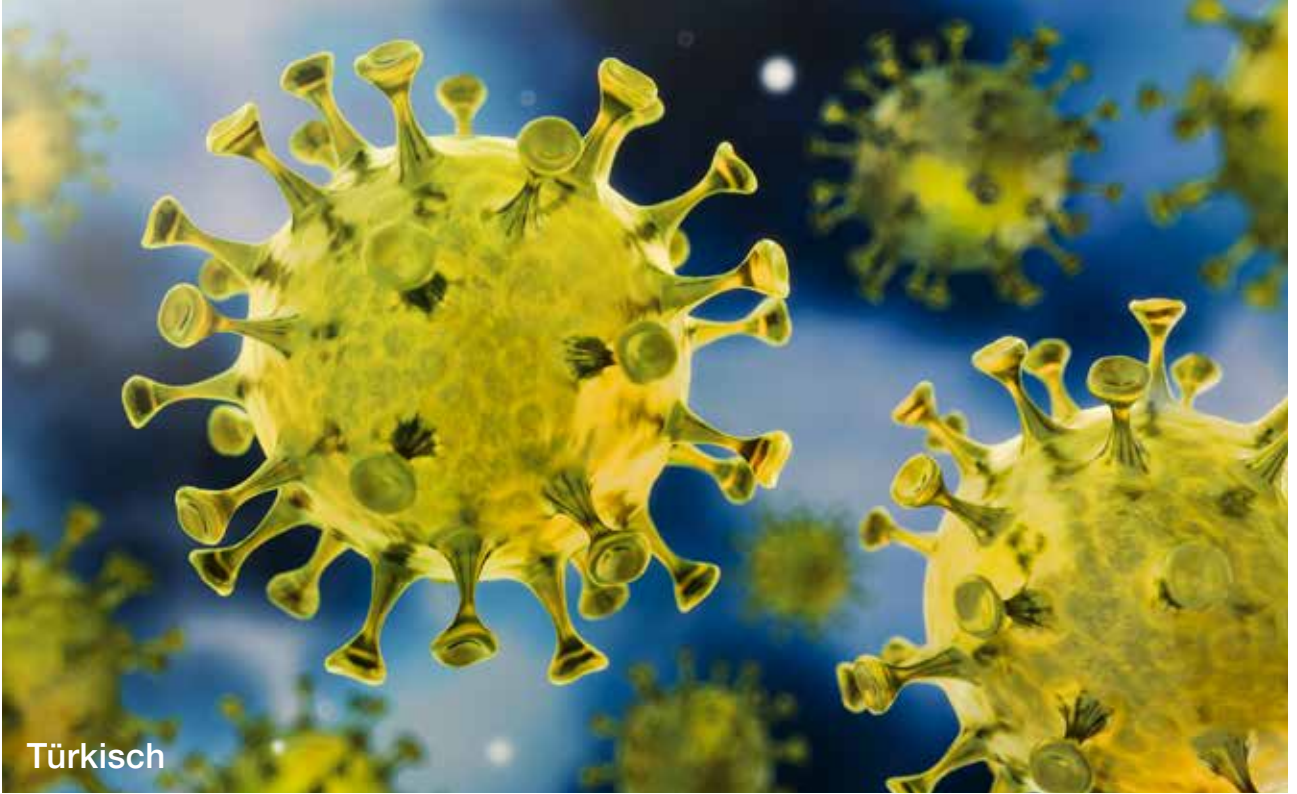


Koronavirüs SARS-CoV-2

Kurallar ve yardımlar



Türkisch

- Koronavirüs kuralları
- Test olanakları
- Seyahat düzenlemeleri
- [Münih'de aşılama](#)
- Yardım imkanları

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



im Auftrag der Landeshauptstadt München
Gesundheitsreferat



Landeshauptstadt
München

Münih için Koronavirüs kuralları

Korona ile ilgili kısıtlamalar gevşetildi.

Bu gevşeme, “zorlanan bir sağlık sisteminin göstergesi olan hastane trafik lambası”na ve “7 günlük insidansa” bağlıdır.

Hastane trafik lambası: Son 7 gün içinde Bavyera genelinde hastanelere kabul edilen COVID-19 hastası sayısı 1.200’ü geçtiğinde “sarı ışığa” ulaşılır. Bu durumda FFP2 maske zorunluluğu veya temas kısıtlamaları gibi daha katı korona önlemleri yürürlüğe girebilir.

Bavyera’daki yoğun bakım ünitelerine yatırılan Covid-19 hasta sayısı 600’ü geçtiğinde “kırmızı ışığa” ulaşılır. “Kırmızı” ışık seviyesinde yeni Korona kısıtlamaları uygulamaya geçirilebilir.

Lütfen hangi ışık seviyesine ulaşıldığını düzenli olarak takip edin ve uyulması gereken kurallar hakkında bilgi alın.

7 günlük insidans: Bununla, 100.000 nüfusta son 7 gün içindeki yeni Koronavirüs enfeksiyon sayısı kastedilmektedir.

Belirleyici faktör, 35’in üzerinde bir insidans ve trafik ışığının sarı veya kırmızıya dönüşmesidir.

