

PREVENT COVID-19

# Solidary Wilhelmsburg Neighbourhood Hotline (german/englisch)



**You´re ill, in Quarantine or afraid to leave your house due to the virus?**

We connect you to someone that can go shopping and go to the pharmacy or post office for you.

**You are living alone, and Cafés and bars are closed, too? We find someone that will call you daily for a little chat.**

**You are worried that you cannot take care of your dog? For sure there´ s someone happy to take the dog for a walk.**

**You do not have the energy to cook?**

We will search for someone that can cook for you.

**have the capacities and time to support your neighbours?**

Get in contact with us.

**Do have a good idea that you want to add? Do you need other kinds of support?**

Tell us so. Just give us a call! Tel: **015733859764** (free offer)

We are worried about our neighbours. Especially elder, ill, lonely, poor and person facing discrimination will have a tough time in the next weeks and month. Same counts for single parents. We need to support each other so that all of us get through these times well. We need a solidary neighbourhood!

Therefore, we are directly taking solidary neighbourhood aid in praxis.

If you are familiar with Websites and Apps, you can join the Telegram (Messenger App) Group:

**t.me/Nachbarschaftshilfe\_Wilhelmsburg**

and: **quarantaenehelden.org**

(We are just neighbours, no experts!)

**Wilhelmsburg Solidaire - Hotline de quartier** (german/englisch)



**Tu es malade ? Tu as peur de sortir à cause du virus ? Ou tu es isolé.e en quarantaine ?** Nous te mettons en contact avec quelqu'un qui pourra faire tes courses, ira à la poste ou encore à la pharmacie pour toi.

**Tu habites seul.e et le café et le bar du coin sont maintenant fermés ?** Nous trouvons quelqu'un qui t'appellera quotidiennement pour bavarder.

**Tu t'inquiètes de ne pas pouvoir prendre soin de ton chien ?** y a probablement quelqu'un qui se fera un plaisir d'aller le promener.

**Tu n'as pas la force de cuisiner ?** Nous cherchons quelqu'un qui pourra te cuisiner de bons petits plats.

**Tu as du temps et de l'énergie pour apporter ton soutien à tes voisins ?** Écris--nous.

**Tu as d'autres bonnes idées pour aider ? Tu as besoin d'un autre type d'aide ?** Dis--le nous.

Appelle le 015733859764. (offre gratuite)

On se fait du souci pour nos voisin.e.s, en particulier pour les personnes âgées, malades, seules, discriminées, en situation de précarité et les familles monoparentales pour qui la situation dans les prochaines semaines, voire mois, pourrait être compliquée. Afin que tous nos quartiers puissent traverser cette phase critique, nous devons nous soutenir les uns les autres ! Nous avons besoin de solidarité entre voisin.e.s. C'est pourquoi nous mettons aujourd'hui en pratique l'aide entre voisin.e.s.

Pour ceux pour lesquels la consultation via page internet ou bien application mobile n'est pas un problème, vous pouvez chercher et rejoindre le groupe Telegram suivant :

[t.me/Nachbarschaftshilfe\\_Wilhelmsburg](https://t.me/Nachbarschaftshilfe_Wilhelmsburg)

et : [quarantaenehelden.org](https://www.quarantaenehelden.org)

(Nous sommes de simples voisin.e.s et non des professionnel.le.s)

# Solidarisches Wilhelmsburg Nachbarschafts Hotline (german/englisch)



**Bist du erkrankt, hast wegen des Virus Angst nach draußen zu gehen oder bist du in Quarantäne zuhause?**

Wir vermitteln jemanden, der oder die für dich einkauft oder zur Post und Apotheke geht.

**Lebst du alleine und auch das Café oder die Kneipe hat jetzt geschlossen?** Wir finden jemanden, der oder die dich täglich anruft und mit dir eine Runde klönt.

**Hast du Sorge, dass du dich um deinen Hund nicht kümmern kannst?** Es gibt bestimmt jemanden, der oder die mit deinem Hund ein Spaziergang macht.

**Fehlt dir die Kraft zu kochen?**

Wir suchen jemanden der oder die für dich kocht.

**Du hast Zeit deine Nachbar\*In zu unterstützen?**

Melde dich bei uns.

**Du hast noch mehr gute Ideen oder brauchst andere Hilfe?**

Sag uns Bescheid.

Ruf einfach an! Tel: **015733859764** (kostenloses Angebot)

Wir machen uns Sorgen um unsere Nachbar\*Innen. Besonders alte, kranke, alleinerziehende, einsame, diskriminierte und ärmere Menschen werden es in den nächsten Wochen und Monaten schwer haben. Damit alle in unserem Stadtteil diese Zeit gut überstehen, müssen wir uns gegenseitig unterstützen! Wir brauchen Solidarität in der Nachbarschaft. Deshalb lassen wir solidarische Nachbarschaftshilfe direkt praktisch werden.

Für wen ein Umgang mit Internet Seiten und Handy Apps kein Problem ist, kann auch folgende Telegram (Messenger App) Gruppe aufsuchen: **t.me/Nachbarschaftshilfe\_Wilhelmsburg**  
und: **quarantaenehelden.org**

(wir sind lediglich Nachbar\*innen und keine Profis)

PREVENT COVID-19

## Hotline Solidaryczne Sąsiedzi dla Wilhelmsburgu (german/englisch)



**Jesteś chory, czy siebie boisz wyjść na dwór przez Wirusa albo Jesteś w quarantaine? My tobie pomożemy znaleźć Kto dla ciebie pójdzie na zakupy, do apteki albo do poczty.**

**Żyjesz Sam I knajpa albo restauracja jest teraz zamknięta? My znajdziemy kogoś Kto do ciebie codziennie za dzwoni I pogada z tobą.**

**Albo boisz się że nie będziesz mogła siebie opiekować twoim psem? Napewno ktos się znajdzie Kto z twoim psem pójdzie na spacer.**

**Nie masz siły coś sobie ugotować?**

My poszukamy kogoś Kto dla ciebie coś ugotuje.

**Masz czas twoim sąsiadom trochę pomóc. Proszę zamelduj się u Nas. Masz jeszcze więcej pomysłów albo potrzebujesz Ina pomoc?**

Zamelduj się u Nas!

I zadzwon pod ten numer: **015733859764** (darmowa oferta)

My się martwimy o nasze sąsiedzi. Oczywiście najbardziej o starszych, chorych, samotne matki I ojca, dyskryminowanie, biedni osoby benci mieć ciężko w następnych tygodniami I miesiącami. Żeby wszyscy w naszej okolicy mieli Jak najlepiej w tych czasach musimy sobie pomóc I potrzebujemy solidarności! Dlatego musimy być solidarni I pomagajmy sobie wszyscy razem! Dla tych ludzi Co nie Maja Problem z internetem albo z apps można Sie informować pod grupa telegram:  
[t.me/Nachbarschaftshilfe\\_Wilhelmsburgu](https://t.me/Nachbarschaftshilfe_Wilhelmsburgu)  
[quarantaenehelden.org](https://www.quarantaenehelden.org)  
(my jesteśmy tylko sąsiedzi a nie żadne eksperty)

PREVENT COVID-19

**Wilhelmsburg Solidario**  
**línea directa del vecindario** (german/englisch)



**Estás enfermx? Tienes miedo de salir afuera por el virus o estás bajo cuarentena en casa?**

Nosotrxs te facilitamos a alguien que te haga las compras o que vaya a la farmacia o al correo para ti.

**Vives solx y ahora los cafés y también los bares estan cerrados?**

Nosotrxs encontramos a alguien que te llame diariamente y hable un rato contigo.

**Estás preocupadx que no te puedes ocupar de tu perro?**

Seguro que hay alguien que pueda llevar a tu perro a pasear.

**Te falta la fuerza para cocinar?** Buscamos a alguien que te cocine.

**Tienes tiempo de ayudar a tus vecinx?**

Comunícate con nosotros.

**Tienes más ideas para ayudar o necesitas otro tipo de ayuda?**

Avísanos.

En todo caso llamanos! **Tel: 0157 33859764** (oferta gratis)

Nosotrxs nos preocupamos por nuestrxs vecinx. Sobre todo personas mayores, enfermas, solas, discriminadas, con pocos recursos y padres solteros no lo van a tener fácil las próximas semanas y meses. Para que todxs en nuestro barrio puedan superar bien este tiempo tenemos que ayudarnos el uno al otro. Necesitamos solidaridad en el vecindario. Por eso vamos a poner la ayuda entre vecinx inmediatamente en práctica.

Para las personas que no tienen problema con el uso de páginas web y aplicaciones en el móvil, pueden consultar el siguiente grupo de Telegram (aplicación de mensajes):

[t.me/Nachbarschaftshilfe\\_Wilhelmsburg](https://t.me/Nachbarschaftshilfe_Wilhelmsburg) y: [quarantaenehelden.org](https://www.quarantaenehelden.org)  
(no somos profesionales sólo vecinx)



خط تلفن همسایگی ویلهلمسبورگ  
آیا شما بیمارید و به دلیل ویروس کرونا از  
خارج شدن از خانه می ترسید یا در قرنطینه  
خانگی هستید؟  
ما کسی را پیدا می کنیم که برای شما خرید کند یا  
به جای شما به اداره پست و داروخانه مراجعه کند.  
آیا شما تنها زندگی می کنید و کافه یا میخانه  
اکنون بسته است؟ ما کسی را پیدا می کنیم  
که هر روز با شما تماس بگیرد و از دور با  
شما صحبت کند.  
آیا نگران این هستید که نمی توانید از سگ خود  
مراقبت کنید؟ قطعاً کسی وجود دارد که با سگ  
شما پیاده روی کند.  
آیا قدرت پخت و پز ندارید؟  
ما کسی را پیدا می کنیم که برای شما آشپزی کند.  
آیا وقت دارید که از همسایه خود حمایت کنید؟  
با ما در تماس باشید.  
آیا ایده های خوب تری دارید یا به کمک  
دیگری نیاز دارید؟  
به ما اطلاع دهید  
فقط با ما تماس بگیرید! تلفن: **015733859764**  
ما نگران همسایگان خود هستیم. والدین پیر ،  
بیمار ، مجرد و افراد خاص که تنهایی ، تبعیض و  
فقر را در هفته ها و ماه های آینده تجربه خواهند  
کرد. برای اینکه همه افراد منطقه مان بتوانند این  
زمان را به خوبی طی کنند ، ما باید از یکدیگر  
حمایت کنیم! ما نیاز به همبستگی در محله داریم.  
به همین دلیل است که با یاری هم کمک های محله  
را بر اساس همبستگی عملی می کنیم.  
گروه تلگرام و سایت زیر برای افرادی است  
که با استفاده از صفحات اینترنت و برنامه  
های تلفن همراه مشکلی ندارند: [t.me/](https://t.me/Nachbarschaftshilfe_Wilhelmsburg)  
[Nachbarschaftshilfe\\_Wilhelmsburg](https://www.Nachbarschaftshilfe_Wilhelmsburg_quarantaenehelden.org)  
[quarantaenehelden.org](https://www.quarantaenehelden.org) و:  
(ما فقط همسایه هستیم و نه متخصص)

## PREVENT COVID-19

### Солидарность Вильгельмсбург Горячая линия по соседству



Если Вы больны, Вы боитесь выходить на улицу из-за вируса или Вы дома на карантине?

Мы поможем Вам найти помощь для похода в магазин, аптеку или на почту.

Вы живете один, а кафе сейчас закрыты? Мы найдем кого-то, кто Вам будет звонить и поможет скоротать время за разговором.

Вы обеспокоены тем, что не можете заботиться о своей собаке и выводить ее на прогулку? Мы сможем помочь Вам и в этом.

Вам не хватает сил готовить?

Мы найдем кого-то, кто готовит для Вас.

У тебя есть время поддержать соседа?

Свяжитесь с нами.

У вас есть хорошие идеи как помочь или Вам нужна помощь?

Дайте нам знать.

Просто позвоните нам! Тел: 015733859764 (наш спектр услуг бесплатный)

Мы поддержим наших соседей. В особенности пожилых, больных, матерей одиночек, одиноких, неимущих или дискриминированных. Им в ближайшие недели и месяцы придется нелегко. Чтобы выстоять в это время, нам надо поддерживать друг друга! Наше сообщество соседей станем практической помощью.

Кто умеет обращаться с интернетом и мобильными приложениями, может обратиться в группу на Телеграм [t.me/Nachbarschaftshilfe\\_Wilhelmsburg](https://t.me/Nachbarschaftshilfe_Wilhelmsburg)  
и: [quarantaenehelden.org](https://quarantaenehelden.org)

Мы просто соседи, а не специалисты.