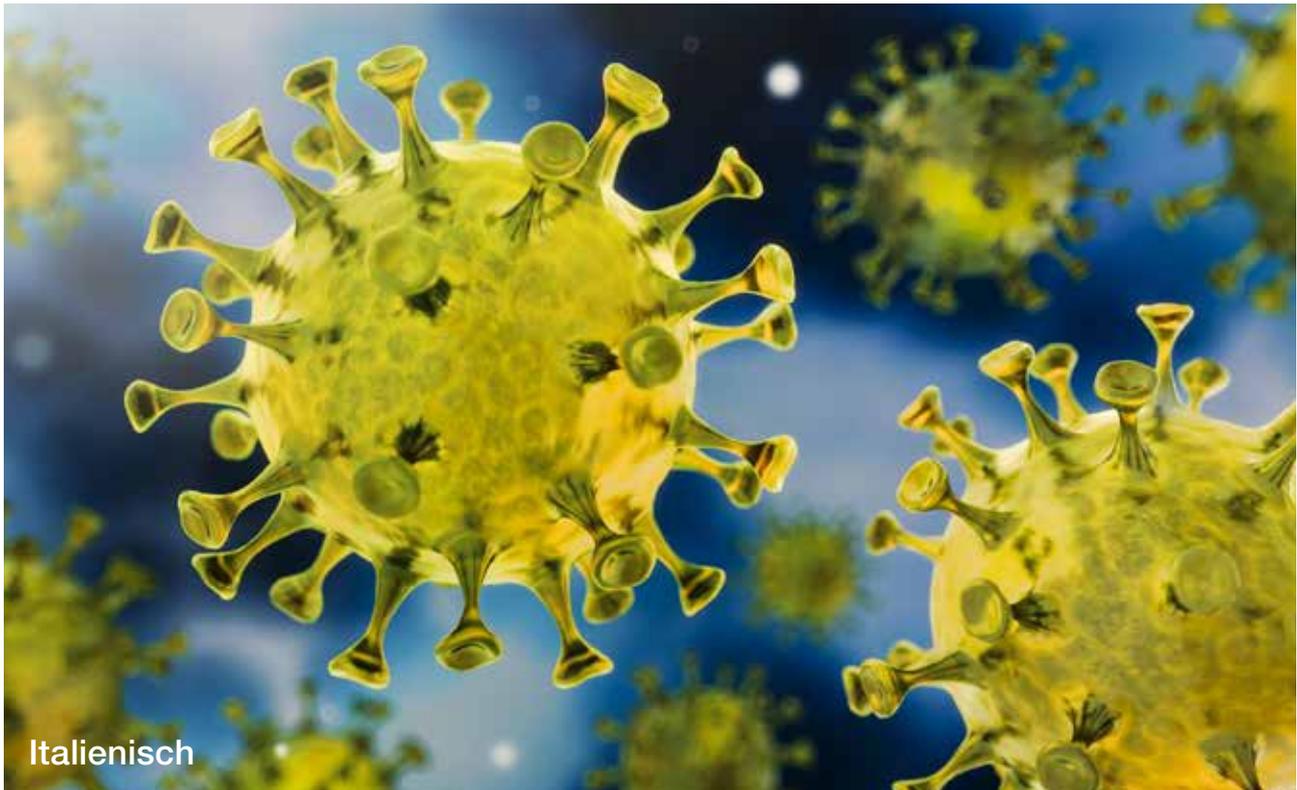


Coronavirus SARS-CoV-2

Regolamenti e aiuti



- Regolamenti
- Possibilità di test
- Regole per il viaggio
- [Vaccinazioni a Monaco](#)
- Offerte di aiuto
- Lettera alle persone positive al test Coronavirus
- Lettera alle persone in stretto contatto con persone positive

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



im Auftrag der Landeshauptstadt München
Gesundheitsreferat



Landeshauptstadt
München

Regole concernenti il coronavirus a Monaco

A causa dell'alto numero di infezioni da coronavirus, fino a nuovo avviso, un „lockdown“ è in vigore in tutta la Germania. Si tratta di limitazioni alle uscite e di restrizioni ai contatti personali. Queste regole devono essere rispettate.

Il governo federale e quelli regionali hanno adottato un piano per allentare in fasi diverse le restrizioni causate dal coronavirus. Queste fasi dipendono dalla cosiddetta „incidenza a 7 giorni“, cioè dal numero di nuove infezioni da coronavirus per 100.000 abitanti negli ultimi 7 giorni.