Münih Eyalet Başkenti için mevcut **7 günlük insidans değeri** internetteki resmi şehir ana sayfasında bulunabilir.

www.muenchen.de/rathaus/Stadtfinfos/Coronavirus-Fallzahlen.html

Güncel geçerli yönetmelikler hakkındaki bilgileri Bavyera Eyaleti Sağlık ve Bakım Bakanlığı sağlar. www.stmgp.bayern.de/coronavirus

3G Kuralı

Pekçok yerde 3G kuralı geçerlidir. Yani sadece tam **aşılıların**, **test olanların** veya COVID-19 hastalığına yaklanıp **iyileşen kişilerin** girişine izin verilir. 6 yaşın altındaki çocuklar ile öğrenciler test yükümlülüğünden muaftır.

Tam aşıllılar ile hastalanıp iyileşenler bununla ilgili belgeleri ibraz etmeleri gerekir. Lütfen aşı belgenizi daima yanınızda taşıyın.

Diğer herkesin son 24 saat içinde yapılmış negatif bir hızlı antijen testini, gözetim altında gerçekleştirilen bir kendi kendine testi veya son 48 saat içinde yapılmış negatif bir PCR testini ibraz etmeleri gerekir.

Maske takma zorunluluğu

Tıbbi maske standarttır.

Açık havada artık maske zorunluluğu yoktur.

Yerel toplu taşıma araçlarında ve kapalı alanlarda maske zorunludur.

Kapalı özel alanlarda maske zorunluluğu bulunmaktadır.

Çoğu ihtiyaç sahibi kişilere maske hediye olarak verilir. Lütfen konuyla ilgili olarak kaldığınız konaklama yerinden ve sosyal halk evlerinden (Sozialbürgerhaus) bilgi alın.

Yaşlıevlerine ve bakımevlerine ziyaret

Ziyaretçilerin maske takma zorunlulukları bulunmaktadır.

Ziyaretçiler için insidansdan bağımsız test zorunluluğu bulunmaktadır. Tam aşıllılar ve hastalanıp iyileşenler testten muaftır.

Aşı belgesinin veya test kanıtı her an gösterilebilecek şekilde hazır bulunması önemlidir.

Ölmekte olan bir kişiye refakat etmeye ve destek sunmaya her zaman izin verilmektedir.

Lokanta ve restoran tarzı işyerleri ve bira bahçeleri

Lokanta ve restoran tarzı işyerleri hem iç hem de dış mekanlarını misafirlerine yine normal olarak açabilir.

Kapalı alanlarda 7 günlük insidansın 35’in üzerinde olması halinde 3G kuralı uygulanır: Sadece aşıllılar, hastalanıp iyileşenler ve test olanlara izin verilir. Okularda yapılan düzenli testlerden dolayı öğrenciler test yapmış olarak kabul edilir.

Aşı belgesinin veya test olunduğuna dair belgenin her an gösterilebilecek şekilde hazır bulunması önemlidir.

Çocuk bakımı, okullar ve üniversiteler

Çocuk bakımı: Çocuk yuvaları ile çocuk bakım evleri (Kitas) düzenli test yapılması durumunda normal açıktır.

Okullar: Okullarda maske takma zorunluluğu yoktur. Fakat test ve ayrıca 1,5 metre sosyal mesafe zorunluluğu bulunur.

Okul öğrencileri düzenli olarak test edilir. Daha fazlasını çocuğunuzun okulundan öğrenebilirsiniz. İnsidansın 35'in üzerinde olması halinde de yüzyüze eğitim devam eder.

Okul uygulaması ve güncel insidans değerleri ile ilgili en son bilgileri Münih Belediyesi'nin internet sayfasından elde edebilirsiniz.

www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Referat-fuer-Gesundheit-und-Umwelt/Infektionsschutz/Neuartiges_Coronavirus.html#Schule

Bavyera Eyaleti Eğitim ve Kültür Bakanlığı 2021/2022 okul takvimi ile ilgili değişik dillerde genel bilgi sunmaktadır.

www.km.bayern.de/allgemein/meldung/7011/informationen-zum-schuljahr-202021-in-anderen-sprachen.html

Üniversitelerde yüz yüze eğitim yapılmaktadır. Fakat test, maske ve 1,5 metre sosyal mesafe zorunluluğu bulunur.

Müzik okulları açıktır. **Sürücü kursları** açıktır. İnternet üzerinden dijital eğitim imkanları bulunmaktadır.

Münih Halk Eğitim Merkezi (Volkshochschule) yine yerinde eğitime başlamıştır.

Etkinlikler ve boş zaman aktiviteleri

Kapalı alanlarda 7 günlük insidansın 35'in üzerinde olması halinde 3G kuralı uygulanır: Sadece aşıllar, hastalanıp iyileşenler ve test olanlara izin verilir. Okulda yapılan düzenli testlerden dolayı öğrenciler test yapmış olarak kabul edilir.

