka. Ha iloobin Af-xirka FFP2 iyo kaarka caafimaadka! Xarumaha dhakhaatiirta waxaad ka heli kartaa internetka ee „Arztstuche für Coronavirus-Test“. <https://dienste.kvb.de/arztstuche/app/suchergebnisse.htm?hashwert=a126d5d04b692b87be6ccbe3b2717826&lat=48.1351253&lng=11.5819805&zeigeKarte=true>
- **Haddii App-ka digniinta ee Corona** uu muujiyo "koror halista" ee casaanka, fadlan balan taleefan ka sameyso takhtarkaaga.
- **Goobta baarida ee caasimadda gobolka Munich** Theresienwiese waxay bixisaa baaritaan Caabuqa-corona kaas oo aad heli karto adiga oo aan ka dagin gaarigaaga („Drive-through“). Baaritaanada dadka reer Munich waa u lacag la'aan. Soo qaado Af-xir iyo kaarkaaga caafimaadka, haddii aad leedahay. Fadlan booqo xarunta baaritaanka kaliya, ka dib marka aad ballan ka sameysato. Ballanta waxaa lagugu xaqiijin doonaa SMS iyo emayl lagu soo dirayo. Geli lambarkaaga mobiilka ah kuna soo hagaaji emaylkaaga gaarka ah cinwaankaaga Internat. [www.corona-testung.de](http://www.corona-testung.de)

- **"Xarunta-heeganka ee cudurka"** ayaa sidoo kale ku taala Theresienwiese (barxadda maamulka, Matthias-Pschorr-Straße 4). Bukaanku ayaa iman kara iyaga oo aan ballan qabsan. Soo qaado Af-xirka FFP2 iyo kaarkaaga caafimaadka, haddii aad leedahay.

Toddobo maalmood usbuucii ayuu furan yahay: Isniinta, Talaadada iyo Khamiista laga bilaabo 6 subaxnimo ilaa 9 fiidnimo.

Arbacada iyo jimcaha laga bilaabo 4 subaxnimo ilaa 9 fiidnimo.

Sabtida, Axadda iyo ciidaha dadweynaha laga bilaabo 10-ka sub. ilaa 9-ka fiid.

- **Tijaabinta degdega ah:** Ka qayb ahaan waxa loogu yeero "tijaabada muwaaddiniinta", qof walba waxaa uu si bilaash ah ugu yaraan hal mar todobaadkii u sameyn karaa tijaabada deg dega ah ee antigen-ka.

Tijaabooyinkaan deg dega ah waxaa laga helikaraa farmashiyayaasha iyo xarumaha baaritaanka gaarka loo leeyahay ee loogu talagalay.

Goobaha aad tijaabada deg dega ah ku samayn karto, waxaad ka heli kartaa halkan:

> Guud ahaan farmashiyayaasha ka qeyb galaya [www.stmgp.bayern.de/coronavirus/bayerische-teststrategie/#coronatest\\_apotheke](http://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/bayerische-teststrategie/#coronatest_apotheke)

> Guud ahaan xarumaha tijaabada gaarka loo leeyahay ee ka qeyb galaya

[www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Referat-fuer-Gesundheit-und-Umwelt/Infektionsschutz/Neuartiges\\_Coronavirus/Teststationen-in-Muenchen-mit-Schnelltests.html](http://www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Referat-fuer-Gesundheit-und-Umwelt/Infektionsschutz/Neuartiges_Coronavirus/Teststationen-in-Muenchen-mit-Schnelltests.html)

•

Haddii aad hesho natiijo bosatiif ah, waa inaad isla markiiba gashaa go'doon (karantiil) oo aad u sheegtaa waaxda caafimaadka ee Munich.

Haddii mutant virus la ogaado, waxaa had iyo jeer jira karantiil muddo 14 maalmood ah.

Intaas waxaa sii dheer, inuu jiraa tijaabo negatíf la keenaa maalinta 14-aad.

Xiriirka Waaxda caafimaadka:

Tel. 089 233 96333

Emayl: [infektionsschutz.gsr@muenchen.de](mailto:infektionsschutz.gsr@muenchen.de)

Hadii uu xiriir idin dhemaro qof cudurka qaba (KP1), waa inaad karantiil gashaa mudo 14 maalmood ah.

## Xeerarka safarka

Haddii ay suurtagal tahay, iska ilaali dhammaan safarada (tusaale, booqashada qoyska, fasaxyada dalkaagii hooyo).

