

ماسک های دهان را بدوزیم

ماسک های صورت کمیاب هستند, اما بسیار مهم است! شما به راحتی میتوانید خودتان آنها را درست کنید. این دستور العمل کمک میکند که ماسک صورت را مستقیماً در خانه بدوزید. اگر به نخ و سوزن خود اطمینان چندانی ندارید, می توانید همینطور مواد (پارچه) لازم برای دوختن را از آژانس دواطلبانه تهیه کنید .

ما می دانیم که , حتی ماسک های صورت دوخته شده محافظت کاملاً قابل اعتماد در برابر عفونت یا انتقال ویروس کرونا را ارائه نمی دهند, اما حداقل سه اثر مثبت آنها را نمی توان رد کرد :

- *اگر نمی خواهید محیط اطراف خود را با ویروس های خود آلوده کنید , می توانید حداقل جلوی بخشی از بزاق خود را با یک ماسک دهان بگیرید . قطرات بزاق شما در ماسک باقی می ماند , اما فقط بخشی از آن .
- *همچنین اثر مثبت دیگر : ما بطور معمول روزانه 300 بار بینی و دهان خود را لمس میکنیم و بنابراین میکروبها و عوامل بیماری را از طریق دست وارد دهان میکنیم . و این اصلاً خوب نیست . به همین دلیل است که یک ماسک دهان میتواند مهم باشد خصوصاً برای افراد ضعیف .
- *همچنین متخصصان ویروس برای پوشیدن ماسک های ساده استدلالاتی خوبی را می بینند . کسانی که به مکان های عمومی میروند و نمی دانند که عفونت دارند , با زدن ماسک صورت نشان می دهند که من مسئولیت خودم را بر عهده میگیرم و این یک نشانه دوستانه (خوب , با نزاکت) است .
- ماسک های محافظ دهان در خانه های سالمندان , مطب های پزشکان و موسسات کودکان می آیند و از بسیاری اقدامات دیگر بهره مند میشوند و ما آنها را به آنجا منتقل میکنیم .

الان خیاطی کن

شما می توانید الان مستقیماً شروع کنید و ماسک های صورت با ما در روزهای هفته بین 10 صبح تا 18 یا در تاریخ نهم 9 مای بین ساعت 10 تا 16 تحویل دهید .

Beratungsladen der Freiwilligen -Agentur Leipziger Str.82

دنبال پارچه (مواد) بیابید :

به پارچه (مواد) احتیاج دارید ؟ ما هنوز موجودی لازم را داریم . شما میتوانید با یک تلفن کوتاه تماس بگیرید . و مواد لازم را از ما بگیرید و همراه خود ببرید .

Tel : 0345 - 200 28 10

یک آموزش خیاطی و اطلاعات بیشتر را می توان در اینجا پیدا کرد .

.....

جمع آوری زباله ها برای یک شهر تمیز

آیا میخواهید به پیاده روی بروید و یا بدوید؟ با این کار شما میتوانید در هوای تازه به پیاده روی بروید و برای محیط زیست هم یک کار خوب انجام دهید. یک کیسه زباله , یک جفت دستکش و تلفن همراه خود را بهمراحتان ببرید. متأسفانه همیشه زباله های زیادی در راه وجود دارد. چه کسی در واقع آنها را جمع میکند ! آنها (زباله ها) را جمع کنید و در نهایت بیاندازید در جایی که به آنها تعلق دارد. در سطل های آشغال (آنها را در سطل های زباله خانگی بیاندازید اگر در سطل های آشغال عمومی جایی برای آنها وجود ندارد).

شاید شما متصل کنید آنها را با پیاده روی در سواحل و یا ارتفاعات ؟

یک شایعه می گوید , که هنگام جمع آوری زباله چیزهای زیادی برای برداشتن وجود دارد فراموش نکنید که با تلفن همراه خود عکاسی کنید تا نشان دهد که , با وجود محدودیت در تماس ها , بسیاری از آنها خوب عمل میکنند.

آهسته جمع آوری کردن زباله = Plogging (آهسته دویدن و چیدن)

این یک **کلمه کلیدی** است, از اجزای **Plocka** (که به زبان **سوئدی** یعنی **چیدن**) و **ورود** به سیستم تشکیل شده است و **مخفف یک ورزش طبیعت** است که در آن اکثراً " با دستکش و سطل زباله سازمان یافته و مجهز شده است که با زباله های مناظر مبارزه می کند و زباله ها وارد **چرخه بازیافت** می شوند .

(منبع Wikipedia.de)

کیک خوب است :

از ابتدای همه گیری کرونا , بسیاری از کارمندان در خانه های بازنشستگی و سالمندان حتی بیشتر از حد معمول و در استفاده مداوم به چالش کشیده شده اند . به عنوان نشانه قدردانی مطمئناً " کیک پخته شده با عشق می تواند یک شادی کوچک را فراهم کند ! بنابراین به سراغ کاسه های همزن خود بروید و به سرعت چیز شیرینی را تصور (درست) کنید که کادر پرستاری دیاکونی هاله از آن خوشحال شوند .

نکته مهم : هیچ کیک حای پودینگ یا هر چیز دیگری با خامه , لبنیات و غیره نباشد . بلکه فقط کیک های خشک درست کنید .

کیک ها را می توانید در اینجا تحویل داد :

an der Rezeption des Diakonie -Krankenhauses ,

بطور ایده آل از ساعت 10 – 18 در روزهای جمعه و یا شنبه Mühlweg 7,06114 Halle(saale)

یک درخواست دیگر : بسیار عالی خواهد بود اگر شما اینجا یک پیام بگذارید وقتی شما یک کیک درست کردید .

بطوریکه ما تقریباً بدانیم که چند نفر در این کار باهم شرکت کرده اند . متشکرم

والبته فراموش نکنید که از خلاقیت خود **عکس بگیرید و آپلود** کنید .

تصاویر بهاری یا کارت های تبریک برای سالمندان

اهدائیه به سالمندان: شادی را با نوشتن یک کارت با یک تبریک دوست داشتنی یا نقاشی یک تصویر به آنها اهدا کنید. سپس نامه از صمیم قلب خود را بصورت ساده با پست مستقیماً برای ساکنان بفرستید: داخل خانه های سالمندان AWO در هاله بفرستید. در حال حاضر ارتباط سالمندان با دنیای خارج کاملاً قطع شده است. و آنها اجازه دیدن عیادت کننده ها را ندارند. بنابراین آنها از پیام های شما بسیار خوشحال خواهند شد. در اینجا آدرس خانه های سالمندان AWO در هاله وجود دارند به سادگی یک یا دو یا سه خانه سالمندان را انتخاب کنید و اجازه دهید خلاقیت های شما آزادانه ارائه شود.

Seniorenheim "Haus Silberhöhe"

رمز عبور اهدا کننده " روحیه خوب

Querfurter Straß 13

06132 Halle (saale)

Seniorenheim " Lindenhof "

رمز عبور اهدا کننده " روحیه خوب

Beesener Straß 227

06110 Halle (saale)

Seniorenheim" Drosselweg"

رمز عبور اهدا کننده " روحیه خوب

GalvinStraß 6

06110 Halle (saale)

Seniorenheim"Schöne Aussicht "

رمز عبور اهدا کننده " روحیه خوب

LinzerStraß 25

06128 Halle (saale)

لطفاً عکسی از نقاشی رنگ شده خود را در اینجا بارگذاری کنید یا آن را برای آدرس زیر ارسال کنید. متشکرم

Freiwilligentag@freiwilligen-agentur.de

سنگ های رنگی ضد کرونا - آبی ها

شما می توانید در یک کار شگفت انگیز در :

Reichardts Garten im Giebichensteinviertel در **Büschdorf** و همچنین

(با تشکر از نکته در صفحه **داوطلبانه ما در فیس بوک**)

در اصطلاح تخته سنگ در باغ ریچارد و در شروع مسیر دایره ای در خانه سالمندان در بوشدورف (در علفزارهایی که نوار زرد در آن قرار دارد) خطوط طولانی از سنگهای رنگی مدتهاست که نشانه همبستگی در دوره کرونا به یک روحیه خوب ساده کمک میکند.

در روی یک تکه کاغذ نوشته شده است : بچه های عزیز ،والدین ،پدربزرگ ها و مادر بزرگ ها ،گردش کنندگان و صاحبان سگ سنگی را در خانه نقاشی کنید و آن را در آنجا قرار دهید .بیایید ببینیم این خط (صف) چه مدت می تواند طول بکشد.زمان کرونا را کمی رنگارنگ کنید .

و فراموش نکنید که **عکس سنگهای خود را می توانید اینجا آپلود کنید** .

شما می توانید تخته سنگ خود را در باغ ریچارد زیر نقطه C پیدا کنید.

در اینجا می توانید نقشه پارک باغ ریچارد را دوباره به عنوان مدرک پی دی اف پیدا کنید .

برای مرور کلی در باغ ریچارد .

در اینجا می توانید نگاهی به صف سنگ لبخند در بوشدورف بیاندازید.

<https://WWW.facebook.com/Halle.Bueschdorf/>