• **Dini mekanlarda yapılan ibadetler:** Bütün dinler için izin verilmiştir. 3G kuralı dikkate alınamıyorsa (sadece aşıllar, hastalanıp iyileşmiş veya test edilmiş kişiler için erişim): Diğer kişiler ile aranızda en az 1,5 metre sosyal mesafeyi koruyun. Maske takın. Otururken de!

• **Kültürel etkinlikler:** 1000 kişiye kadar katılımın olduğu açık hava etkinliklerinde 3G kuralı geçerli değildir. 1000 kişinin üzerindeki katılımlarda insidans değerine bakılmaksızın hem iç hem de dış mekanlardaki etkinliklerde 3G kuralı uygulanır: Sadece aşıllar, hastalanıp iyileşmiş veya test edilmiş kişiler katılabilir.

• **Kültürel kuruluşlar:** Müzeler, tiyatrolar, konser salonları, sahneler, sinemalar, anıtlar, arşivler ve kütüphanelerde 7 günlük insidansın 35'in üzerinde olması durumunda 3G kuralı geçerlidir.

• **Boş zaman değerlendirme tesisleri:** Tüm tesisler yeniden açılmıştır. Kapalı alanlarda 3G kuralı geçerlidir.

• **Spor tesisleri:** Grup büyüklüğü sınırlaması olmaksızın ve zorunlu test yapılmadan açık havada spor yapılmasına izin verilir.

• **Açık hava etkinlikleri:** Açık havada yapılan spor etkinlikleri ile diğer büyük organizasyonlar 3G kuralına bağlı kalınması şartıyla 25.000 kişiye kadar mümkündür.

• **Yerel toplu taşıma:** Maske zorunluluğu bulunmaktadır, 3G kuralı uygulanmaz.

• **Turizm:** Münih'de turistik amaçlı konaklama imkanları yine mümkündür. Varışta ve takip eden 72 saat içinde 3G kuralı geçerlidir. Turistik şehir turları ve rehberli turlara da izin verilmektedir.

• **Kulüpler, diskolar ve genelevler:** 3G kuralı kulüplerde, diskolarda ve genelevlerde de geçerlidir. Ancak güncel bir PCR testi ibraz edilmesi gerekir. Hızlı test yeterli değildir.



- **Fuarlar:** Ziyaretçilerin 3G ve maske takma zorunluluğu kurallarına uyması gerekmektedir.
- **Kongreler ve toplantılar:** Koruyucu ve hijyen kurallarına uyulması şartıyla 5.000 ziyaretçiye kadar düzenlenebilmektedir.

Daha fazla bilgi Baviera İçişleri Bakanlığından temin edilebilir.

www.corona-katastrophenschutz.bayern.de

Mağazalar ve hizmet sağlayıcılar

Mağazalar düzenli olarak açıktır. Mağazalarda maske takma zorunluluğu geçerlidir.

Ayrıca vücut bakımı alanında hizmet sunan iş yerlerinin, örneğin kuaförler, masaj ve tırnak stüdyolarının tümü açıktır. 3G kuralı geçerlidir.

Münih Belediye İdaresine erişim tekrar mümkündür. Hizmet birimlerinde daima koruyucu maske takmanız gerekmektedir. Diğer kişiler ile aranızda en az 1,5 metre sosyal mesafeyi koruyun.

Enfeksiyondan korunmak için hizmet birimlerinde insan kalabalığından kaçınılmalıdır.



Korona uyarı App'i (Corona-Warn-App) sayesinde enfeksiyonlu bir kişinin yakınında bulunmanız halinde anonim ve hızlı bir şekilde bilgilendirilirsiniz.

[App Store](#)'dan ve [Google Play](#)'den bu App'i ücretsiz olarak yükleyebilirsiniz.

Test olanakları/Enfekte olan kişiler ile yakın temas

Münih’de Koronavirüs testi hakkında bilmeniz gerekenler:

Bir doktor muayenehanesinde Koronavirüs testi yapılabilir. Ateş, öksürük ve nefes darlığı gibi belirtileri (hastalık belirtileri) olan kişilerin doktorlarında test yaptırmaları mümkündür. Lütfen önceden doktorunuzu arayın! FFP2 maskenizi ve sağlık sigortası kartınızı yanınıza almayı unutmayın!

Corona-Warn-App’inin kırmızıyla “erhöhtes Risiko” (yüksek risk) göstermesi halinde doktorunuzu arayarak test için randevu ayarlayın.

Theresienwiese’de bulunan **Münih Eyalet Başkenti Test Merkezi**nde (Teststation der Landeshauptstadt München), arabanızla gidip, arabadan inmenize gerek kalmadan (“Drive-through”) Koronavirüs testi yaptırmaya imkanınız bulunmaktadır. FFP2 maskenizi ve eğer varsa sağlık sigortası kartınızı yanınızda getirin! Lütfen test merkezine önceden randevu alarak gidin. Randevunuz SMS veya e-posta yoluyla onaylanır. İnternette cep telefonu numaranız veya e-posta adresiniz ile kayıt yaptırabilirsiniz. www.corona-testung.de

Aşağıdaki kişiler ücretsiz olarak test edilebilir:

- Üniversite öğrencileri (30 Kasım’a kadar)
- Yatılı bakım tesislerinin, engellilere yönelik tesislerin ve ayakta bakım hizmetleri sunan kurumların ziyaretçileri ve çalışanları. Bu kişiler yanlarında, ilgili kurumdan bir onay belgesi getirmeleri gerekir.
- Çocuklara bakım hizmeti sunan tesislerde hafif hastalık belirtileri gösteren çocuklar (mesela bir soğuk algınlığı kapasimnda burun akıntısı olan çocuklar gibi)
- Corona-Warn-App’inden bir uyarı alan kişiler ve enfekte kişiler ile yakın temaslı kişiler.