Fadlan ilaali, shuruucda iyo waajibaadka marka aad Jarmalka ka soo gasho **dalalka halista ah** ama degaanada caabuqa gaarka ah leh:

- Liiska degaanada halista ah ayaa internetka laga heli karaa. [www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete\\_neu.html](http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete_neu.html)
- Haddii aad ka soo galayso dal halis ah, waa inaad buuxisaa foomka gelitaanka internetka ka hor intaadan dalka soo gelin. Kadib waxaad heli doontaa dukumiinti xaqiijin ah (PDF). Waxaad ku buuxin kartaa foomka khadka Internetka. [www.einreiseanmeldung.de/#/register](http://www.einreiseanmeldung.de/#/register)
- Intaa waxaa dheer, dhammaan dadka ka soo galaya meelaha halista ah waa inay u soo gudbiyaan natiijada baaritaan negatiif ah maamulka caafimaadka 72 saac gudahood (PCR ama tijaabada degdegga ah ee antigen). Baaritaanku waa inuusan ka weynaan 48 saacadood waana in email loogu diraa waaxda caafimaadka. Email: [corona-einreisende.gsr@muenchen.de](mailto:corona-einreisende.gsr@muenchen.de)
- Haddii aad ka soo safartay aag khatar ah, waa inaad isla markiiba karantiil ku noqotaa gurigaaga muddo toban maalmood ah. Muddada karantiilka waxaa lagu soo gaabin karaa baaritaanka coronavirus negatiif ah oo shan maalmood ka dib.
- Xaaladaha qaarkood waxaa jira waxyaabo ka reeban shuruudaha karantiilka. Wasaaradda Caafimaadka ee Federaalka waxay ku siinaysaa macluumaad arrintan ku saabsan oo luqado badan ah. [www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus-infos-reisende/merkblatt-dea.html](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus-infos-reisende/merkblatt-dea.html)
- Haddii astaamaha caadiga ah (astaamaha jirrada) ee infekshinka SARS CoV-2 coronavirus ay toban maalmood gudahood ay muuqdaan marka la soo galo ka dib, waa in la sameeyaa baaritaanka coronavirus. Si tan loo sameeyo, waxaad u baahan tahay inaad aado dhakhtarka ama xarun baaritaan. Calaamadaha lagu garto waxay noqon karaan qufac, qandho, sanko oo dareera ama urta iyo

dhadhanka oo kaa yaraada.

- Gaadiidka ku meel gaadhka ah iyo mamnuucida galitaanka ee Germany waxa lagu dabaqayaa ama lagu fulinayaa socotada ka imanaya dalalka uu sida xun ugu faafay gaar ahaan Noocyada faafa ee fayraska corona (meelaha halista ah ee noocyada faafa ee fayraska corona). Waxa lagu dabaqayaa cirka, tareenka, baska, bada iyo dhamaan noocyada gaadiidka.
- Wadamadan soo socda ayaa wakhti xaadirka loo aqoonsaday inay yihiin meelaha khatarta ah ee noocyada faafa ee caabuqa corona: Koonfur Africa, Brazil, Lesotho, Eswatini, Botswana, Malaawi, Mozambiik, Zambia iyo Zimbabwe. Sidoo kale degmada Moselle ee Faransiiska ayaa qayb ka ah. (xiliga 01.04.2021). [www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete\\_neu.html](http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete_neu.html)
- Waxa jira ka reebanaan dhawr ah, tusaale, dhamaan muwaadiniinta Jarmalka iyo ajaanibta dagan Jarmalka, kuwaasi oo ka shaqeeya xirfado muhiim ah sidoo kale sababaha bini-aadanimada. Waa inuu keenaa soo gelitaanka Natiijada tijaabo in aanad qabin caabuqa corona. Wixii faahfaahin ah ee intaasi dheer, waxaad ka heli kartaa Robert Koch-Institut (RKI). [www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete\\_neu.html;jsessionid=D085F91FDA3095C4C748A27D1DF9EAD8.internet102?nn=2386228](http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete_neu.html;jsessionid=D085F91FDA3095C4C748A27D1DF9EAD8.internet102?nn=2386228)

# Talaalka

Laga bilaabo Janaayo 2021, kooxaha talaalka wareega ee magaalada Munich waxay bilaabaya inay talaalaan qaybaha dadka ugu nugul. Tallaalku xiliga kuma fila muwaadiniinta oo idil.