Questo valore deve essere uguale o superiore a 100 per almeno tre giorni affinché entri in vigore la fase successiva.

A Monaco si applicano le regole stabilite dal governo bavarese. Queste differiscono in parte da quelle stabilite nel resto della Germania („Notbremse“, „freno d'emergenza“).

Nella maggioranza dei casi, le regole in vigore sono legate ai valori di incidenza 50 o 100. Per i valori di incidenza inferiori a 100 (nuove infezioni), si applicano regole diverse rispetto ai valori di incidenza inferiori a 50.

Quando l'incidenza a 7 giorni è superiore a 100, c'è un coprifuoco tra le 22 e le 5 del mattino.

Quando l'incidenza a 7 giorni è inferiore a 100, ci sono allentamenti graduali.

Il **valore aggiornato dell'incidenza a 7 giorni** a Monaco è disponibile sul sito Internet della città. www.muenchen.de/rathaus/Stadtinfos/Coronavirus-Fallzahlen.html

Informazioni sulla durata e sui regolamenti attualmente in vigore sono disponibili presso il Ministero bavarese della Salute.

www.stmgp.bayern.de/coronavirus

Obbligo di indossare la mascherina

Tra le 9:00 e le 21:00 la mascherina deve essere sempre indossata nei seguenti luoghi: Altstadt/ zona pedonale, Sendlinger-Tor-Platz, Rosental tra Sendlinger Straße e Rindermarkt, Rindermarkt, Viktualienmarkt, Dienerstraße, Schrammerstraße, Landschaftstraße, Schützenstraße, im Tal e nel sottopassaggio a Stachus.

Cartelli indicano dove le mascherine sono obbligatorie.

Una mascherina FFP2 deve essere indossata ovunque nei negozi, negli ambulatori medici, nelle case di riposo e di cura e durante una funzione religiosa, così come nella metropolitana (U-Bahn), nei treni suburbani (S-Bahn), sui treni, nei tram e sugli autobus.

Molte persone bisognose ricevono le mascherine FFP2 gratuitamente. Si informi presso la struttura in cui alloggia o al centro sociale cittadino (Sozialbürgerhaus).

Limitazioni al contatto personale

Le regole per le riunioni private dipendono dalla „incidenza a 7 giorni“.

Per un'incidenza superiore a 100: Gli incontri privati sono limitati ai membri della propria famiglia e a un massimo di un'altra persona, senza contare i bambini sotto i 14 anni che vivono nella famiglia e/o che appartengono alla persona in visita.

Per un'incidenza inferiore a 100: Sono permessi incontri privati fino a un massimo di 5 persone appartenenti a due famiglie diverse, senza contare i bambini fino a 14 anni.

Questo vale a casa e negli spazi pubblici.

L'assistenza reciproca privata di bambini di età inferiore ai 14 anni è consentita se non coinvolge più di due famiglie.

È vietato fare festa in luoghi e strutture pubbliche, indipendentemente dal numero delle persone presenti.

Le persone completamente vaccinate

- ... sono esentate dal coprifuoco notturno e dalle restrizioni nei contatti.
- ... non devono essere considerate nel conteggio delle persone ammesse a incontri in spazi privati, familiari o pubblici, che sono limitati a cinque adulti.
- ... sono esenti dall'obbligo di test per i commercianti al dettaglio.

L'obbligo di indossare una mascherina e il requisito della distanza continuano ad applicarsi alle persone vaccinate. È importante che il certificato delle vaccinazioni (Impfausweis) possa essere esibito in qualsiasi momento.

Limitazioni alle uscite

In tutta la Baviera è proibito lasciare l'abitazione senza motivi importanti. Questi sono: motivi professionali, di cura e istruzione, acquisti, visite, attività sportive o di esercizio fisico, ferme comunque restando le limitazioni ai contatti tra le persone.

Se l'incidenza è superiore a 100, è in vigore un coprifuoco notturno dalle 22 alle 5 del mattino, durante il quale è vietato stare fuori da un'abitazione.

Il consumo di alcolici nelle aree pubbliche è vietato tutto il giorno al Viktualienmarkt e dalle 18 alle 6 nella zona pedonale (e dintorni), nella Gärtnerplatz e nella Wedekindplatz.

Ulteriori informazioni possono essere ottenute presso il Ministero bavarese degli Interni.
stmi.bayern.de/miniwebs/coronavirus/faq/

Visite a case di riposo e di cura

Tutti i visitatori devono essere provvisti di un recente test negativo al coronavirus o eseguire un autotest antigenico direttamente sul posto, sotto supervisione.

I visitatori devono indossare una mascherina FFP2.

L'accompagnamento e il sostegno dei moribondi sono permessi in ogni momento.

Gastronomia e alcol

Ristoranti, trattorie, bar e pub restano chiusi. Il cibo può essere comunque consegnato o ritirato.

I ristoranti all'aperto dovrebbero essere aperti in una prossima fase.

Il consumo di alcol è proibito ovunque sia richiesto l'uso di mascherine FFP2. Questo vale, per esempio, nella città vecchia (Altstadt) e al Viktualienmarkt.

Scuole e assistenza all'infanzia

Assistenza all'infanzia: gli asili e i centri diurni (Kitas) sono aperti, a condizione che l'incidenza a 7 giorni sia inferiore a 100.

Se l'incidenza di 7 giorni supera 100 è possibile solo l'assistenza di emergenza.

Scuole: se l'incidenza supera 100 si tengono lezioni alternate (Wechselunterricht) o frontali (Präsenzunterricht) – con distanza minima di 1,5 metri – nelle classi del 4° anno delle scuole primarie, nelle classi dell'11° anno dei licei (Gymnasium) e nelle scuole secondarie specializzate (Fachoberschule), nonché in tutte le classi dell'ultimo anno. In tutti gli altri tipi e gradi di scuola si svolge l'apprendimento a distanza.

Gli studenti devono essere in grado di esibire due volte a settimana un risultato negativo scritto o elettronico del test antigene PCR o POC. Il test può essere fatto anche a scuola.

Solo quando l'incidenza è tra 50 e 100 tutti gli alunni devono seguire lezioni alternate.

Se l'incidenza è superiore a 100 si svolge l'apprendimento a distanza.

Se l'incidenza è inferiore a 50, in tutte le scuole elementari e di sostegno (Förderschule) si tengono di nuovo lezioni frontali, mentre negli altri tipi di scuole si tengono lezioni alternate.

Informazioni aggiornate sulle operazioni scolastiche e sui valori dell'incidenza sono disponibili sul sito Internet della città di Monaco:

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

Istruzione alternata significa che gli studenti partecipano alle lezioni alternando la presenza a scuola con l'apprendimento a distanza da casa.

Le regole di distanza minima (1,5 metri) devono essere rispettate.

Il Ministero bavarese dell'Educazione offre informazioni generali in varie lingue sul funzionamento delle scuole nel 2021.

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

Nelle **università** sono sospese le lezioni in presenza. Le **scuole di musica** sono chiuse. Le **scuole guida** sono aperte. Sono possibili offerte di insegnamento digitale su Internet.

Eventi e tempo libero

Sono vietati eventi di ogni tipo. Fanno eccezione le manifestazioni e le funzioni religiose (di tutte le religioni).

Si prega di attenersi alle seguenti regole:

- **Funzioni religiose:** mantenere una distanza di almeno 1,5 metri dalle altre persone. Indossare una mascherina FFP2, anche da seduti! Non è permesso cantare insieme.
- **Dimostrazioni:** mantenere una distanza di almeno 1,5 metri dalle altre persone. Indossare una mascherina appropriata.
- **Strutture culturali e ricreative:** Musei, gallerie d'arte e memoriali possono aprire se l'incidenza è inferiore a 100. È tuttavia necessaria la prenotazione online (su Internet) anticipata della visita. Lo zoo può essere visitato previa prenotazione. Biblioteche e archivi sono aperti al prestito. La Volkshochschule di Monaco prevede di offrire nuovamente i suoi corsi in sede a partire dal 7 giugno 2021.
- **Impianti sportivi:** gli impianti sportivi e le palestre sono parzialmente chiusi. Gli sport ricreativi in gruppo sono permessi se l'incidenza è inferiore a 100. È consentito in qualsiasi momento praticare sport all'aperto o fare esercizio fisico da soli, in coppia o con la propria famiglia.
- **Eventi sportivi professionali:** si svolgono senza spettatori, come per esempio le partite di calcio.
- **Fiere, congressi e conferenze:** non hanno luogo.
- **Turismo:** Nessun pernottamento per scopi turistici o escursioni.

Ulteriori informazioni possono essere ottenute presso il Ministero bavarese dell'Interno.
www.corona-katastrophenschutz.bayern.de

Negozi e servizi

La maggior parte dei negozi di Monaco sono aperti su appuntamento. Inoltre, deve essere esibito un test rapido negativo fatto in giornata.

Le vendite online con ritiro in loco (Click&Collect/ Call&Collect) sono permesse, purché nel rispetto delle norme igieniche.

Alcune imprese di servizi nel settore della cura della persona sono di nuovo aperte. Deve essere esibito un test Corona negativo.

Attualmente sono aperti:

- I negozi per la vendita di generi alimentari e prodotti di uso quotidiano o per servizi importanti (per esempio: negozi per bambini, drogherie, farmacie, ottici, autofficine e banche). Il commercio all'ingrosso è aperto.
- I mercati (bazar) per la vendita di cibo.
- I banchi di pegno
- I negozi di giardinaggio e di articoli per la casa, vivaie e fiorai.
- Le librerie
- I parrucchieri, pedicure, manicure e visagisti, previa esibizione di un test negativo. Gli studi di massaggi e di tatuaggi rimangono chiusi.

I **trattamenti medici necessari** sono permessi negli studi medici, dentistici e di altro tipo. Questo vale anche per le pratiche di fisioterapia, terapia occupazionale, logoterapia e podologia.

Durante il blocco, i **servizi dell'amministrazione comunale di Monaco** sono accessibili solo in misura limitata. È necessario indossare sempre una mascherina adeguata negli uffici e mantenere almeno 1,5 metri di distanza dalle altre persone.

Per proteggersi dalle infezioni, evitare la folla negli uffici.



Grazie alla Corona-Warn-App Lei può essere informata in modo anonimo e rapido se si è trovata vicino a una persona infetta. La App è disponibile gratuitamente presso l'App Store oppure si può scaricare da Google Play.

Possibilità di test/Contatto con gli infetti

È necessario indossare una mascherina FFP2 quando si visita uno studio o un laboratorio medico. Mantenere una distanza di almeno 1,5 metri dalle altre persone.

Cosa si deve sapere sul test del coronavirus a Monaco:

- **Il test del coronavirus** è possibile **negli ambulatori medici**. Le persone con sintomi (segni esteriori della malattia) come febbre, tosse e mancanza di respiro, possono fare un test presso il proprio medico.

Un test è possibile anche per le persone senza assicurazione sanitaria. È necessario prendere in anticipo un appuntamento telefonico. Dopo si può andare nell'ambulatorio del medico.

Non dimenticare una mascherina FFP2 e la tessera sanitaria!

In Internet si possono trovare ambulatori medici facendo una ricerca per „Arztsuche für Coronavirus-Test“.

<https://dienste.kvb.de/arztsuche/app/suchergebnisse.htm?hashwert=a126d5d04b692b87be6cc-be3b2717826&lat=48.1351253&lng=11.5819805&zeigeKarte=true>

- Se la **Corona-Warn-App** mostra un „rischio aumentato“ (erhöhtes Risiko) in rosso, chiamare il proprio medico e prendere un appuntamento per il test.
- La **stazione per il test** (Teststation) della città di Monaco nella Theresienwiese offre un test del coronavirus effettuato restando all'interno della propria auto („Drive-through“). I test sono gratuiti per i cittadini di Monaco.
Si prega di portare una mascherina (FFP2) e la carta di assicurazione sanitaria, se disponibile.
Si prega di non visitare la stazione per il test prima di aver preso un appuntamento. L'appuntamento sarà confermato via SMS e via E-Mail. Registrarsi in Internet con il proprio numero di cellulare e il proprio indirizzo E-Mail personale.
www.corona-testung.de

- Anche la „**Guardia medica per le infezioni**“ (Bereitschaftspraxis Infekt) si trova nella Theresienwiese (nel Behördenhof, Matthias-Pschorr-Straße 4). I pazienti possono venire senza appuntamento. Portare una mascherina FFP2 e la propria carta di assicurazione sanitaria, se disponibile. Aperto sette giorni su sette:
Lunedì, martedì e giovedì dalle 18 alle 21
Mercoledì e venerdì dalle 16 alle 21
Sabato, domenica e festivi dalle 10 alle 21.
- I **test rapidi**: Nell'ambito dei cosiddetti „Bürgerberatung“ (campagne pubbliche di test), ogni persona può farsi eseguire gratuitamente almeno una volta alla settimana un test rapido antigene. Questi test rapidi possono essere eseguiti nelle farmacie e nei centri privati di analisi designati a tale scopo.
Qui è possibile sapere dove fare un test rapido:
www.testen-muenchen.de

Regole in caso di risultato positivo del test

Chi riceve un risultato positivo del test deve immediatamente mettersi in isolamento (quarantena) e fare un test PCR. Per questo va fissato subito un appuntamento.

La quarantena termina soltanto con il risultato negativo del test PCR. Se anche questo test è positivo, è necessario informare immediatamente l'ufficio sanitario (Gesundheitsamt).

Contatti dell'ufficio sanitario (Gesundheitsamt):
Tel. 089 233 96333
E-Mail: infektionsschutz.gsr@muenchen.de

Chi è stato in contatto stretto con una persona infetta (KP 1) deve restare a casa in quarantena per 14 giorni.

Per uscire dalla quarantena è necessario esibire un risultato negativo del test.



Regole per il viaggio

Se possibile, evitare tutti i viaggi (ad esempio, visite alla famiglia, ferie nel Paese d'origine). Si prega di osservare tutte le regole e gli obblighi quando si entra in Germania **da un'area a rischio o da un'area con varianti del virus**:

- Una lista delle aree a rischio è disponibile in Internet: www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete_neu.html
- Per chi viaggia in aereo è obbligatorio un test prima della partenza per la Germania. Le compagnie di trasporto sono autorizzate a trasportare passeggeri solo se questi esibiscono la prova di un test PCR negativo.
- Chi arriva da **un'area a rischio** deve compilare un modulo di iscrizione (Einreiseanmeldung) in Internet prima di entrare in Germania. Riceverà quindi un documento di conferma (PDF).
Si può compilare il modulo di iscrizione online: www.einreiseanmeldung.de/#/register
- Chi è stato in **un'area a rischio** o in **un'area ad alta incidenza** invii per favore la prova del test via e-mail a corona-einreisende.gsr@muenchen.de
- Chi è entrato nel paese da **un'area con varianti di virus** invii per favore la prova del test via e-mail a virusvarianten-gebiete.gsr@muenchen.de
- Chi arriva da **un'area a rischio** o ad **alta incidenza** o con **varianti di virus** deve immediatamente andare in quarantena domestica per dieci giorni. Il periodo di quarantena può essere accorciato da un test negativo del coronavirus effettuato non prima siano passati almeno cinque giorni.

- In certi casi ci sono eccezioni all'obbligo di quarantena. Il Ministero Federale della Salute fornisce informazioni a questo riguardo in molte lingue. www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus-infos-reisende/merkblatt-dea.html
- Se i sintomi tipici (segni esteriori della malattia) di un'infezione da coronavirus SARS CoV-2 si manifestano entro dieci giorni dall'ingresso in Germania, è necessario visitare un ambulatorio medico o un centro di analisi ed effettuare un test del coronavirus. I sintomi tipici possono includere tosse, febbre, rinite o perdita dell'olfatto e del gusto.
- Per i Paesi in cui varianti particolarmente infettive del coronavirus si sono diffuse fortemente (aree a rischio di varianti del virus), in Germania si applica un divieto di ingresso e un divieto di trasporto temporaneamente limitato. Questo vale per l'aereo, il treno, l'autobus, il mare e altre vie di trasporto.
- Ci sono alcune eccezioni, in particolare per tutti i cittadini tedeschi e gli stranieri che vivono in Germania e che lavorano in professioni rilevanti per il sistema, così come per motivi umanitari. Un test negativo deve essere già disponibile al momento dell'ingresso.

Ulteriori informazioni sono disponibili presso il Robert Koch-Institut (RKI).

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

Regolamento per le persone completamente vaccinate

Le persone che sono state completamente vaccinate da almeno 15 giorni con un vaccino autorizzato nell'Unione Europea e hanno un certificato di vaccinazione in inglese, francese o tedesco sono esenti dall'obbligo di quarantena dopo il soggiorno in un'area a rischio.

Lo stesso vale per le persone che possono certificare di essere state infette o ammalate per il SARS-CoV-2 (test PCR positivo) e si sono completamente riprese. La validità del test PCR positivo inizia 28 giorni dopo la data del test e termina 6 mesi dopo la data del test. Dopo di che, solo una vaccinazione è necessaria per essere considerati completamente immunizzati.

Questa esenzione si applica solo se e finché la persona interessata non mostri sintomi che indichino un'infezione da SARS-CoV-2 e porti sempre con sé il certificato delle vaccinazioni (Impfausweis).

L'esenzione per le persone vaccinate non si applica dopo un soggiorno in una zona con varianti del virus.

Vaccinazioni a Monaco

La vaccinazione è volontaria e gratuita. Il vaccino non è inizialmente disponibile per tutti i cittadini.

Attualmente vengono prese in considerazione, in primo luogo, le persone di gruppi ad alta priorità.

Secondo le stime del Ministero Federale della Salute non sarà possibile vaccinare tutta la popolazione prima dell'estate del 2021.

È possibile registrarsi per una vaccinazione contro il coronavirus su Internet. Per registrarsi per la vaccinazione contro il coronavirus, si prega di utilizzare il sito web dei centri di vaccinazione bavaresi.

Sito web: impfzentren.bayern

Riceverà la data dell'appuntamento per la vaccinazione via e-mail.

Chieda a qualcuno che conosce bene il tedesco di aiutarla nella registrazione per la vaccinazione. Questo è importante, per esempio, per chi è ammalato, o vive in un alloggio condiviso. In questo modo può ottenere prima un appuntamento.

La vaccinazione avviene nel centro di vaccinazione (Impfzentrum) situato nel centro fieristico Riem, che può essere raggiunto con la metropolitana.

Se alloggia in un alloggio per richiedenti asilo, può ricevere la vaccinazione nell'alloggio. La preghiamo di informarsi presso il personale dell'alloggio.

Si assicuri di portare con sé la conferma dell'appuntamento per la vaccinazione quando si reca alla vaccinazione.

Se ha un certificato delle vaccinazioni (Impfausweis), deve portarlo con sé.

Da aprile le vaccinazioni sono possibili anche negli studi dei medici di famiglia. Per essere vaccinati lì, si deve prendere un appuntamento personalmente.

La città ha istituito una **linea telefonica per le vaccinazioni** (Impf-Telefon). Tutti i cittadini di Monaco che non hanno accesso a Internet o non hanno un proprio indirizzo E-Mail possono registrarsi lì.
Tel.: 089 90429-2222

La vaccinazione contro il Corona è possibile durante il digiuno

Il 13 aprile è iniziato il Ramadan musulmano. Gli studiosi islamici confermano che una vaccinazione contro la SARS-CoV-2 non viola il comandamento del digiuno, dal momento che nessuna sostanza nutriente viene inserita nel corpo.

www.aerztezeitung.de/Nachrichten/Islamwissenschaftler-Corona-Impfung-waehrend-des-Fastens-moeglich-418588.html

Informazioni a livello nazionale sulla vaccinazione

Informazioni attuali sui vaccini COVID-19 mRNA sono disponibili presso il Robert Koch-Institut (RKI).
www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html

Il Ministero bavarese per la Salute fornisce informazioni sulla strategia di vaccinazione della Baviera.
www.stmgp.bayern.de/coronavirus/haeufig-gestellte-fragen/#Schnellsuche

Il Commissario del Governo Federale per la Migrazione, i Rifugiati e l'Integrazione fornisce informazioni sul Coronavirus e sulla vaccinazione in 22 lingue.
www.integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona

L'App „aidminutes.rescue (COVID-19)“ fornisce informazioni sulla vaccinazione in più di 35 lingue attraverso messaggi vocali digitali.

L'App è disponibile gratuitamente nell'App Store e su Google Play.

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

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

Informazioni e aiuti

Informazioni sul Coronavirus

Ufficio sanitario della città di Monaco (Gesundheitsamt München)

Informazioni online in diverse lingue:
muenchen.de/corona

Servizio hotline della città di Monaco (Servicehotline Corona der Stadt München)

Informazioni al telefono: 089 23396333

COVID Alliance – Informazione online multilingue

Informazioni sul Coronavirus con possibilità di download e guide per Smartphones in oltre 30 lingue: www.COVID-Information.org

Centro etno-medico (Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.)

Suggerimenti contro lo stress familiare nei tempi del Corona, in 26 lingue:
<https://mimi-gegen-gewalt.info-data.info/>

Centro federale per l'educazione sanitaria (Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung – BZgA)

Informazioni sul Coronavirus e sulla malattia COVID-19 in molte lingue. Sito web:
infektionsschutz.de/coronavirus/materialienmedien/informationen-in-anderen-sprachen.html

Offerte di aiuto

Servizio per le crisi psichiatriche (Krisendienst Psychiatrie Oberbayern)

Aiuto per persone colpite da problemi psichici e i loro familiari. Tariffa massima di 0,60 Euro per chiamata. Disponibile 24 ore su 24. Tel. 0180 6553000

Isar-Amper-Klinikum, Klinikum München Ost

Per persone che hanno bisogno di una clinica psichiatrica. Appuntamento telefonico: 089 45620
Sito web: kbo-iak.de/index.php?fs=0

Consulenza telefonica (Telefonseelsorge)

Preoccupazioni, problemi o pensieri suicidi? I consulenti telefonici ti ascoltano.
Tel. 0800 1110111 o 0800 1110222.
È possibile anche scrivere un'E-Mail o usare una chat. Registrazione su Internet:
online.telefonseelsorge.de
Informazioni sulla consulenza in altre lingue:
telefonseelsorge.de/international-helplines/

Münchner Insel

Consigli telefonici in caso di crisi esistenziali (Life Counseling), in tedesco e inglese, anche anonimamente. Da metà gennaio 2021 è possibile anche la consulenza video. In casi urgenti, una conversazione può avvenire.

Tel. 089 220041 o 089 21021848

Telefono rosa (Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen)

Aiuto per le donne vittime di violenza. Le consulenti aiutano anche a trovare un rifugio per donne (Frauenhaus). Consulenza anonima gratuita in 17 lingue. Disponibile 24 ore su 24.

Tel. 08000 116 016

Sito web: hilfetelefon.de/das-hilfetelefon.html

Centro di aiuto traumatico (Trauma Hilfe Zentrum München e.V. – THZM)

Aiuto nei casi di esperienze traumatiche. Nei corsi si impara a convivere meglio con le esperienze dolorose. Registrazione su Internet: thzm.de/ressourcenorientierte-stabilisierungsgruppen/

Refugio München

Aiuto per bambini, giovani e adulti che hanno dovuto fuggire dal loro paese d'origine. Offerte: Psicoterapia, accompagnamento nella procedura d'asilo e organizzazione di corsi di lingua. Sostegno nella ricerca di lavoro, formazione o alloggio.

Tel. 089 982957 0

Sito web: www.refugio-muenchen.de

Servizio psicologico per stranieri della Caritas (Psychologischer Dienst der Caritas für Ausländer)

Consulenza gratuita in lingua madre per i migranti provenienti da Italia, Grecia, Spagna, Portogallo, America Latina, Croazia, Serbia, Bosnia, Russia e Turchia. Offre consigli su questioni di educazione, vita di coppia, separazione e divorzio. Anche consulenza psichiatrica sociale ed esistenziale (Life Counseling). Consulenza telefonica o online.
Tel. 089 2311490

E-Mail: pds@caritasmuenchen.de

Servizio psicologico della AWO (Psychologischer Dienst der Arbeiterwohlfahrt)

Consulenza gratuita di psicoterapeuti in bosniaco, croato, serbo e turco. Si offrono consulenze individuali e di gruppo su questioni di educazione, matrimonio, famiglia e situazioni di crisi personali. Informazioni sui servizi e opuscoli multilingue:
E-Mail: psych.migration@awo-muenchen.de
Sito web: awo-muenchen.de/migration/psychologischer-dienst

Donna Mobile

Consulenza per donne, famiglie, bambini e adolescenti su questioni di salute e lavoro dei migranti (anche per telefono):

- Consulenza pedagogica sociale in tedesco e turco.
- Consulenza psicologica, ad esempio per la terapia individuale, di coppia e familiare in tedesco, polacco, ungherese, russo, spagnolo, greco, bulgaro, italiano e inglese.
- Consultazione medica in tedesco e turco.

Tel. 089 505005, Sito web: donnamobile.org

Ärzte der Welt e.V. – open.med

Assistenza medica e consulenza sociale per le persone senza assicurazione sanitaria.

Appuntamento dalle 09:30-17:00

Tel. 0177 5116965

Sito web: aerztederwelt.org/wem-wir-beistehen/hilfe-fuer-patientinnen

Indirizzi:

- Dachauer Str. 161, 80636 München.
- Bus d'intervento (Behandlungsbuss) alla Stazione Centrale (Hauptbahnhof), ingresso Nord, Arnulfstr. 1-3., 80335 München.
- Bayernkaserne, Haus 12, Heidemannstr. 50., 80939 München.

Servizio medico dei Maltesi per le persone senza assicurazione sanitaria

Le persone senza assicurazione sanitaria ricevono qui il trattamento da parte di medici o professionisti sanitari. Per esempio in caso di emergenze, lesioni, gravidanza. Ci sono pediatri, dentisti, medici generici e un'ora di consultazione per le donne.

Si prega di prendere un appuntamento:

Tel. 089 43608411

Indirizzo: Streitfeldstr. 1, 81673 München

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 Center

(Centro per rifugiati della Diakonie München)

Aiuto nell'utilizzo delle offerte di integrazione, ad esempio nel contatto con agenzie specializzate, strutture di accoglienza e alloggi condivisi.

Per appuntamento: Tel. 089 1269915102

E-Mail: rsc@im-muenchen.de

Ambulanza per migranti della clinica per psichiatria e psicoterapia della LMU

Aiuto per le persone di origine migratoria con problemi psichici e psichiatrici. La consulenza è disponibile in diverse lingue. Vengono trattate:

- Depressioni, manie, psicosi
- Disturbi da stress post-traumatico
- Disturbi dell'adattamento e disturbi d'ansia
- Disturbi da dipendenza

Per appuntamenti: Tel. 089 440053307

E-Mail:

Migrationsambulanz.LMU@med.uni-muenchen.de

Indirizzo: Nussbaumstr. 7, 80336 München

IN VIA KOFIZA

Offerte, attività, eventi e aiuto nei contatti con le autorità. Per donne immigrate dai 18 anni in su, provenienti da Africa, Asia, Europa e America Latina. Tutte le donne sono consigliate, indipendentemente dalla loro nazionalità, religione e lingua.

Tel. 089 5488895 0

E-Mail: kofiza@invia-muenchen.de

Servizio sociale delle donne cattoliche (Sozialdienst katholischer Frauen – SkF)

Sostegno e consulenza per donne in difficoltà, consulenza per donne incinte (minorenni), giovani famiglie, case madre-bambino e rifugi per donne senza tetto. Tel. 089 55981-0

Sito web: skf-muenchen.de/

Associazione cattolica di sostegno agli uomini (Katholischer Männerfürsorgeverein e.V. – KMFV)

Aiuto e consulenza personale per senzatetto, dipendenza, delinquenza e disoccupazione

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

DIE ARCHE – Consulenza per persone con tendenze suicide

Consulenza per giovani e adulti che non riescono più a gestire la loro vita, che non vogliono più vivere. I consulenti di ARCHE aiutano le persone con pensieri suicidi e i loro parenti.

Per appuntamenti: Tel. 089 334041

Sito web: die-arche.de/

Lettere e informazioni della città di Monaco di Baviera

Suchthotline – Consulenza telefonica su problemi di dipendenza

Consulenza su dipendenze, come per esempio la dipendenza da alcol. Per le persone colpite e i loro parenti, in tedesco, inglese, francese, spagnolo e italiano. Consulenza per telefono o E-Mail.

Tel. 089 282822

E-Mail: kontakt@suchthotline.info

Sito web: suchthotline.info

BZgA – Consulenza telefonica sulla salute mentale

Consulenza gratuita per problemi di salute mentale. Dal lunedì al giovedì, dalle 10 alle 14. Da venerdì a domenica, dalla 10 alle 18.

Tel. 0800 2322783

Sito web: infektionsschutz.de/coronavirus/psychische-gesundheit.html

Per le persone malate e infette

È stato testato per il nuovo coronavirus (SARS-CoV-2) con un test PCR o ha la malattia respiratoria COVID-19?

C'è una lettera della città di Monaco di Baviera per lei.

Regolamento generale, foglio informativo e foglio di raccolta dati.

www.mimi.bayern/index.php/muenchen-corona-alltag#flyout1

Per chi è in stretto contatto con persone malate e infette

È in stretto contatto con una persona infetta (coronavirus SARS-CoV-2) o malata (COVID-19)?

C'è una lettera della città di Monaco di Baviera per lei.

Regolamento generale, foglio informativo e foglio di raccolta dati.

www.mimi.bayern/index.php/muenchen-corona-alltag#flyout2

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: 01.05.2021 | Version 010

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:



Wir danken Claudio Cumani und dem AMSIT e.V.
(Deutsch-Italienischer Verein zur Förderung der
medizinisch-wissenschaftlichen Zusammenarbeit)
bei der Erstellung und Begutachtung der italienischen
Version dieser Informationsschrift.