

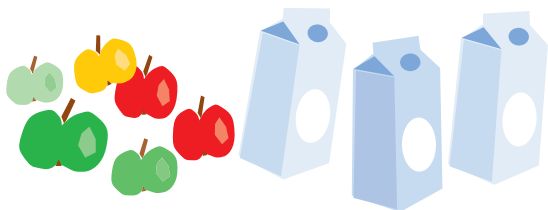
Für Fahrradfahrer?

- Radwege benutzen, wenn vorhanden!
- Kinder nur im Kindersitz transportieren!
- Helm tragen!
- Bei Dunkelheit Licht anschalten!



Wo bekomme ich günstige Lebensmittel?

Die Tafel ist ein Verein, der an unterschiedlichen Ausgabestellen in Gelsenkirchen Lebensmittelspenden ausgibt. Die Lebensmittel werden **nur nach Anmeldung** und Nachweis der Bedürftigkeit ausgegeben. Die Anmeldung ist nur **einmal im Monat** möglich, jeder Kunde kann **einmal in der Woche** an einem festgelegten Tag vorbeikommen.

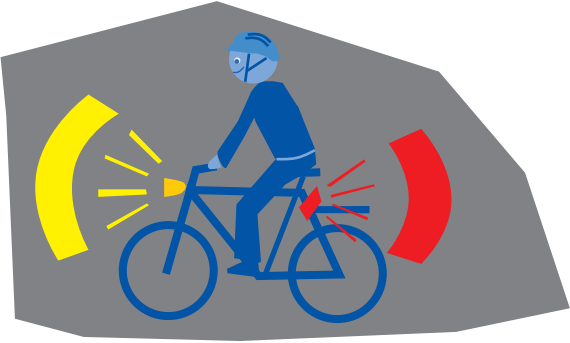


Als Nachweis der Bedürftigkeit muss ein Berechtigungsschein vom Referat Soziales vorgelegt werden und gemeinsam mit einem Ausweisdokument zu **JEDER** Lebensmittelausgabe mitgebracht werden!

الخطوات الأولى في الحياة اليومية

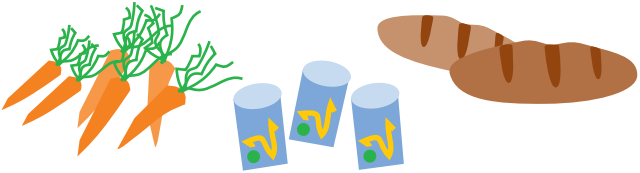
ما هي قواعد المرور لراكبي الدراجات؟

- استخدم مسارات الدراجات في حال توافرها!
- لا تصطحب الأطفال بدون مقعد أطفال!
- احرص على ارتداء خوذة!
- قم بتشغيل الإضاءة في الأماكن المظلمة!



أين أجد مواد غذائية بأسعار زهيدة؟

"Die Tafel" هي عبارة عن جمعية توفر تبرعات غذائية في منافذ بيع مختلفة داخل مدينة غلزنكيرشن. لا يتم الحصول على المواد الغذائية إلا بعد التسجيل وتقديم شهادة فقر. يسمح بالتسجيل مرة واحدة فقط في الشهر ويمكن لكل مشتر زيارة المنفذ في يوم محدد مرة واحدة أسبوعيًا.



يجب تقديم شهادة فقر من إدارة الشؤون الاجتماعية بالإضافة الى وثيقة لإثبات الشخصية كإثبات للأحقية في كل مرة تذهب فيها للحصول على المواد الغذائية!