Ugu horayn dadka ku nool iyo shaqaalaha xarumaha daryeelka dadka waayeelka ah ayaa noqon doona kuwa ugu horreeya ee hela tallaalka coronavirus (Coronavirus Virus Disease 19). Tallaalka dadka ka weyn 80 jir ayaa ka socda xarunta tallaalka ee carwada Riem.

Si aad u hesho tallaalka corona waxaad iska diwaangelin kartaa internetka. Si habsami leh ayaa lagugu wargalin doonaa marka aad ku soo beeganto. Xiligan dadka ugu mudan ayaa la tixgelinayaa. Si aad isugu diiwaangeliso tallaalka corona, fadlan isticmaal Internet-ka xarumaha tallaalka ee Bayern. Degelka: [impfzentren.bayern](https://impfzentren.bayern)

Fadlan diiwaangelinta tallaallada waa inuu kaa caawiyaa qof si fiican u yaqaan af Jarmalka. Waayo waa muhiim, tusaale ahaan, hadii aad tahay qof jiran ama aad ku nooshahay hoy la wada deganyahay. Waxaad hore u heli kartaa balan.

Bartamaha Abriil ayaa la filayaa, in dhakhaatiirta gaarka ahi Talaalka bilabaan.

Magaaladu waxay diyaarisay Taleefan-talaal, kaas oo dadka magaalada München degan ay isdiwaangalin karaan iyagoon marin internet ama cinwaankooda e-maylka.Tel.: 089 90429-2222

Sida laga soo xigtay Wasaaradda Caafimaadka ee Federaalka, suurtagal ma noqoneyso in la tallaalo dadka oo dhan ka hor xagaaga 2021.

Macluumaadka xiligan ee ku saabsan tallaalka COVID-19 ee tallaalka mRNA waxaa luuqado badan looga heli karaa machadka Robert Koch-Institut (RKI).

[www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html)

Wasaaradda Caafimaadka iyo Daryeelka ee Gobolka ayaa bixinaysa macluumaad ku saabsan istaraatiijiyadda tallaalka ee Gobolka madaxabanaan ee Bayern.

[www.stmgp.bayern.de/coronavirus/haeufig-gestellte-fragen/#Schnellsuche](https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/haeufig-gestellte-fragen/#Schnellsuche)

# Macluumaad iyo caawimaad

## Macluumaad ku saabsan coronavirus

### Waaxda caafimaadka ee Munich (Gesundheitsamt München)

Macluumaadka khadka tooska ah ee luqado badan: [muenchen.de/corona](https://muenchen.de/corona)

### Khadka adeegga Corona ee magaalada Munich (Servicehotline Corona)

Macluumaadka taleefanka: 089 23396333

### Isbahaysiga COVID – Macluumaadka onlaynka ah ee luqadaha kala duwan

Macluumaad ku saabsan coronavirus-ka ee la soo degsado iyo Pocket Guides ee taleefannada Smartphones-ka ah oo ku qoran in ka badan 30 luqadood: [www.COVID-Information.org](https://www.COVID-Information.org)

### Xarunta Caafimaadka ee Qoomiyadaha (EMZ e.V.)

Talooyinka ka hortaga isku buuqa qoyska ee xaalada maalinlaha ah ee koorona oo 26 luqadood ku qoran: <https://mimi-gegen-gewalt.info-data.info/>

### Xarunta Federaalka ee Caafimaadka (BZgA)

Macluumaadka ku saabsan coronavirus iyo cudurka COVID-19 oo ku qoran luqado badan. Degelka: [infektionsschutz.de/coronavirus/materialienmedien/informationen-in-anderen-sprachen.html](https://infektionsschutz.de/coronavirus/materialienmedien/informationen-in-anderen-sprachen.html)

## Fursadaha gargaar

### Adeegga Dhibaatooyinka Maskaxda ee Bayernta-sare (Krisendienst Psychiatrie)

Caawinta dhibaatooyinka maskaxda ee dadka ay dhibaataadu saameysey iyo ehelkooda. Kharashka ugu badan waa 0.60 euro wicitaankiiba. Waxaa laga heli karaa 24 saac. Tel. 0180 6553000

### Isar Amper Clinic, Isbitaalka Bari ee Munich (Klinikum München Ost)

Dadka u baahan inay aadaan cisbitaalka dhimirka. Ballanta telefoonka: 089 45620  
Degelka: [kbo-iak.de/index.php?fs=0](https://kbo-iak.de/index.php?fs=0)