Hızlı test: Eczanelerde ve özel test merkezlerinde yapılan hızlı korona testleri ücretlidir. Yani artık ücretsiz değildir. Ancak bunun istisnaları bulunmaktadır. Bu konuyla ilgili daha fazla bilgiyi aşağıdaki internet sayfasından (Almanca) bulabilirsiniz: www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Referat-fuer-Gesundheit-und-Umwelt/Infektionsschutz/Neuartiges_Coronavirus.html#Testmuenchen

Hızlı bir testi nerede yapabileceğinizi buradan öğrenebilirsiniz: www.testen-muenchen.de

Test sonucunun pozitif olması halinde uygulanacak kurallar

Eğer pozitif bir test sonucu alırsanız kendinizi derhal izole etmeniz (karantina) ve bir PCR testi yaptırmanız gerekir. Bunun için vakit kaybetmeden bir randevu alın ve sağlık müdürlüğünü bilgilendirin.

Karantina 14 gün sürer ve ancak negatif PCR test sonucu alınması halinde sona erer. Eğer bu testin sonucu da pozitif çıkarsa derhal sağlık müdürlüğünü bilgilendirmeniz gerekir: Tel. 089 233 96333 veya E-Posta: infektionsschutz.gsr@munchen.de

Aşılıysanız ve buna rağmen pozitif bir testiniz varsa, karantina genellikle 5 gün sürer. Eğer 5 günün sonunda testiniz negatif çıkarsa karantina biter.

Lütfen ailenizi, yakın çalışma arkadaşlarınızı ve yakın temasta bulunduğunuz diğer kişileri enfeksiyonunuz hakkında bilgilendirin.

Enfekte bir kişi ile yakın teması olmuş kişilerin, Theresienwiese’deki Korona test merkezinde derhal bir test ayarlamaları gerekir.

Henüz aşılanmamış veya henüz hastalık geçirmemiş enfekte bir kişi ile yakın teması olmuş kişilerin sağlık müdürlüğü ile irtibata geçmeleri gerekir. Tel.: 089 233 96 333 veya E-posta: infektionsschutz.gsr@munchen.de.

Aşılanmamış veya henüz hastalığı geçirmemiş enfekte bir kişi ile yakın teması olmuş kişiler için karantina zorunludur:

- Sonunda bir test yapılmazsa evde 10 gün karantina
- Sonunda bir hızlı test ile 7 gün (uzman personel tarafından yapılır; kendi kendine test mümkün değildir!)
- PCR testi ile 5 gün

Seyahat düzenlemeleri

Eğer yüksek risk bölgesinden veya virüs varyantlarının tespit edildiği bir bölgeden Almanya'ya giriş yapıyorsanız tüm kurallara ve yükümlülükler dikkat edin:

Yüksek risk bölgeleri listesini internetten bulabilirsiniz: www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete_neu.html

- 1 Ağustos 2021'den bu yana, 12 yaş ve üzerindeki tüm yolcuların Almanya'ya girerken **güncel bir test belgesi** ibraz etmeleri gerekmektedir. Aşılı ve hastalanıp iyileşmiş kişiler bundan muaftır. Şimdiye kadar test şartı sadece uçakla seyahat için uygulandı. Ancak artık tren, otobüs, gemi ve araba da dahil olmak üzere bireysel ulaşım ile seyahat için de geçerlidir.
- Eğer bir **yüksek risk bölgesinden** Almanya'ya giriş yapıyorsanız **giriş yapmadan önce** internetten giriş kaydı formunu doldurmanız gerekmektedir. Daha sonra bir onay belgesi (PDF) alırsınız. Giriş kaydı formunu online doldurabilirsiniz. www.einreiseanmeldung.de/#/register
- Hala geçerlidir: Eğer yüksek risk bölgesinden geliyorsanız 10 gün karantinaya girmeniz gerekmektedir. Karantina en erken 5. günün sonunda güncel negatif bir test sonucunu ibraz etmeniz halinde sona erer. Aşılı ve hastalanıp iyileşmiş olsanız dahi güncel bir test belgesini ibraz etmeniz ve giriş kaydı formunu doldurmanız gerekir. Ancak o zaman 5 günlük karantina sona erer. Test sonucunuzu lütfen aşağıdaki e-posta adresine gönderin: corona-einreisende.gsr@muenchen.de Eğer bir **yüksek risk veya yüksek insidans bölgesinde** kaldıysanız test sonucunuzu lütfen E-posta ile aşağıdaki adrese gönderiniz: corona-einreisende.gsr@muenchen.de

• **Virüs varyantının bulunduğu bir bölgeden** geldiğinizde hemen 14 günlük ev karantinasına girmeniz gerekmektedir. Karantina süresinin kısaltılması mümkün değildir.

