

Recommandations:

Solidarité dans le voisinage

Beaucoup de personnes s'organisent en ce moment, localement et internationalement, et restent solidaires pour aider chacune et chacun. Un seul objectif: ne laisser personne seule en ce temps du Corona Virus (Covid-19). Comment s'organiser efficacement entres voisin*es, en ces temps d'épidémie? Que faut-il faire, que faut-il respecter?

1. Soutenez localement, par exemple aidez vos voisin*es

En ces temps d'épidémie il est vital et primordial de réduire tous contact avec son entourage (ami*es, proches, voisin*es). Ainsi on retient la contagion du virus. C'est pourquoi il est recommandé d'organiser une structure d'aide décentralisée, lorsque cela est possible, par exemple au sein de son immeuble d'habitation.



2. Aidez et soutenez peu, mais aidez efficacement. Si tu veux par exemple faire du babysitting, aides uniquement une famille (et non plusieurs familles différentes).



3. Rencontrez uniquement les personnes que vous souhaitez aider, et éviter le contact avec d'autres personnes.

En ces temps de crise la solidarité est primordiale. Cela implique des gestes pratiques, mais aussi des gestes émotionnels. Parles avec tes proches, par exemple en leur téléphonant, ou bien recommandes-leur une aide professionnelle:

Ligne d'écoute (crise d'angoisse) Berlin: 0800 111 0 111

Ligne d'écoute Silberbernetz Berlin (pour les seniors et personnes âgées): 0800 4 70 80 90

Ligne d'urgence pour les violences conjugales / violences à domicile: 08000 116 016

Groupe de solidarité entres voisin*es: <https://bit.ly/2Qkdt6H>