### La talinta taleefanka (Telefonseelsorge)

Welwelka, dhibaatooyinka, ama fikradaha isdilka? La taliyayaasha taleefanka ayaa ku dhageysanaya. Tel. 0800 1110111 – Tel. 0800 1110222  
Sidoo kale waxaad u qori kartaa emayl ama waxaad isticmaali kartaa sheeko. Diiwaangelinta internetka: [online.telefonseelsorge.de](https://online.telefonseelsorge.de)  
Warbixin ku saabsan talobixinta luqadaha kale: [telefonseelsorge.de/international-helplines/](https://telefonseelsorge.de/international-helplines/)

### Jasiirada Munich (Münchener Insel)

Dhibaatooyinka iyo la-talinta nolosha ee taleefanka af Jarmal iyo Ingiriis, sidoo kale si qarsoodi ah. Talabixinta fiidiyowga sidoo kale waxaa suurtagal ah laga bilaabo bartamaha Janaayo 2021. Xaaladaha degdegga ah, ballan ayaa lagu samayn karaa goobta. Tel. 089 220041 – Tel. 089 21021848

### Caawinta taleefanka ee tacadiga ka dhanka ah haweenka (Hilfetelefon für Frauen)

Caawinta haweenka la kulma dhibaatooyinka tacadiga. La-taliyayaashu sidoo kale waxay gacan ka geystaan sidii haweenku u heli lahaa gabbaad. Talo bilaash ah oo 17 luqadood. Ayaa la heli karaa 24 saacadood. Tel. 08000 116 016  
Degelka: [hilfetelefon.de/das-hilfetelefon.html](https://hilfetelefon.de/das-hilfetelefon.html)

### Xarunta caawinta murugada e.V. (THZM)

Caawimaada waayo-aragnimada xun. Koorsooyinka waxaad ku baranaysaa, in aad sifiican u la noolaatid khibrada xun. Diiwaangelinta internetka: [thzm.de/ressourcenorientierte-stabilisierungsgruppen/](https://thzm.de/ressourcenorientierte-stabilisierungsgruppen/)

### Refugio Munich – Caawinta carruurta, dhalinyarada iyo dadka waaweyn

Caawinta carruurta, dhalinyarada iyo dadka waaweyn ee ka qaxay dalkooda hooyo. Waxyaabaha la bixiyo: Daaweynta cilminafsiiga, taageerada inta lagu gudajiro howlaha magangalyada iyo diyaarinta koorsooyin luqadeed. Taageero ku saabsan helitaanka shaqo, tababar ama guri. Tel. 089 982957 0  
Degelka: [www.refugio-muenchen.de](https://www.refugio-muenchen.de)

### Adeegga cilmi nafsiga ee Caritas ee loogu talagalay ajaanibta (CARITAS)

La-taliye af-hooyo oo bilaash ah la-talinta muhaajiriinta ka yimaada Talyaaniga, Griiga, Isbaanishka, Boortaqiiska, Latin Ameerika, Kroshiya, Seerbiya, Bosnia, Ruushka iyo Turkiga. Waxay bixisaa su'aalaha ku saabsan barbaarinta, iskaashiga, kala tagga iyo furitaanka. Sidoo kale la talinta cilmi-nafsiga bulshada iyo la talinta nolosha. Talada taleefanka ama khadka tooska ah. Tel. 089 2311490  
E-Mail: [pds@caritasmuenchen.de](mailto:pds@caritasmuenchen.de)



### **Adeegga Cilmi-nafsiga ee Arbeiterwohlfahrt Munich (AWO München)**

Talo-bixin bilaash ah oo dhakhaatiirta cilminafsiga ee Bosnian, Croatian, Serbian iyo Turkish. La talinta shaqsiyeed iyo kooxeed waxaa laga bixiyaa su'aalaha ku saabsan barbaarinta, guurka, qoyska iyo xaaladaha dhibaatooyinka shaqsiyeed. Macluumaadka ku saabsan dalabyada iyo qoraallo ku qoran luqado badan:

E-Mail: [psych.migration@awo-muenchen.de](mailto:psych.migration@awo-muenchen.de)

Degelka: [awo-muenchen.de/migration/psychologischer-dienst](http://awo-muenchen.de/migration/psychologischer-dienst)

### **Donna Mobile – Talada haweenka, qoysaska, carruurta iyo dhalinyarada**

Talada haweenka, qoysaska, carruurta iyo dhalinyarada ee la xiriiirta arrimaha caafimaadka iyo shaqada muhaajiriinta (sidoo kale taleefan):

- La-talin-bulsho oo af Jarmal iyo Turki ah.
- La-talinta cilmi-nafsiga ah, tusaale ahaan shaqsi, lamaane iyo teraabiyada qoysaska ee af Jarmal, Polish, Hangari, Ruush, Isbaanish, Griig, Bulgaariya, Talyaani iyo Ingiriis.
- Talo-siinta caafimaad oo Jarmal iyo Turki ah.