Virüs varyantının bulunduğu bir bölgeden geliyorsanız test sonucunuzu lütfen E-posta ile aşağıdaki adrese gönderin:

virusvarianten-gebiete.gsr@muenchen.de

- Belli hallerde karantina zorunluluğunun istisnaları bulunmaktadır. Federal Sağlık Bakanlığı bu konuda birçok dilde bilgi sunmaktadır. www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus-infos-reisende/merkblatt-dea.html

Robert Koch Enstitüsü'nden (RKI) daha fazla bilgi temin edebilirsiniz.

www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete_neu.html

“Küçük sınır trafiği”

24 saatten daha az bir süre yüksek risk bölgesinde bulunan veya 24 saatten daha az bir süre Almanya'ya seyahat eden kişiler için karantina şartı bulunmaz.

Fakat ülkeye girişten önce son 10 gün içinde virüs varyant bölgesinde bulunmuş olan kişilerin karantinaya girmesi gerekir.

Tam aşı olanlar için düzenlemeler

Avrupa Birliği'nde onaylanmış bir aşı ile Koronaya karşı tam olarak aşılanmış ve son aşısının üzerinden en az 15 gün geçmiş ve Almanca, İngilizce veya Fransızca dillerinde aşı kanıtı bulunan kişiler, riskli bir bölgede kaldıktan sonra karantina yükümlülüğünden muaftır.

Aynı kurallar SARS-CoV-2 enfeksiyonu geçirdiği veya bundan hastalandığı (pozitif PCR testi) kanıtlanmış ve tamamen iyileşmiş kişiler için de geçerlidir. Pozitif PCR testinin geçerliliği test tarihinden 28 gün sonra başlar ve bu tarihten 6 ay sonra sona erer. Bundan sonra tam olarak bağışıklık kazanmış kabul edilmek için sadece 1 aşı gerekmektedir.

Bu istisna ancak kişinin SARS-CoV-2 enfeksiyon belirtilerinin olmaması ve aşı karnesinin sürekli yanında bulunması halinde geçerlidir.

Virüs varyantlarının bulunduğu bir bölgede kalan aşılı kişiler için bu istisnai kural geçerli değildir.

Münih’de aşılama

Aşı gönüllü ve ücretsizdir.

Münih’te aşı olmanın birçok yolu vardır: Riem veya Theresienwiese’de bulunan aşı merkezlerinde, aşı kampanyaları kapsamında, aile hekimleri, çocuk doktorları veya işyeri hekimlerinde.

Lütfen aşıya gelirken yanınızda geçerli bir kimlik veya pasaport getirin. Varsa sarı aşı karnenizi de yanınızda getirin.

Başka bir hastalığınız varsa, eğer mevcutsa doktorunuzdan aldığınız belgeleri yanınızda getirin.

Almanya’da yaşayan 12 yaş ve üzeri tüm kişiler onaylı aşılarla aşılanabilir. 15 yaşın altındaki gençler sadece ebeveynleri eşliğinde aşı olabilirler.

BioNTech, Moderna ve AstraZeneca ile iki aşı gerekmektedir ve bunlar aşı merkezinde ve tüm aşı kampanyaları kapsamında yapılabilir. Ancak, ilk aşıdan sonra bir zaman aralığı bırakmalısınız:

- **BioNTech** 3 hafta,
- **Moderna** 4 hafta,
- **AstraZeneca** mRNA aşısı ile çapraz aşılama 4 hafta.

İkinci aşı için, ilk aşının kanıtını (sarı aşı karnesi veya aşı belgesi) yanınızda getirmelisiniz.

Ayrıca **Johnson & Johnson** ile de aşı olabilirsiniz. Bunda sadece tek bir aşı gerekmektedir. Johnson & Johnson aşısı sadece 18 yaş ve üzeri için onaylanmıştır.

Riem veya Theresienwiese’deki aşı merkezlerinde aşılama

Riem aşı merkezi: Pazar gününden Salı gününe kadar 9:00-17:45 arası ve Çarşamba günleri 9:00-21:00 arası.

Theresienwiese aşı merkezi: Pazartesi gününden Cumaya gününe kadar 9:00-17:00 arası. Cumartesi ve Pazar günleri 11:00-17:00 arası.

Bu aşı merkezlerine randevusuz da gelebilirsiniz.

Ancak aşı portalına kaydolursanız süreç daha hızlı olur: <https://impfzentren.bayern/citizen/>
Lütfen kayıt yaptırırken size yardımcı olması için iyi Almanca bilen birisinden yardım alın.

Telefonla da randevu alabilirsiniz: 089 90429 2222

Aileler için aşı merkezinde aşılama

Riem aşı merkezi, ailelere her gün sabah 9’dan akşam 17:45’e kadar aşı hizmeti sunmaktadır. Bu hizmet, 12 yaş ve üstü çocuk ile gençlere ve ebeveynlerine yöneliktir. Size ayrıntılı tıbbi danışmanlık sunulur. Önceden randevu alınması gerekli değildir.

Riem’deki aşı merkezine nasıl ulaşabilirim?

Aşı merkezi, Münih Messe’de (fuar merkezinde), Paul-Henri-Spaak-Straße, Messehalle C3’te (Kuzey Giriş – Kapı 17 = Eingang Nord – Tor 17) bulunmaktadır.

Ulaşım şu şekilde mümkündür:

- Arabayla: A 94 otobanı, “München-Riem” kavşağı 5, “Impfzentrum” tabelası, Paul-Henri-Spaak-Straße’de fuar merkezinin kuzey girişine doğru devam edin (17 kapısından erişim). Yeterli sayıda park yeri mevcuttur.
- Toplu taşıma araçları ile: Messestadt West veya Messestadt Ost durağına giden U2 metro hattı. Buradan aşı merkezine ücretsiz MVG-Bus-Shuttle-Service otobüs servisini (özel hat 99) kullanabilirsiniz. Bu hizmet her 6 ila 7 dakikada bir 07:30 ile 19:30 saatleri arasında mevcuttur. Ulaşımla ilgili daha fazla bilgiyi internette bulabilirsiniz: www.mvg.de

Şehir genelinde aşı kampanyaları

Şehir genelinde aşı kampanyaları yapılmaktadır. Aşı ücretsizdir. Randevu almanıza gerek yoktur. Her zaman gelebilirsiniz. Almanya’da yaşayan 16 yaşından büyük herkes aşı yaptırabilir.

Lütfen aşıya gelirken yanınızda geçerli bir kimlik veya pasaport getirin. Onaylanmış tüm aşıların mevcut olması beklenir. Aşıdan sonra, akıllı telefonunuzdaki dijital aşı sertifikası için QR kodunu içeren bir aşı sertifikası alacaksınız.

Tüm randevular ve aşı yerleri burada bulunabilir: www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Referat-fuer-Gesundheit-und-Umwelt/Infektionsschutz/Neuartiges_Coronavirus.html#Termine

Dijital aşı kanıtı

Münih'teki aşı merkezi, aşıdan hemen sonra dijital bir aşı sertifikası verir. Dijital aşı sertifikaları, aşı merkezinde QR kod olarak yazdırılır ve verilir.

QR kodu, cep telefonu aracılığıyla Corona-Warn-App veya CovPass uygulamaları tarafından okutulabilir.

Daha önce aşı merkezinde aşılarını tam olarak yaptıran kişiler, Bavyera aşı merkezindeki hesaplarından dijital kanıtlarını indirebilir ve QR kodunu Corona-Warn-App veya CovPass uygulamaları ile okutabilir: impfzentren.bayern

Alternatif olarak, tam aşıli kişiler dijital aşı sertifikalarını eczanelerden de alabilirler. Sarı aşı kartesi veya aşı merkezlerinden alınan aşı sertifikalarının ibraz edilmesi halinde bu sertifika ücretsiz olarak verilir. Eczanelerin internet sitesi, hangi eczanelerin dijital aşı sertifikası düzenlediğine dair genel bilgiler sunar: mein-apothekenmanager.de

Dijital aşı sertifikası veya aşı merkezinden alınan aşı kanıtına ek olarak klasik sarı aşı kartesi korona aşısının kanıtı olarak elbette hala geçerlidir.

İnternette daha fazla bilgi: digitaler-impfnachweis-app.de

Aşı hakkında federal düzeyde bilgiler

MRNA aşısı ile **COVID-19** aşılmasına ilişkin güncel bilgileri Robert Koch Enstitüsü'nden (RKI) birçok dilde temin edebilirsiniz.

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

Bavyera Eyaleti Sağlık ve Bakım Bakanlığı, **Bavyera Eyaleti'nin aşılama stratejisi** hakkında bilgi sağlar. www.stmgp.bayern.de/coronavirus/haeufig-gestellte-fragen/#Schnellsuche

Federal Hükümet'in Göç, Mülteci ve Uyum Sorumlusu, Koronavirüs ve koruyucu aşı hakkında 22 dilde bilgilendirir.

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

„Aidminutes.rescue (COVID-19)“ App uygulaması, aşılama için dijital dil arabuluculuğu hakkında 35'ten fazla dilde bilgi sağlar.

App uygulaması ücretsizdir ve App Store'dan ve Google Play'den temin edilebilir.

<https://apps.apple.com/de/app/aidminutes-rescue-covid-19/id1507581865>

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.aidminutes.rescue.covid19>

Bilgi ve yardımlar

Koronavirüs hakkında bilgiler

Münih Sağlık Müdürlüğü (Gesundheitsamt München)

Pekçok dilde online bilgiler:
muenchen.de/corona

Servicehotline Corona München – Münih Belediyesi Korona danışma hattı

Telefonla bilgilendirme: 089 23396333

COVID Alliance, Multilingual-Online-Info – Çok dilli online bilgi

30'dan fazla dilde akıllı telefonlar için downloadlar ve cep kılavuzları ile Koronavirüs hakkında bilgiler:
www.COVID-Information.org

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V. – Ethno-Tip Merkezi Almanya

26 dilde korona ile yaşamda aile içi strese karşı tavsiyeler: <https://mimi-gegen-gewalt.info-data.info/>

Federal Sağlık Eğitimi Merkezi – BZgA

Değişik dillerde Koronavirüs hakkında bilgiler ve COVID-19 hakkında açıklamalar. İnternet:
infektionsschutz.de/coronavirus/materialienmedien/informationen-in-anderen-sprachen.html

Yardım imkanları

Krisendienst Psychiatrie Oberbayern – Ruhsal kriz durumları için yardım

Hastalar ile hasta yakınları için ruhsal problemlere yönelik yardım. Arama başına en fazla 0,60 Euro ücret. 24 saat ulaşılabilir. Tel. 0180 6553000.

Isar-Amper-Klinikum, Klinikum München Ost – Psikiyatri kliniği

Bir psikiyatri kliniği tedavi gereken kişilere yöneliktir. Telefonla randevu için: 089 45620
İnternet: kbo-iak.de/index.php?fs=0

Telefonseelsorge – Telefonla mânevî/dini danışmanlık

Endişeleriniz, problemleriniz veya intihar düşünceniz mi var? Telefonla mânevî/dini destek hattındaki insanlar sizi dinlerler. Tel. 0800 1110111 veya 0800 1110222. E-posta yazıp chat imkanını da kullanabilirsiniz. İnternette kayıt için:
online.telefonseelsorge.de
Diğer dillerde danışmanlık imkanı için:
telefonseelsorge.de/international-helplines/

Münchner Insel – Anonim kriz ve yaşam danışma hattı

Almanca ve İngilizce olarak anonim kriz ve yaşam danışma hattı. Ocak 2021 ortasından itibaren videolu danışma da mümkün olacaktır. Acil durumlarda randevu alınarak özel yüzyüze görüşme imkanı da ayarlanabilir.

Tel. 089 220041 veya 089 21021848

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen – Kadına karşı şiddet yardım hattı

Şiddet problemi yaşayan kadınlara yönelik yardım. Kadın danışmanlar uygun kadın sığınma evi bulmada da yardımcı olmaktadır. Anonim ve ücretsiz, 17 dilde danışmanlık. 24 saat ulaşılabilir.

Tel. 08000 116 016

İnternet: hilfetelefon.de/das-hilfetelefon.html

Trauma Hilfe Zentrum München e.V. – Travma yardım merkezi

Kötü deneyimlerde yardım. Kurslar yardımıyla kişi kötü deneyimine rağmen daha iyi yaşamayı öğrenir. İnternet üzerinden kayıt için:

thzm.de/ressourcenorientierte-stabilisierungsgruppen/

Refugio München – Çocuklar, gençler ve yetişkinler için yardım

Kendi vatanından kaçmak zorunda kalmış çocuklar, gençler ve yetişkinler için yardım. Hizmetler: Psikoterapi, iltica prosedürüne yardım, dil kursuna aracılık. İş, meslek eğitim yeri veya ev aramada yardım.

Tel. 089 982957 0

İnternet: www.refugio-muenchen.de

Psychologischer Dienst der Caritas für Ausländer – Psikolojik danışma hizmetleri

İtalya, Yunanistan, İspanya, Portekiz, Latin Amerika, Hırvatistan, Sırbistan, Bosna, Rusya ve Türkiye'den gelen göçmenler için ana dillerinde ücretsiz danışmanlık. Çocuk yetiştirme, eşler arası ilişkiler, ayrılma ve boşanmayla ilgili sorulara yönelik hizmetler. Aynı zamanda sosyal psikiyatrik ve yaşam danışmanlığı. Telefonla veya online danışmanlık. Tel. 089 2311490
E-posta: pds@caritasmuenchen.de

Psychologischer Dienst der AWO –

Münih AWO psikolojik danışma hizmetleri

Psikoterapistler aracılığı ile Boşnakça, Hırvatça, Sırpça ve Türkçe dillerinde ücretsiz danışmanlık. Çocuk yetiştirme, eş, aile ve kişisel kriz durumlarına yönelik şahsi veya grup olarak danışmanlık. Hizmetlerle ilgili bilgi ve değişik dillerde broşürler için: E-posta: psych.migration@awo-muenchen.de İnternet: awo-muenchen.de/migration/psychologischer-dienst

Donna Mobile – Sağlık ve çalışma konularında danışmanlık hizmetleri

Göçmenlerin sağlık ve çalışma konularına yönelik kadınlar, aileler, çocuklar ve gençler için danışmanlık (telefonla da mümkündür):

- Almanca ve Türkçe sosyal pedagojik danışmanlık.
- Almanca, Lehçe, Macarca, Rusça, İspanyolca, Yunanca, Bulgarca, İtalyanca ve İngilizce dillerinde psikolojik danışmanlık, kişisel, çift ve aile terapisi.
- Almanca ve Türkçe dillerinde tıbbi danışmanlık.

Tel. 089 505005 İnternet: donnamobile.org

Ärzte der Welt e.V. – open.med – Tıbbi yardım ve sosyal danışmanlık hizmetleri

Sağlık sigortası olmayan kişilere yönelik tıbbi yardım ve sosyal danışmanlık. Randevu için: Saat 09:30–17:00 arası. Tel. 0177 5116965 İnternet: aerztederwelt.org/wem-wir-beistehen/hilfe-fuer-patientinnen

Adresler:

- Dachauer Str. 161, 80636 Münih.
- Hauptbahnhof'ta tedavi otobüsü, Nord girişi, Arnulfstr. 1–3, 80335 Münih.
- Bayernkaserne, Haus 12, Heidemannstr. 50, 80939 Münih.

Malteser Hilfsdienst – Sağlık sigortası olmayanlar için tıbbi danışma hizmetleri

Sağlık sigortası olmayan kişiler burada doktorlar veya tıbbi uzmanlar tarafından tedavi edilirler. Örneğin acil durumlarda, yaralanmalarda, hamilelikte. Çocuk doktorları, diş hekimleri, pratisyen hekimler ve kadınlara yönelik danışma saatleri vardır. Lütfen önceden randevu alın: Tel. 089 43608411 Adres: Streitfeldstr. 1, 81673 Münih malteser.de/fileadmin/Files_sites/Fachbereiche/Migranten-Medizin/Downloads/Flyer_MMM.pdf

Refugee Stairway Center der Diakonie München und Oberbayern (Innere Mission) –

Entegrasyon hizmetleri

Entegrasyon hizmetlerinden yararlanmaya yardımcı olunur. Örneğin resmi daireler, geçici ve toplu konaklama yerleri ile irtibatın sağlanması gibi. Randevu için: 089 1269915102 E-posta: rsc@im-muenchen.de

Migrationsambulanz (LMU) – Münih Üniversitesi Psikiyatri ve Psikoterapi Kliniği

Göçmen kökenli kişiler için psikolojik ve psikiyatrik problemlere yönelik yardım. Çok dilde danışmanlık imkanı mevcuttur. Tedavi alanları:

- depresyon, mani, psikoz
- travma sonrası stres bozuklukları
- uyum bozuklukları ve anksiyete bozuklukları
- bağımlılık hastalıkları

Randevu için: Tel. 089 440053307

E-posta:

Migrationsambulanz.LMU@med.uni-muenchen.de

Adres: Nussbaumstr. 7, 80336 Münih

IN VIA KOFIZA – Resmi dairelerde yardım

Hizmet imkanları, aktiviteler, etkinlikler ve resmi dairelerde yardım. Afrika, Asya, Avrupa ve Latin Amerika kökenli, 18 yaşın üzerindeki göçmen kadınlar için. Milliyetine, dinine ve diline bakılmaksızın tüm kadınlara danışmanlık hizmeti sunulur.

Tel. 089 5488895 0

E-posta: kofiza@invia-muenchen.de

Sozialdienst katholischer Frauen (SkF) –

Kadınlara destek ve danışmanlık

İhtiyaç sahibi kadınlara destek ve danışmanlık, (reşit olmayan) hamilelere ve genç ailelere danışmanlık, evsiz kadınlar için anne-çocuk sığınma evleri ve kalacak yer temini. Tel. 089 55981-0 İnternet: skf-muenchen.de/

Katholischer Männerfürsorgeverein e.V. (KMFV) – Erkeklere yardım ve danışmanlık

Evsizlik, bağımlılık hastalıkları, suçluluk ve işsizlik durumlarında yardım ve kişisel danışmanlık. İnternet: kmfv.de/einrichtungen-und-dienste/einrichtungssuche/index.html

DIE ARCHE – İntihara meyilli kişilere yönelik danışmanlık

Tek başına yaşam mücadelesi veremeyen ve artık yaşamak istemeyen gençler ve yetişkinler için danışmanlık. ARCHE danışmanları intiharı düşünen kişilere ve bu kişilerin ailelerine yardım eder. Randevu için: Tel. 089 334041. İnternet: die-arche.de/

Suchthotline – Bağımlılık problemlerine yönelik telefon danışma hattı

Alkol bağımlılığı gibi bağımlılık konularına yönelik danışmanlık. Bağımlılar ve aileleri için Almanca, İngilizce, Fransızca, İspanyolca ve İtalyanca dillerinde mevcuttur. Telefonla veya e-posta ile danışmanlık. Tel. 089 282822
E-posta: kontakt@suchthotline.info,
İnternet: suchthotline.info

BZgA – Ruhsal sağlığa yönelik telefon danışma hattı

Ruhsal problemlere yönelik ücretsiz danışma hattı. Pazartesi-Perşembe, saat 10:00–22:00 arası. Cuma-Pazar, saat 10:00–18:00 arası. Tel. 0800 2322783
İnternet: infektionsschutz.de/coronavirus/psychische-gesundheit.html

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: 19.10.2021 | Version 015

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:

