

--- For German and French see below ---

Dear Students,

We want to inform you that there are support structures for Corona-Virus.

In a lot of areas there are people who want to help other people (to go grocery shopping or to a pharmacy for example)

If you need help or you want to offer help, contact one of the E-Mails or telephone numbers (in English or German would be best) below!

If you want to help, you have to absolutely follow the hygienic standards:

- only support **one household** only and constantly! (to not spread the virus)
- **wash and disinfect** your hands before and after (and if necessary during) your support
- **don't touch your face** while helping someone
- **reduce your personal social contacts** as much as possible
- **wear gloves** during your support
- **Avoid** to get in **direct touch** with the person you are supporting
- **Don't support** if you might be affected by Corona-Virus yourself

Here you find the support groups:

(For a general overview of all the initiatives click here – there you can also add your own group:

<https://pad.riseup.net/p/corona-solidaritaet-jena>)

- **Citywide:** Diakonie
Email: kreisstelle.jena@diako-thueringen.de
Telefon: 03641 443709 oder 01735728582
- **Lobeda:** Bürgerinitiative für Soziales Wohnen
Email: sozialeswohneninjena@gmail.com
Telefon: 0163 8368372
- **Jena centre:** Solidarität Jena Zentrum
Email: solidaritaetjenazentrum@riseup.net
Telefon: 0176/49195476
- **Jena North und Damenviertel**
Email: solidaritaetjenanord@riseup.net
Telefon: 0160 94628867
- **Jena West**
Email: kontakt-jena@fau.org
Telefon: 0157 34527231
- **Jena South:** Magdelstube
Email: suedviertelsoli@riseup.net
Telefon: 0177/4748840
- **Jena Ost / Wenigenjena:** Lutherhaus
Email: nachbarschaftshilfe@lutherhaus-jena.de
Telefon: 0151 14309674
- **Zwätzen und Löbstedt:**
Email: initiative-zwaetzen@posteo.de
Telefon: 0176 723 663 94 or 0175 559 821 300

We wish you all the best in this strange time!

--- Français ---

Chèr*es étudiant*es,

Nous voulons vous informer qu'il y a beaucoup d'initiatives d'aide à Jena à cause du Virus Corona, Dans beaucoup de quartiers il y a des personnes qui veulent aider à des autres (par exemple à faire les courses, acheter qc à la pharmacie etc.)

Si vous avez besoin d'aide ou vous voudriez offrir votre aide, n'hésitez pas à contacter les adresses mails ou numéros de téléphone par dessus! Il serait le mieux de les contacter soit en anglais soit en allemand.

Si vous voulez aider, il faut absolument suivre les règles d'hygiène:

- aider qu'à **un ménage seul** et constamment (pour ne pas faire distribuer le virus)
- **laver et désinfecter** les mains avant et après l'aide (et si besoin durant qu'on aide)
- **ne pas se toucher** au visage pendant qu'on aide
- **limiter ses contacts sociaux** le plus possible
- **porter des gants** pendant qu'on aide
- **éviter d'avoir du contact** physique directe avec la personne à laquelle vous aidez
- **N'aidez pas** si vous-mêmes pourriez être infecté*es par le virus

Voici les groupes d'aides par quartier:

(Pour avoir une vue globale des initiatives, cliquez ici – là vous pouvez aussi ajouter votre propre initiative: <https://pad.riseup.net/p/corona-solidaritaet-jena>)

- **Pour toute la ville:** Diakonie
Email: kreisstelle.jena@diako-thueringen.de
Telefon: 03641 443709 oder 01735728582
- **Lobeda:** Bürgerinitiative für Soziales Wohnen
Email: sozialeswohneninjena@gmail.com
Telefon: 0163 8368372
- **Jena centre:** Solidarität Jena Zentrum
Email: solidaritaetjenazentrum@riseup.net
Telefon: 0176/49195476
- **Jena North und Damenviertel**
Email: solidaritaetjenanord@riseup.net
Telefon: 0160 94628867
- **Jena West**
Email: kontakt-jena@fau.org
Telefon: 0157 34527231
- **Jena South:** Magdelstube
Email: suedviertelsoli@riseup.net
Telefon: 0177/4748840
- **Jena Ost / Wenigenjena:** Lutherhaus
Email: nachbarschaftshilfe@lutherhaus-jena.de
Telefon: 0151 14309674
- **Zwätzen und Löbstedt:**
Email: initiative-zwaetzen@posteo.de
Telefon: 0176 723 663 94 or 0175 559 821 300

Nous vous souhaitons toutes sortes de bonnes choses dans ces temps bizarres!

--- Deutsch ---

Liebe Studierende,

wir möchten euch informieren, dass es viele Hilfs-Initiativen in Jena gegen den Corona-Virus gibt. In vielen Stadtteilen gibt es Personen, die helfen wollen (z.B. beim Einkaufen gehen, in der Apotheke kaufen etc.)

Wenn ihr Hilfe braucht oder wenn ihr Hilfe anbieten wollt, kontaktiert eine Mailadresse oder Telefonnummer aus der Liste (siehe unten). Am besten kontaktiert ihr auf Englisch oder Deutsch.

Wenn ihr helfen möchtet, müsst ihr unbedingt die Hygiene-Regeln beachten:

- nur **einem einzigen Haushalt** helfen und das konstant (damit der Virus nicht weiter verbreitet wird)
- **die Hände waschen und desinfizieren**, bevor und nachdem ihr helft (und dazwischen, wenn nötig)
- sich **nicht ins Gesicht fassen**, während man hilft
- die **eigenen Sozialkontakte** so weit wie möglich einschränken
- **Handschuhe tragen**, während man hilft
- **keinen direkten physischen Kontakt** zu den Menschen haben
- **Helft nicht**, wenn ihr selbst vielleicht infiziert seid

Hier findet ihr die Hilfs-Gruppen in den Stadtteilen:

(Für eine allgemeine Übersicht aller Initiativen, klickt hier – dort könnt ihr auch eure eigene Initiative hinzufügen: <https://pad.riseup.net/p/corona-solidaritaet-jena>)

- **Jenaweit:** Diakonie
Email: kreisstelle.jena@diako-thueringen.de
Telefon: 03641 443709 oder 01735728582
- **Lobeda:** Bürgerinitiative für Soziales Wohnen
Email: sozialeswohneninjena@gmail.com
Telefon: 0163 8368372
- **Jena centre:** Solidarität Jena Zentrum
Email: solidaritaetjenazentrum@riseup.net
Telefon: 0176/49195476
- **Jena North und Damenviertel**
Email: solidaritaetjenanord@riseup.net
Telefon: 0160 94628867
- **Jena West**
Email: kontakt-jena@fau.org
Telefon: 0157 34527231
- **Jena South:** Magdelstube
Email: suedviertelsoli@riseup.net
Telefon: 0177/4748840
- **Jena Ost / Wenigenjena:** Lutherhaus
Email: nachbarschaftshilfe@lutherhaus-jena.de
Telefon: 0151 14309674
- **Zwätzen und Löbstedt:**
Email: initiative-zwaetzen@posteo.de
Telefon: 0176 723 663 94 or 0175 559 821 300

Wir wünschen euch alles Gute in dieser merkwürdigen Zeit!