Tel. 089 505005

Degelka: [donnamobile.org](http://donnamobile.org)

### **Dhakhaatiirta Adduunka e.V. – open.med (Ärzte der Welt e.V.)**

Gargaar caafimaad iyo talobixinta bulsho ee dadka aan layhayn caymis caafimaad. Ballanta waxaad qabsan kartaa 9:30 subaxnimo ilaa 5:00 galabnimo. Ph. 0177 5116965

Degelka: [aerztederwelt.org/wem-wir-beistehen/hilfe-fuer-patientinnen](http://aerztederwelt.org/wem-wir-beistehen/hilfe-fuer-patientinnen)

Cinwaanada:

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

### **Malteser Medicine dadka aan caymiska caafimaadka lahayn (Malteser Hilfsdienst)**

Dadka aan lahayn caymiska caafimaadka waxay daaweyn ka heli karaan dhakhaatiirta ama xirfadlayaasha caafimaadka. Tusaale ahaan xaaladaha degdegga ah, dhaawacyada, uurka. Waxaa jira dhakhaatiirta carruurta, dhakhaatiirta ilkaha, dhakhaatiirta guud iyo saacad la-talin haweenka ah.

Fadlan ballan qabso: Tel. 089 43608411

Cinwaanka: Streitfeldstr. 1, 81673 München

Degelka: [malteser.de/fileadmin/Files\\_sites/Fachbereiche/Migranten-Medizin/Downloads/Flyer\\_MMM.pdf](http://malteser.de/fileadmin/Files_sites/Fachbereiche/Migranten-Medizin/Downloads/Flyer_MMM.pdf)

### **Refugee Stairway ee ergeda Gudaha (Diakonie München, Innere Mission)**

Caawinaad si looga faa'iideysto deeqaha is dhexgalka, tusaale ahaan, markaad laxiriirta xarumaha takhasuska leh, xarumaha qaabilaada iyo guryaha la wada deganyahay.

Bakan qabso: 089 1269915102,

E-Mail: [rsc@im-muenchen.de](mailto:rsc@im-muenchen.de)

### **Bukaan socod eegtada cilmi-maskaxda Jaamacadda Munich (LMU Migrationsambulanz)**

Caawinta dadka soo haajiray ee qaba dhibaatooyinka maskaxda iyo cudurrada maskaxda. Talo-bixin ayaa lagu heli karaa luqado kala duwan.

La daaweeyo:

- Niyad jab, waalli, maskaxda
- Murugada ka dib dhibaataada
- Dhibaatooyinka hagaajinta iyo cilladaha walaaca
- Xanuunada Balwadaha

Balan qabsi: Tel. 089 440053307

E-Mail:

[Migrationsambulanz.LMU@med.uni-muenchen.de](mailto:Migrationsambulanz.LMU@med.uni-muenchen.de)

Cinwaanka: Nussbaumstr. 7, 80336 München:

### **IN VIA KOFIZA**

Waxyaabaha la bixiyo, waxqabadyada, dhacdooyinka iyo caawimaadda maamulka. Haweenka soo galootiga ah ee jira 18 iyo wixii ka weyn Afrika, Aasiya, Yurub iyo Latin Amerika. Haweenka oo dhan aya talo la siiyaa, iyadoon loo eegin jinsiyadooda, diintooda iyo afkooda.

Tel. 089 5488895 0

E-Mail: [kofiza@invia-muenchen.de](mailto:kofiza@invia-muenchen.de)

### **Adeegga Bulshada ee Haweenka Katooliga ah (SKF)**

Taageerada iyo la talinta haweenka u baahan, talo siinta (aan qaan gaarin) haweenka uurka leh, qoysaska da'da yar, guryaha hooyada iyo dhallaanka iyo hoyga haweenka guri la'aantu hayso.

Tel. 089 55981 0

Degelka: [skf-muenchen.de/](http://skf-muenchen.de/)

### **Ururka Daryeelka Ragga ee Kaatooliga ah (KMFV e.V.)**

Caawinaad iyo talobixin shaqsiyeed oo ku saabsan hoy la'aanta, qabatinka, dembi la'aanta iyo shaqo la'aanta.

Degelka: [kmfv.de/einrichtungen-und-dienste/einrichtungssuche/index.html](http://kmfv.de/einrichtungen-und-dienste/einrichtungssuche/index.html)

### **DIE ARCHE – Talo siinta halista is-dilka**

Talo ku socota dhalinyarada iyo dadka waaweyn ee nolosha la qabsan karin, ee aan dooneyn inay sii noolaadaan. Lataliyayaasha ARCHE waxay dadka ka caawiyaan fikradaha is dilka iyaga iyo eheladooda.

Balan qabsi: Tel. 089 334041

Degelka: [die-arche.de/](http://die-arche.de/)

### **Khadka qabatinka maandooriyaha – talosiinta taleefanka ee dhibaatooyinka balwadda**

Talo bixin ku saabsan balwadda, sida balwadda aalkolada. Kuwa loogu talagalay iyo qoysaskoodaba af Jarmal, Ingiriis, Faransiis, Isbaanish iyo Talyaani.

Talada taleefanka ama emaylka.

Tel. 089 282822

E-Mail: [kontakt@suchthotline.info](mailto:kontakt@suchthotline.info).

Degelka: [suchthotline.info](http://suchthotline.info)

### **BZgA – La talinta taleefanka ee caafimaadka maskaxda**

Talo bixin bilaash ah oo ku saabsan dhibaatooyinka caafimaadka maskaxda, Isniinta ilaa Khamiista, 10 subaxnimo ilaa 10 fiidnimo Jimcaha ilaa Axada 10 subaxnimo ilaa 6 galabnimo. Tel. 0800 2322783

Degelka: [infektionsschutz.de/coronavirus/psychische-gesundheit.html](http://infektionsschutz.de/coronavirus/psychische-gesundheit.html)

## **Dhambaalada iyo macluumaadka bukaanka ee ka imanaya caasimada München:**

### **Dadka xanuunsan iyo kuwa cudurka qaba**

Ma ku hubisay cudurka cusub ee 'Caabuqa-Corona' (SARS-CoV-2) baaritaanka- PCR, mase kugu dhacay safmareenka COVID-19?

Dhambaalka aad ka helayso magaalada München. Wareegtada guud, warqada macluumaadka iyo foomka gelinta xogta.

[https://mimi.bayern/media/pdf/briefe\\_an\\_infizierte\\_u\\_erkrankte\\_personen/IP\\_Dokumente/Infizierte-Erkrankte.pdf](https://mimi.bayern/media/pdf/briefe_an_infizierte_u_erkrankte_personen/IP_Dokumente/Infizierte-Erkrankte.pdf)

### **Dadka xiriirka dhow la leh qofka qaba cudurka iyo kuwa jiran**

Ma la leedahay xiriir dhow mase jiraa xubin ka mid ah qoyskaaga oo cudurku ku dhacay (Caabuqa-Corona SARS-CoV-2) ama u jxanuunsan (COVID-19)?

Dhambaalka aad ka helayso magaalada München. Wareegtada guud, warqada macluumaadka iyo foomka gelinta xogta.

[https://mimi.bayern/media/pdf/briefe\\_an\\_kontaktperson\\_oder\\_familienmitglied\\_von\\_infizierten\\_und\\_erkrankten/KP\\_Dokumente/Kontaktperson.pdf](https://mimi.bayern/media/pdf/briefe_an_kontaktperson_oder_familienmitglied_von_infizierten_und_erkrankten/KP_Dokumente/Kontaktperson.pdf)

## Impressum

### Herausgeber\*in:

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

### im Auftrag von:

Landeshauptstadt München  
Gesundheitsreferat  
80335 München  
E-Mail: [gvo4.rgu@muenchen.de](mailto:gvo4.rgu@muenchen.de)

**Stand:** 01.04.2021 | Version 009

**Layout:** eindruck.net, 30175 Hannover

**Titelbild:** [peterschreiber.media/stock.adobe.com](https://peterschreiber.media/stock.adobe.com)

**Online:** [muenchen.corona-mehrsprachig.de](https://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](mailto:presse.gsr@muenchen.de)

Anfragen MiMi Bayern  
[bayern@mimi.eu](mailto:bayern@mimi.eu)  
[www.mimi.bayern](http://www.mimi.bayern)

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



Landeshauptstadt  
München

Unterstützt von:

